



Pelatihan Pemantauan Status Gizi Anak Sekolah Pada Guru MI/SD Islam Di Ungaran Barat

School Aged Children Nutritional Status Monitoring Course for Islamic Elementary School Teacher in West Ungaran

Indri Mulyasari^{1*}, Sugeng Maryanto², Puji Afiatna³

¹Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo,
Jl. Diponegoro No.186 Ungaran Kabupaten Semarang
imulgizi@gmail.com

Abstract

MI/Elementary School has obligation to monitor nutritional status of their students. This is intended for early screening of nutritional problems to prevent negative impacts that might occur. Implementation of nutritional status monitoring at schools were still found several problems. The teacher has not been able to measure correctly and cannot assess the nutritional status of school aged children. This community service program was consist of lecture activities and short course of nutritional status monitoring of school aged children. The course was conducted in MI Nyatnyono 02 West Ungaran. The participants came from nine school representatives from ten invited schools in West Ungaran. The program aimed to improve teacher's skills of nutritional status monitoring of their students. During the program, participants showed high enthusiasm. The result of the program is teacher's skills in measuring weight and height has improve.

Keywords: *course, nutritional status, teacher*

Abstrak

MI/SD memiliki tanggung jawab untuk memantau status gizi siswanya. Kegiatan ini dimaksudkan untuk membantu menemukan potensi masalah gizi lebih dini sehingga dapat ditangani sebelum dampak lebih buruk terjadi. Pelaksanaan pemantauan status gizi di sekolah masih ditemukan berbagai masalah. Guru belum mengukur secara tepat dan tidak dapat menilai status gizi anak sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa kegiatan penyuluhan dan pelatihan pemantauan status gizi anak sekolah. kegiatan dilaksanakan di MI Nyatnyono 02 Ungaran Barat. Kegiatan diikuti oleh sembilan perwakilan dari sepuluh sekolah yang diundang. Kegiatan ini dimaksudkan untuk meningkatkan keterampilan guru dalam memantau status gizi anak sekolah. Selama kegiatan berlangsung, peserta telah menunjukkan antusiasme yang baik. Hasil kegiatan berdasarkan nilai pre-test dan post-test menunjukkan bahwa keterampilan guru dalam mengukur berat badan dan tinggi badan meningkat.

Kata Kunci: pelatihan, status gizi, guru

1. PENDAHULUAN

Indonesia saat ini masih mengalami masalah gizi pada anak baru sekolah. Anak usia sekolah 5-12 tahun di Indonesia 11.2% kurus, 18.8% gemuk, dan 30.7% stunting berdasarkan riset kesehatan dasar tahun 2013 (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI 2013). Prevalensi stunting memang dinyatakan turun menjadi 23.6% namun masih menjadi masalah gizi karena masih lebih dari 20%. Masalah kurus dan gemuk justru mengalami peningkatan pada anak baru sekolah, yaitu menjadi masing-masing 11.2% dan 20% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018).

Perlu adanya kegiatan surveilans gizi pada kelompok anak usia sekolah dasar. Kegiatan surveilans gizi dimaksudkan untuk kepentingan pencegahan dan penanggulangan masalah gizi. Kegiatan surveilans gizi merupakan kegiatan berkala terhadap indikator-indikator yang terkait masalah gizi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Pengamatan terus-menerus terhadap indikator-indikator ini diharapkan dapat untuk membantu menemukan potensi masalah lebih dini sehingga masalah gizi dapat segera tertangani sebelum dampak yang lebih buruk terjadi (Hartono, Zulfianto, and Rachmat 2017).

Madrasah Ibtidaiyah (MI) di wilayah Ungaran Barat memiliki program pelaporan online untuk data berat badan dan tinggi badan setiap semester. Berdasarkan hasil pengamatan, cara dan alat ukur yang digunakan masih salah. Hal ini dapat mempengaruhi presisi, akurasi, dan validitas pengukuran dan indikator. Kesalahan yang dapat muncul dalam pengukuran antara lain berasal dari pengukur. Hal ini dapat disebabkan kurangnya keterampilan petugas, kesalahan alat, dan kesulitan teknik pengukuran (Gibson 2005).

