

RELATIONS DIETARY AND GENDER WITH NUTRITIONAL STATUS OF CHILDREN IN SDN 43 KOTA PEKANBARU

Wan Anita

STIKes Tengku Maharatu Pekanbaru

Email : wan_anita77@yahoo.co.id

Submitted :14-12-2017, Reviewed:12-01-2018, Accepted:24-01-2018

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v3i2.2970>

ABSTRACT

Nutritional status is the state of the body as a result of food consumption and the use of nutrients. Differentiated between malnutrition status, less, good and more. Status malnutrition, less or more will occur nutritional disorders. Factors that affect the fulfillment of nutritional needs of school children are age, physical activity, attitudes toward food and do not like nutritious foods. The purpose of the study to determine the relationship between diet and sex with nutritional status of children. The research design is a quantitative analytical with cross sectional approach. The research was conducted in SDN 43 Kota Pekanbaru The sample of this research is elementary school children of Class IV, V and VI which amounted to 131 respondents. Data collection using questionnaires and nutritional status based on IMT/ U standard. There is relationship between diet with child nutrition status with p value = 0,00 and relationship between sex with child nutritional status with p value = 0,038. Expected increase in health promotion activities, especially the importance of diet and nutritional needs are good in improving the nutritional status of school children through counseling. Provide counseling about the importance of nutritional needs in girls by changing behavior patterns in consuming food.

Keywords: Diet, Gender, Nutritional Status

ABSTRAK

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik dan lebih. Status gizi buruk, kurang maupun lebih akan terjadi gangguan gizi. Faktor yang mempengaruhi pemenuhan kebutuhan gizi anak sekolah adalah usia, aktifitas fisik, sikap terhadap makanan dan tidak suka makanan-makanan bergizi. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pola makan dan jenis kelamin dengan status gizi anak. Desain penelitian adalah analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SDN 43 Kota Pekanbaru Sampel penelitian adalah anak SD Kelas IV, V dan VI yang berjumlah 131 responden. Pengumpulan data menggunakan kuisioner dan status gizi berdasarkan standar IMT/U. Terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi anak dengan p value =0,00 dan hubungan antara jenis kelamin dengan status gizi anak dengan p value =0,038. Diharapkan peningkatan kegiatan promosi kesehatan terutama pentingnya pola makan dan kebutuhan gizi yang baik dalam meningkatkan status gizi anak sekolah melalui penyuluhan. Memberikan penyuluhan tentang pentingnya kebutuhan nutrisi pada anak perempuan dengan merubah pola perilaku dalam mengkonsumsi makanan.

Kata Kunci : Pola Makan, Jenis Kelamin, Status Gizi

PENDAHULUAN

Makanan sehari-hari yang dipilih dengan baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Sebaliknya, bila makanan tidak dipilih dengan baik, tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat esensial tertentu (Almatsier, 2009). Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang

dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energy (Susilowati & Kuspriyanto, 2016)

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik dan lebih. Status gizi buruk, kurang maupun lebih akan terjadi gangguan gizi. Faktor yang menyebabkan gangguan gizi adalah faktor primer dan sekunder. Kebiasaan makan yang salah merupakan salah satu faktor primer selain kurangnya penyediaan pangan, kurang baiknya distribusi pangan, kemiskinan, ketidaktahuan dan sebagainya (Almatsier, 2009). Anak sekolah menurut *World Health Organization* (WHO) yaitu golongan yang berusia antara 7-15 tahun, sedangkan di Indonesia lazimnya anak berusia antara 7-12 tahun. Faktor yang mempengaruhi pemenuhan kebutuhan gizi anak sekolah adalah usia, aktifitas fisik, sikap terhadap makanan dan tidak suka makanan-makanan bergizi (Pritasari, Damayanti, & Lestari, 2017)

Status gizi anak umur 5-18 tahun dikelompokkan menjadi tiga kelompok umur yaitu 5-12 tahun, 13-15 tahun dan 16-18 tahun. Indikator status gizi yang digunakan untuk kelompok umur ini didasarkan pada hasil pengukuran antropometri berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) yang disajikan dalam bentuk tinggi badan menurut umur (TB/U) dan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U). (Kementerian Kesehatan RI, 2011)