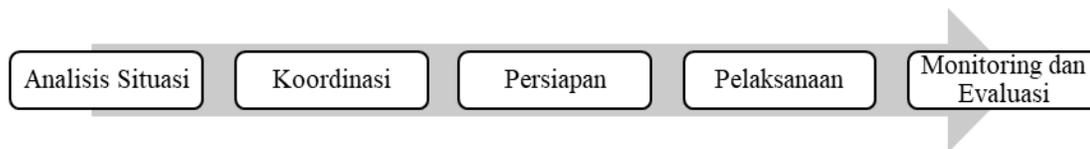
Kesalahan yang sering terjadi pada penilaian status gizi siswa di MI adalah kesalahan pemasangan alat ukur. Selain itu, guru juga belum mengetahui standar pengukuran berat badan dan tinggi badan. Salah satu solusi untuk meminimalkan kesalahan adalah dengan diadakan pelatihan bagi pengukur atau guru yang ditunjuk untuk memantau status gizi siswa. Kegiatan edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan memerlukan konsep yang melibatkan peserta lebih aktif. Hal ini akan membantu peserta untuk lebih cepat memahami dan menerapkan hasil belajarnya. Semakin aktif peran peserta dalam kegiatan edukasi, materi yang diingat dan dikuasai makin banyak (Davis and Summers 2015; Supariasa 2014).

Jumlah SD/MI di wilayah Ungaran Barat adalah 47 sekolah yang 10 di antaranya adalah MI dan sekolah dasar Islam. MI dan sekolah Islam dipilih karena memiliki program rutin tiap semester untuk pemantauan status gizi dan masih banyak melakukan kesalahan prosedur dalam pengukuran.

2. METODE

Kegiatan telah dilaksanakan di MI Nyatnyono 02 Ungaran sebagai tuan rumah. Jumlah peserta yang hadir adalah sembilan guru perwakilan dari sepuluh sekolah MI dan SD Islam di wilayah Kecamatan Ungaran Barat yang diundang mengikuti kegiatan. Satu orang perwakilan membatalkan kehadiran karena alasan kesehatan.

Kegiatan pelatihan membutuhkan waktu 20 minggu. Rangkaian kegiatan dimulai dari penyusunan proposal, pengajuan, perijinan, koordinasi, persiapan materi, pelaksanaan kegiatan, evaluasi kegiatan, hingga penyusunan laporan. Metode yang digunakan untuk dalam penyampaian materi adalah ceramah dan demonstrasi. Alur kegiatan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Alur Kegiatan

Rincian tahap pelaksanaan kegiatan ini adalah :

1. Tahap Analisis

Pada tahap analisis situasi, diketahui bahwa sekolah memiliki kewajiban untuk memantau status gizi siswa secara berkala. Guru yang bertugas dalam menilai status gizi siswa belum pernah terpapar cara mengukur dan menilai status gizi yang benar. Berdasarkan hasil observasi, kegiatan pemantauan status gizi masih dilaksanakan dengan cara yang tidak tersandard sehingga data yang diperoleh kurang akurat.
2. Tahap Koordinasi

Kegiatan diawali dengan koordinasi dengan sepuluh sekolah di wilayah Ungaran Barat mengenai kegiatan yang akan diadakan. Tim PKM mengajukan permohonan kepada salah satu sekolah untuk dapat menjadi tuan rumah kegiatan pelatihan.
3. Tahap Persiapan

Media pelatihan dipersiapkan mulai dari pembuatan *slide power point* dan lembar evaluasi (*check list* pengukuran berat badan dan tinggi badan). Persiapan juga termasuk persiapan alat seperti berat badan dan microtoise serta persiapan lembar dokumentasi.
4. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pelatihan berupa pemberian dua materi, yaitu Gizi Seimbang pada Anak Sekolah dan Penilaian Status Gizi Anak Sekolah. Setelah pemberian materi, kegiatan dilanjutkan workshop. Kegiatan workshop terdiri dari pengukuran berat badan dan tinggi badan serta cara penilaian status gizi anak sekolah.
5. Monitoring dan Evaluasi

Proses monitoring dan evaluasi dilakukan untuk mengukur hasil pelatihan. Kegiatan monitoring dan evaluasi pada kegiatan ini mencakup tiga hal. Monitoring dan evaluasi dilakukan terhadap tingkat kehadiran peserta, keaktifan peserta, dan perubahan keterampilan setelah pelatihan.

3. HASIL

Kegiatan pelatihan yang telah dilaksanakan secara umum berjalan lancar, tepat waktu, dan tidak ada halangan yang berarti. Perwakilan sekolah yang hadir adalah dari MI Keji, MI Nyatnyono 01, MI Kalisidi 01, SD IT Assalamah, MI Nyatnyono 02, MI Lerep, MI Kalisidi 02, MI Branjang, MI Gogik. Perwakilan sekolah yang tidak hadir berasal dari SD IT Istiqomah. Pada kegiatan ini melibatkan dua pembicara pada sesi ceramah dan 5 orang fasilitator pada saat workshop.

Pada sesi ceramah pertama dengan topik Gizi Seimbang pada Anak Sekolah disampaikan materi materi gizi seimbang secara umum baik dari definisi, pilar gizi seimbang, logo gizi seimbang, dan visualisasi dalam bentuk piring. Selain itu, disampaikan juga mengenai masalah gizi anak sekolah dan data mengenai masalah gizi anak sekolah di Indonesia. Penyampaian materi ditutup dengan topik kebutuhan gizi anak sekolah dan bagaimana memenuhi kebutuhan gizi dari sepuluh pesan gizi seimbang. Seluruh peserta

mengikuti kegiatan dengan antusias dan menyampaikan beberapa pertanyaan di sesi tanya jawab. Pada sesi ini dibuka kesempatan bagi dua penanya.

Pertanyaan pertama disampaikan perwakilan dari SD IT Assalamah. Pertanyaan terkait bagaimana genetik mempengaruhi pertumbuhan dan apakah membawa tas yang berat dapat menghambat pertumbuhan anak. Pertumbuhan anak dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Pertanyaan kedua berasal dari peserta perwakilan MI Kalisidi 02. Peserta menyampaikan anak perempuan terlihat lebih tinggi dari kelas dua sampai kelas enam. Pertanyaan terkait faktor penyebabnya. Faktor penyebab beda tinggi anak perempuan dan laki-laki adalah pada beda pola pertumbuhan berdasarkan jenis kelamin. Pertanyaan selanjutnya masih dari peserta MI Kalisidi 02. Pertanyaan terkait cara-cara membuat siswa menjadi rutin sarapan. Faktor keluarga menjadi sangat penting mempengaruhi kebiasaan sarapan anak sekolah.

Ceramah dilanjutkan dengan materi Penilaian Status Gizi Anak Sekolah. Sub pokok bahasan selanjutnya disampaikan penilaian status gizi menggunakan metode antropometri. Indeks antropometri yang disampaikan adalah berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Peserta dipaparkan cara menghitung umur dan cara mengukur berat dan tinggi badan. Pertanyaan pada sesi ini disampaikan dari perwakilan MI Nyatnyono 01. Pertanyaan terkait kapan menggunakan masing-masing indeks dan dampak kekurangan asupan zat gizi terhadap status gizi.

Pada kegiatan workshop peserta dibagi menjadi dua kelompok. Kelompok satu melakukan demonstrasi penilaian status gizi siswa dan kelompok kedua melakukan demonstrasi pengukuran parameter berat badan dan tinggi badan. Setelah selesai kegiatan demonstrasi pertama, masing-masing kelompok bertukar kegiatan demonstrasi. Demonstrasi diawali oleh penyuluh yang kemudian diikuti dengan redemonstrasi oleh seluruh peserta kegiatan.

Workshop kedua adalah menilai status gizi menggunakan indeks Berat badan Menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U), dan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Pada sesi ini dikenalkan standar pertumbuhan dari WHO. Standar berdasarkan jenis kelamin dan umur (WHO 2013). Penyuluh menyiapkan contoh soal untuk para peserta nilai status gizinya. Cara yang diperkenalkan adalah *plotting*. Cara ini dipilih karena lebih mudah dan praktis untuk diterapkan guru di sekolah masing-masing dalam menilai status gizi anak sekolah. Seluruh peserta dapat menyelesaikan soal yang diberikan. Peserta juga menyampaikan *plotting* merupakan metode yang sangat mungkin diterapkan oleh guru.

Sebagai rancangan evaluasi dilakukan *pre-test* dan *post-test* pengukuran berat dan tinggi badan. Skor maksimal masing-masing parameter adalah 14. Rata-rata skor *post-test* dan *pre-test* dibandingkan.