Prevalensi nasional anak usia sekolah kurus (laki-laki) adalah 13,3%, sedangkan prevalensi nasional anak usia sekolah kurus (Perempuan) adalah 10,9% dan Riau sebagai salah satu propinsi yang mempunyai prevalensi anak usia sekolah kurus diatas prevalensi nasional. Prevalensi nasional Anak Usia Sekolah Gemuk (Laki-laki) adalah 9,5%, sedangkan prevalensi nasional Anak Usia Sekolah Gemuk (Perempuan) adalah 6,4% dan Riau termasuk sebagai propinsi dengan prevalensi anak usia sekolah gemuk di atas prevalensi nasional yaitu (Kementerian Kesehatan RI, 2008). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010

diketahui bahwa penduduk yang mengkonsumsi makanan di bawah 70% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan sebanyak 40,6%. Keadaan ini banyak dijumpai pada anak usia sekolah (41,2%), remaja (54,5%) dan ibu hamil (44,2%) (Kementerian Kesehatan RI, 2010). Data Riskesdas dari tahun 2010 sampai dengan tahun 2013 menunjukkan peningkatan prevalensi status gizi (IMT/U) dengan kategori kurus yaitu 7,6%, sedangkan tahun 2013 meningkat menjadi 11,2% (Kementerian Kesehatan RI, 2013a). Kategori status gizi (IMT/U) pada anak usia 5-18 tahun dibagi sangat kurus, kurus, normal, gemuk dan obesitas (Kementerian Kesehatan RI, 2011).

Angka penderita gizi buruk di Propinsi Riau, dari hasil pemantauan status gizi Propinsi Riau pada tahun 2014 sudah memperoleh hasil bahwa anak menderita gizi buruk berjumlah 1,3%, sedangkan untuk anak gizi kurang berjumlah 6,6% (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2016). Penimbangan yang dilakukan di kabupaten atau kota di Provinsi Riau pada balita tahun 2008 mencatat bahwa 14.779 anak sekitar 2,9% dari 510.167 balita mengalami gizi buruk. Tahun 2009 dari 436.189 anak, 1,8% mengalami gizi buruk, tahun 2010 2,1% dari 37.973 anak dengan status gizi buruk, dan tahun 2011, 308 anak dengan gizi buruk dari 41.847 penimbangan yang dilakukan pada 12 kabupaten atau kota di Provinsi Riau tahun 2011 tercatat 927 anak atau 1,7% dari 55.540 anak yang ditimbang di Kota Pekanbaru adalah anak dengan status gizi buruk (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2016)

Penelitian dilakukan oleh Nindrea tentang Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Perubahan Perilaku Sarapan Pagi Siswa Sekolah Dasar di Sekolah Dasar Negeri 05 Kabupaten Solok Selatan. Penelitian ini dilakukan dari November 2015 sampai Mei 2016 dengan Sampel penelitian berjumlah 58 orang. Hasil penelitian diketahuiterdapat peningkatan rata-rata perilaku sebelum dan sesudah konseling sebanyak 3 kali. Rata-rata

perilaku sebelum konseling $18 \pm 4,2$, post test I meningkat menjadi $25 \pm 4,4$, post test II meningkat menjadi $30 \pm 2,2$ dan post test III meningkat $37 \pm 3,5$. Berdasarkan analisis GLM diketahui bahwa terjadi peningkatan perilaku sarapan pagi pada post test I ($p = 0,000$), post test II dan III ($p = 0,000$) (Nindrea, 2017)

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada guru SDN 43 Kota Pekanbaru diperoleh informasi bahwa absensi siswa kelas III, IV dan V di SDN 43 Kota Pekanbaru sebagian besar mengalami sakit selama bulan Januari sampai bulan Juni 2015 sebanyak 71 orang pada kelas III, sebanyak 80 orang pada kelas IV dan sebanyak 87 orang pada kelas V. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan jenis kelamin dengan status gizi anak sekolah di SDN 43 Kota Pekanbaru.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SDN 43 Kota Pekanbaru dari tanggal 10 Agustus - 15 Agustus 2015. Sampel penelitian adalah anak SD Kelas IV, V dan VI. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *Proportional Random*, yang berjumlah 131 responden dari total populasi 194 siswa. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuisioner, alat pengukur tinggi badan, alat untuk menimbang berat badan. Penentuan status gizi dengan menggunakan standar IMT/U dengan kategori kurus, normal, gemuk dan obesitas.