Tabel 1. Deskripsi skor *pre-post test* pengukuran berat badan dan tinggi badan

Parameter Antropometri	Rata-rata \pm SD	
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Berat badan	4,33 \pm 2,2	12,78 \pm 0,8
Tinggi badan	3,22 \pm 1,9	11,56 \pm 2,7

Rerata skor *pre-test* berat badan 4.33, *post-test* 12.78, peningkatan skor 8.44. Sebelum workshop, kesalahan yang banyak dilakukan peserta adalah tidak memperhatikan posisi

pengukuran subjek dan tidak memperhatikan prinsip subjek harus mengenakan subjek seminim mungkin. Peserta masih lupa meminta subjek melepas jaket dan sepatu. Setelah workshop, skor seluruh peserta meningkat. Kesalahan yang masih muncul adalah peserta kurang memperhatikan posisi berdiri subjek. Subjek posisi berdirinya masih kurang tegap.

Rerata skor *pre-test* tinggi badan 3.22, *post-test* 11.56, peningkatan skor 8.33. Kesalahan yang banyak dilakukan peserta pada saat sebelum workshop adalah tidak memperhatikan posisi pengukuran, subjek tidak diminta melepas alas kaki, dan posisi mata tidak sejajar jendela baca saat membaca hasil pengukuran. Seluruh peserta meningkat skornya pada saat *post-test*. Kesalahan yang masih ditemukan saat *post-test* adalah masih ada peserta yang matanya tidak sejajar jendela baca saat membaca hasil pengukuran.

4. DISKUSI

Kegiatan pelatihan yang dilaksanakan berjalan interaktif. Beberapa guru bertanya terkait materi yang diberikan. Guru bertanya terkait peran genetik terhadap pertumbuhan. Pertumbuhan anak dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Faktor genetik adalah faktor yang tidak dapat diubah. Perbedaan etnis dapat mempengaruhi ukuran antropometri. Faktor genetik merupakan faktor kecil apabila dibandingkan dengan faktor lingkungan. Faktor lingkungan merupakan faktor dominan yang dapat mempengaruhi pertumbuhan seperti faktor gizi. Faktor lingkungan merupakan faktor yang dapat dimodifikasi untuk dapat mendukung pertumbuhan secara optimal (Heymsfield et al. 2016; Johnson et al. 2011).

Jenis kelamin juga mempengaruhi pola pertumbuhan anak. Faktor penyebab beda tinggi anak perempuan dan laki-laki adalah pada beda pola pertumbuhan berdasarkan jenis kelamin. Kecepatan pertumbuhan pada anak sekolah perempuan lebih cepat dari pada laki-laki. Kecepatan pertumbuhan pada laki-laki lebih tinggi ketika memasuki usia remaja (Brown and Lechtenberg 2017).

Hal yang masih menjadi tantangan guru adalah membuat siswa menjadi rutin sarapan. Faktor keluarga menjadi sangat penting mempengaruhi kebiasaan sarapan anak sekolah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kebiasaan sarapan antara lain ketersediaan sarapan di pagi hari dan bangun terlambat di pagi hari. Adanya anggota keluarga yang menyiapkan sarapan dan bangun lebih pagi dianggap sebagai faktor yang dapat membuat anak sekolah menjadi lebih rutin sarapan (Martinelli et al. 2013; Sirichakwal et al. 2015).

Terkait penilaian antropometri, guru masih belum paham perbedaan penggunaan parameter. Berat badan dapat menggambarkan status gizi masa sekarang sedangkan tinggi badan menggambarkan status gizi masa lalu, sedangkan IMT dapat menggambarkan proporsi tubuh (Lee RD 2019). Dampak kekurangan asupan juga menjadi perhatian guru. Kekurangan asupan zat gizi dapat mempengaruhi status gizi. Anak sekolah yang kekurangan asupan zat gizi akan dapat mengalami penyakit defisiensi gizi dan infeksi. Kekurangan zat gizi akan membuat anak kekurangan berat badan dan stunting .

Berdasarkan skor *pre-test* dan *post-test* dapat dikatakan keterampilan mengukur peserta meningkat. Keterampilan guru yang meningkat diharapkan dapat meningkatkan kualitas data hasil pengukuran pada pengukuran rutin siswa di sekolah masing-masing peserta. Kualitas data yang baik dapat membantu dalam penentuan kebijakan program terkait gizi anak sekolah.

Keberhasilan pelaksanaan kegiatan tidak lepas dari dukungan dari seluruh Kepala

Sekolah MI dan SD Islam di wilayah Ungaran Barat untuk mengikuti kegiatan ini. Antusiasme para peserta dalam mengikuti kegiatan yang tinggi juga memudahkan dalam penyampaian materi pelatihan.