Pengolahan data dilakukan setelah pengumpulan data dengan melalui langkah *editing, coding, entry, cleaning dan analyzing*. Pengolahan data menggunakan

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan jenis kelamin dengan status gizi. Hasil analisis

komputer melalui spss. Analisa univariat menggunakan distribusi frekuensi dengan ukuran presentase atau proporsi dan analisa bivariat dengan *chi square* untuk melihat hubungan antara pola makan dan jenis kelamin dengan status gizi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis univariat yang didapat untuk mengetahui distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin, umur dan status gizi anak. Hasil analisis univariat menunjukkan distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 63 orang (48,1%) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 68 orang (51,9). Distribusi frekuensi berdasarkan umur anak adalah 9 tahun sebanyak 1 orang (0,8%), umur 10 tahun sebanyak 60 orang (45,8%), umur 11 tahun sebanyak 62 orang (47,3), umur 12 tahun sebanyak 3 orang (5,3%) dan umur 13 tahun sebanyak 1 orang (0,8%). Distribusi frekuensi berdasarkan status gizi anak (IMT/U) adalah 28 orang (21,4%) dengan status gizi kurus, 84 orang (64,1%) dengan status gizi normal, 17 orang (13,0%) dengan status gizi gemuk dan status gizi obesitas sebanyak 2 orang (1,5%). Distribusi frekuensi berdasarkan pola makan anak adalah 63 orang (48,1%) dengan pola makan baik, 52 orang (39,7%) dengan pola makan cukup dan 16 (12,2%) dengan pola makan kurang. Rata-rata tinggi badan anak perempuan adalah 1,41 m dengan minimum 1,22 m dan maksimum 1,57 m. Rata-rata tinggi badan anak laki-laki 1,38 m dengan minimum 1,25 m dan maksimum 1,63 m. Rata-rata berat badan anak perempuan 34,09 kg, minimum 22 kg dan maksimum 65 kg. Rata-rata berat badan anak laki-laki 34,2 kg dengan minimum 22 kg dan maksimum 59 kg bivariat tentang hubungan pola makan dan jenis kelamin dengan status gizi dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1.
Hubungan Pola Makandan Jenis Kelamin Dengan Status Gizi Anak di SDN 43 Kota Pekanbaru

Kategori	Status Gizi								Total	p value	
	Kurus		Normal		Gemuk		Obesitas				
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	
Pola Makan											
Baik	6	9,5	8	76,2	8	12,7	1	1,6	63	100	0,000
Cukup	6	11,5	36	69,2	9	17,3	1	1,9	52	100	
Kurang	16	100	0	0,0	0	0,0	0	0,0	16	100	
Jenis Kelamin											
Perempuan	20	29,4	42	61,8	6	8,8	0	0	68	100	0,038
Laki-laki	8	12,7	42	66,7	11	17,5	2	3,2	63	100	

Pada tabel 1 terlihat pada anak dengan status gizi kurus mayoritas terdapat pada anak dengan pola makan kurang sebanyak 16 orang, dengan pola makan cukup sebanyak 6 orang dan pola makan baik sebanyak 6 orang. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai p value =0,00, pada nilai α 5% (0,05) yang berarti ada hubungan antara pola makan

dengan status gizi anak di SDN 43 Kota Pekanbaru. Berdasarkan jenis kelamin pada anak dengan status gizi kurus mayoritas terdapat pada anak dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (29,4). Hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai p value =0,038 yang berarti menunjukkan ada hubungan antara jenis kelamin dengan status gizi anak di SDN 43 Kota Pekanbaru.

PEMBAHASAN

Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi

Hasil analisis bivariat didapatkan anak dengan status gizi kurus mayoritas terdapat pada anak dengan pola makan kurang sebanyak 16 orang, dengan pola makan cukup sebanyak 6 orang dan pola makan baik sebanyak 6 orang. Hal ini menunjukkan bahwa pola makanan kurang gizi akan memberikan status gizi kurang pada anak. Anak usia sekolah menghabiskan banyak waktu lebih banyak ketika diluar rumah, pengaruh teman sebaya berdampak terhadap perilaku terhadap pola dan jenis makanan pilihan mereka. Makanan kecil atau ringan juga memberikan kontribusi terhadap asupan makanan harian anak (Badriah, 2014).