Pada pelaksanaan kegiatan masih ditemukan hambatan dibalik capaian yang telah diperoleh. Rendahnya kemampuan dasar peserta mengenai penilaian status gizi sehingga skor *pre-test* menjadi sangat rendah. Pada saat *post-test* juga masih ditemukan kesalahan cara ukur dari beberapa peserta. Hal ini dapat diminimalisasi dengan kegiatan lanjutan berupa pendampingan penilaian status gizi anak sekolah ke sekolah masing-masing peserta.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi, keterampilan menilai status gizi guru meningkat sesudah pelatihan, namun masih ditemukan sedikit kesalahan di beberapa peserta. Peningkatan kemampuan peserta perlu dilakukan dengan kegiatan pendampingan penilaian status gizi anak sekolah langsung di sekolah untuk mengevaluasi hasil pelatihan. Kegiatan penyegaran berkala perlu dilakukan untuk menjaga keterampilan guru dalam menilai status gizi anak sekolah tetap baik.

6. PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada pihak MI Nyatnyono 02 yang telah bersedia menjadi tempat pelaksanaan kegiatan. Selain itu, ucapan terima kasih juga untuk Kepala Sekolah MI dan SD Islam yang telah bersedia mengirimkan perwakilannya untuk mengikuti kegiatan dan guru yang telah mengikuti kegiatan dengan baik. Kegiatan ini terlaksana atas dana hibah Universitas Ngudi Waluyo.

DAFTAR REFERENSI

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. "Laporan Nasional Riskesdas 2018." Jakarta.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2013. "Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013." Jakarta. http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil_Riskesdas_2013.pdf?opwvc=1.
- Brown, Judith E., and Ellen Lechtenberg. 2017. *Nutrition through the Life Cycle*. 6th ed. Boston: Cengage Learning.
- Davis, Beverly, and Michele Summers. 2015. "Applying Dale's Cone of Experience to Increase Learning and Retention: A Study of Student Learning in a Foundational Leadership Course." In *QScience Proceedings (Engineering Leaders Conference 2014)*. West Lafayette: QScience. <https://doi.org/10.5339/qproc.2015.elc2014.6>.
- Gibson, Rosalind S. 2005. *Principles of Nutritional Assessment*. 2nd ed. New York: Oxford University Press.
- Hartono, Antonius Sri, Nils Aria Zulfianto, and Mochamad Rachmat. 2017. *Bahan Ajar Gizi:*

Surveilans Gizi. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
<http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/SURVAILANS-GIZI-FINAL-SC.pdf>.

- Heymsfield, S B, C M Peterson, D M Thomas, M Heo, J M Schuna, and Jr. 2016. “Why Are There Race/Ethnic Differences in Adult Body Mass Index-Adiposity Relationships? A Quantitative Critical Review.” *Obesity Reviews : An Official Journal of the International Association for the Study of Obesity* 17, no. 3 (March): 262–75. <https://doi.org/10.1111/obr.12358>.
- Johnson, L, C H Llewellyn, Chm H M Van Jaarsveld, T J Cole, and J Wardle. 2011. “Genetic and Environmental Influences on Infant Growth: Prospective Analysis of the Gemini Twin Birth Cohort.” *PLoS ONE* 6, no. 5: 19918. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0019918>.
- Lee RD, Nieman DC. 2019. *Nutritional Assessment*. 7th ed. New York: McGraw-Hill. <https://doi.org/10.1016/B978-0-7216-9654-6.50034-5>.
- Martinelli, Marcela, Valeria Fugas, Eugenia Berta, Florencia Walz, Ma Alejandra Fortino, and Marcela J Martinelli. 2013. “Breakfast Habit and Quality in Students from Two Public Primary Schools in the City of Santa Fe.” *Arch Argent Pediatr* 111, no. 6: 502–7. <https://doi.org/10.5546/aap.2013.502>.
- Sirichakwal, Prapaisiri P, Nuttha Janesiripanich, Petcharat Kunapun, Sayamon Senaprom, and Sasiumpchai Purttipornthane. 2015. “Breakfast Consumption Behaviors Of Elementary School Children In Bangkok Metropolitan Region.” *The Southeast Asian Journal of Tropical Medicine and Public Health* 46, no. 5 (September): 939–48. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26863865>.
- Supariasa, I Dewa Nyoman. 2014. *Pendidikan & Konsultasi Gizi*. Jakarta: EGC. <https://www.belbuk.com/pendidikan-konsultasi-gizi-p-37784.html>.
- WHO. 2013. “Growth Reference Data for 5-19 Years.” WHO. World Health Organization. 2013. <https://www.who.int/growthref/en/>.