Penelitian tentang status gizi berdasarkan pola makan anak sekolah dasar di Kecamatan Rajeg Tangerang dengan sampel sebanyak 66 anak (53.2%) berjenis kelamin laki-laki, dan sebanyak 58 anak (46.8%) berjenis kelamin perempuan. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan

status gizi anak berdasarkan frekuensi makan ($p < 0,05$), tidak ada perbedaan status gizi anak berdasarkan jenis kelamin, umur, nominal uang saku, kebiasaan sarapan pagi dan kebiasaan membawa bekal makanan ($p \geq 0,05$) (Anzarkusuma, Mulyani, Jus'at, & Angkasa, 2014)

Pada penelitian tentang Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Perubahan Perilaku Sarapan Pagi Siswa Sekolah Dasar di Sekolah Dasar Negeri 05 Kabupaten Solok Selatan, masih ada beberapa anak yang belum membiasakan sarapan pagi. Banyak faktor yang menyebabkan seorang anak tidak sarapan di pagi hari. Berdasarkan hasil analisis lebih lanjut, alasan terbanyak yang menyebabkan responden tidak sarapan pada penelitian ini adalah waktu dan belum merasa lapar pada pagi hari (Nindrea, 2017). Penelitian yang dilakukan tentang status gizi anak jalanan di kota semarang asupan energi dengan status gizi anak jalanan diperoleh nilai p value = 0,001 yang berarti ada hubungan kebutuhan energi dengan status gizi anak jalanan (Hakim, 2016). Hasil penelitian

tentang status gizi berdasarkan pola makan anak sekolah dasar Di Kecamatan Rajeg Tangerang ditemukan adanya perbedaan status gizi anak berdasarkan frekuensi makan ($p < 0.05$) (Anzarkusuma et al., 2014).

Konsumsi makan anak sekolah dasar yang sering dijumpai pada umumnya yaitu suka jajan disekolah. Dengan kebiasaan tidak sarapan, makan tidak teratur dan tidak memenuhi kebutuhan zat gizi. Hal ini akan mempengaruhi nafsu makan anak di rumah dan dapat menyebabkan anak kekurangan gizi. Anak sekolah memerlukan makanan yang banyak mengandung zat gizi untuk mendukung aktifitas dan kebutuhan pertumbuhan sesuai usianya.

Hubungan Jenis Kelamin dengan Status Gizi

Hasil analisis bivariat didapatkan anak dengan status gizi kurus mayoritas terdapat pada anak dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (29,4) Anak perempuan akan berupaya untuk menjaga bentuk tubuh ideal dengan cara membatasi asupan konsumsi makanan. Hal ini memberikan dampak pada status gizi anak menjadi kurus. Anak perempuan mempunyai perhatian lebih terhadap masalah berat badan dan ukuran tubuh pada usia dini. Dengan peningkatan normal BMI dan lemak tubuh pada anak praremaja, banyak anak perempuan dan ibu mereka mengartikan fenomena pertumbuhan dan perkembangan normal ini sebagai suatu tanda bahwa anak tersebut mengalami masalah berat badan. Dengan demikian memaksakan pengendalian dan pembatasan terhadap asupan makanan anak perempuan (Badriah, 2014).

Penelitian tentang Gambaran Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis didapatkan status gizi sangat kurus paling tinggi pada jenis kelamin laki-laki sebanyak 17 orang (63,0%), status gizi kurus paling tinggi pada jenis kelamin perempuan yaitu 36 orang (61,0%), Pada

penelitian ini, status gizi sangat kurus terbanyak pada anak perempuan dibandingkan laki-laki. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi anak. Hal ini disebabkan oleh anak perempuan lebih sering membatasi makan untuk alasan penampilan. Pada umumnya pertumbuhan anak perempuan lebih cepat dari pada anak laki-laki. Anak sekolah memiliki aktivitas bermain yang menguras tenaga (Jahri, Suyanto, & Ernalina, 2016).

Penelitian yang serupa tentang gambaran status gizi pada siswa sekolah dasar Kecamatan Bangko Kabupaten Rokan Hilir didapatkan pengukuran status gizi menurut jenis kelamin pada siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Bangko diperoleh bahwa frekuensi anak perempuan yang mempunyai status gizi baik lebih besar daripada anak laki-laki, hal tersebut disebabkan oleh karena pertumbuhan terjadi lebih cepat pada anak perempuan dan lebih lambat pada anak laki-laki. Adanya perbedaan jaringan lemak pada laki-laki laki-laki dan perempuan serta perbedaan tebal lipatan kulit antara anak perempuan dan laki-laki, dimana perempuan lebih tebal dari laki-laki berdasarkan pengamatan peneliti secara umum tampak anak perempuan lebih gemuk daripada anak laki-laki. Hal tersebut diatas akan mempengaruhi berat badan dan tinggi badan pada anak perempuan dan anak laki-laki sehingga mempengaruhi juga status gizinya. Adapun saat istirahat siang, siswa senang bermain di lapangan sekolah yang akibatnya menguras banyak tenaga terutama pada anak laki-laki, sehingga terjadi ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan keluar, akibatnya tubuh anak menjadi kurus. (Lestari, Ernalina, & Restuastuti, 2016)

SIMPULAN

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan pola makan dan jenis kelamin dengan status gizi siswa SDN 43 Kota Pekanbaru diperlukan peningkatan

kegiatan promosi kesehatan terutama pentingnya pola makan dan kebutuhan gizi yang baik dalam meningkatkan status gizi anak sekolah melalui penyuluhan antara Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru melalui Puskesmas dan Dinas Pendidikan melalui Sekolah. Memberikan penyuluhan kepada orang tua / wali murid tentang pola makan yang baik, pemilihan makanan yang baik sehingga orang tua / wali murid dapat mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari dalam menyiapkan makanan terbaik untuk anaknya dan mengurangi kebiasaan jajan di sekolah. Memberikan penyuluhan tentang pentingnya kebutuhan nutrisi pada anak perempuan dengan merubah pola perilaku dari menjaga bentuk tubuh menjadi mengkonsumsi makanan untuk pemenuhan nutrisi dan energi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan Kepada Yayasan Tengku Maharatu Pekanbaru Riau dan STIKes Tengku Maharatu Pekanbaru Riau.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi.pdf*. (R. Pradana, Ed.) (VII). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Anzarkusuma, I. S., Mulyani, E. Y., Jus'at, I., & Angkasa, D. (2014). Status Gizi Berdasarkan Pola Makan Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Rajeg Tangerang. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 1(2), 135–148.
- Badriah, D. L. (2014). Gizi dalam Kesehatan Reproduksi.pdf. In N. F. Atif (Ed.) (Kedua). Bandung: PT Refika Aditama.
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2016). Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2015.
- Hakim, R. L. (2016). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Jalanan Di Kota Semarang. *Skripsi Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang*.
- Jahri, I. W., Suyanto, & Ernalia, Y. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis. *JOM FK*, 3(2), 1–18.
- Kementerian Kesehatan RI. (2008). Riset Kesehatan Dasar 2007.
- Kementerian Kesehatan RI. (2010). Riset Kesehatan Dasar 2010.
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor : 1995/Menkes/SK/XII/2010 Tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak.
- Kementerian Kesehatan RI. (2013a). Riset Kesehatan Dasar 2013.
- Kementerian Kesehatan RI. (2013b). Riskesdas Dalam Angka Tahun 2013.
- Lestari, I. D., Ernalia, Y., & Restuastuti, T. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Bangko Kabupaten Rokan Hilir. *JOM FK*, 3(2), 1–14.
- Nindrea, R. D. (2017). Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Perubahan Perilaku Sarapan Pagi Siswa Sekolah Dasar. *Endurance*, 2(October), 239–244. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i3.1839>
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. (2017). *Bahan Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Indonesia: PPSDM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Susilowati, & Kuspriyanto. (2016). Gizi dalam Daur Kehidupan.pdf. In A.

Suzanna (Ed.) (Kesatu). Bandung:
PT Refika Aditama.