

Pendampingan Guru dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Penilaian Status Gizi

Firnaliza Rizona^{1*}, Yeni Anna Appulembang², Fuji Rahmawati³, Sigit Purwanto⁴
Khoirul Latifin⁵

^{1,2,3,4} Universitas Sriwijaya

*Corresponding author, e-mail: firnaliza.rizona@fk.unsri.ac.id.

Abstract

Obesity prevalence on school age children was increasing especially in pandemic covid 19 because of online lesson which make the physical activity become subtract. Early preventing should be conduct to decrease obesity till adult age and other health effect which is could disturb children healthy. Early detection obesity by the school can be done through nutritional status data collection of students. But a lot of schools did not know how to determine children nutritional status. Subject of this community dedication was the teacher in elementary school to increase the knowledge on measure the student's nutritional status. This training was completed with media such us guideline book for determining nutritional status. Teacher conducted the small group discussion divided to five personal in four group. The result of this activity was increasing knowledge of teacher in determining the student's nutritional status. Based on this activity The objective of this public service is elementary school teacher to increase knowledge in measuring the status of child nutrition. Based on these activities are on the schools regularly can do early detection at the nutritional status students to children with the risk of obesity and that has been obese can get immediate intervention and the school can collaborate with health services to tackle obesity on a student.

Keywords: Knowledge; Nutritional status; Obese; Student; Teacher

How to Cite: Rizona, F, et al. (2022). Pendampingan Guru dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Penilaian Status Gizi. *Abdi: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(1), 228-232.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited under the same license as the original. ©2022 by author.

Pendahuluan

Masalah obesitas merupakan masalah gizi yang dihadapi hampir seluruh negara di dunia. Penderita obesitas pada usia anak terus mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar patahun 2018 diketahui bahwa baik pada usia anak maupun dewasa terjadi peningkatan hingga 31% ([Risikesdas, 2018](#)). Setelah terjadi pandemic covid 19 yang menyebabkan anak harus belajar secara dalam jaringan (daring), membuat aktivitas fisik anak menjadi berkurang sehingga mempengaruhi berat badan anak. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa selama pandemic covid 19 terdapat peningkatan berat badan siswa ([Khan & Smith, 2020](#)).

Keterkaitan yang erat antara kegemukan pada usia muda terhadap usia tua menuntut untuk penanganan dan pencegahan dilakukan sedini mungkin pada saat anak masih dalam usia sekolah. Kejadian kegemukan pada anak sekolah perlu diupayakan penanggulangannya bagi yang sudah mengalami kegemukan dan dicegah bagi yang belum mengalami kegemukan ([Rizona, 2021](#)).

Beberapa upaya penanggulangan pencegahan obesitas sudah mulai dilakukan baik metode ceramah ataupun konseling tentang ketidakseimbangan nutrisi baik tentang gizi buruk maupun obesitas dan akibatnya baik yang dilakukan secara massal ataupun dilakukan secara individu ([Sihadi, 2017](#)). Akan tetapi diperlukan upaya pencegahan lainnya yaitu berupa deteksi dini status gizi siswa. Hal ini dilakukan agar kejadijn obeistas dapat segera diketahui dan segera pula mendaatkan tindakan yang tepat. Pencegahan ini juga merupakan langkah awal untuk mengetahui tindakan apa yang tepat jika ditemukan anak dengan status gizi selain normal seperti kurang gizi ataupun obesitas.

Berdasarkan buku pedoman pencegahan dan penanggulangan kegemukan dan obesitas pada Anak sekolah salah satu tahap yang dapat dilakukan terutama pada penemuan dan tata laksana kasus adalah melakukan pengukuran antropometri yang dilakukan setiap tahun melalui kegiatan penjangkauan kesehatan di sekolah ([Kementerian Kesehatan, 2012](#)). Pengelolaan kegemukan dan obesitas perlu dilaksanakan secara komprehensif melibatkan semua pihak seperti individu, lingkungan, dinas terkait serta institusi pendidikan.

Pihak sekolah menjadi salah satu bagian yang dapat membantu mendukung pencegahan terhadap obesitas dengan cara deteksi dini pada status gizi siswa. Sekolah dapat memaksimalkan sumberdaya manusia di sekolah salah satunya guru dalam membantu melakukan pendataan tersebut. Namun kenyataannya banyak pihak sekolah yang tidak mengetahui perannya dalam upaya pencegahan ini. Pihak puskesmas pun lebih terfokus pada kegiatan vaksinasi ataupun edukasi lain yang bukan terkait status gizi obesitas. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi pada pihak sekolah tentang pentingnya pencegahan obesitas melalui upaya deteksi dini status gizi siswa. Selain itu pihak sekolah juga dapat mengembangkan kegiatan pembelajaran yang tetap membuat aktivitas fisik siswa tetap optimal walaupun pembelajaran masih daring.

Hasil observasi di lapangan dilakukan untuk mengetahui kebutuhan informasi yang diperlukan oleh pihak sekolah terkait obesitas dan pengetahuan pihak sekolah terutama guru dalam menilai status gizi siswa. Berdasarkan hasil observasi awal diketahui bahwa guru belum memahami cara penilaian status gizi siswa terutama indikator yang telah ditetapkan oleh menteri kesehatan. Beberapa metode edukasi dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan pihak sekolah tentang kesehatan. Pada kegiatan pengabdian ini digunakan diskusi kelompok kecil (*Small group discussion*) untuk meningkatkan pengetahuan. Pelatihan ini juga dipandu dengan media yang berisi informasi tentang cara penilaian status gizi siswa. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan guru dalam menilai status nutrisi siswa sehingga mampu melakukan deteksi dini pada siswa dengan obesitas. Target dalam kegiatan ini adalah guru sekolah dasar di kecamatan Ilir Barat I Palembang sebanyak 20 guru.

Metode Pelaksanaan

Aktivitas pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di sekolah dasar tepatnya di wilayah kecamatan Ilir Barat 1 Palembang pada bulan Agustus-September 2021. Kegiatan pelayanan terhadap masyarakat dilakukan dengan upaya pendampingan dalam menilai status gizi siswa yang dilakukan secara berkelompok. Jumlah sasaran sebanyak 20 guru dibagi menjadi empat kelompok sehingga satu kelompok terdiri dari lima guru. Kriteria yang ditentukan untuk memilih guru adalah guru yang merupakan wali kelas dari siswa. Penilaian status nutrisi siswa yang digunakan adalah berdasarkan pengukuran antropometri oleh kementerian kesehatan pada tahun 2020. Diskusi dilakukan selama lebih kurang 30 menit yang diawali dengan penilaian pengetahuan awal dan pengetahuan setelah dilakukan diskusi. Adapun isi buku panduan yang digunakan untuk berdiskusi adalah terdiri dari konsep obesitas secara umum yaitu seperti definisi obesitas, faktor yang mempengaruhi obesitas, dampak obesitas, dan cara pencegahan obesitas. Selain itu juga ada informasi tentang cara penilaian status gizi siswa yaitu informasi cara mengukur berat badan dan tinggi badan, menentukan usia anak, nilai IMT, nilai Z-score dan menetapkan hasil interpretasi status gizi siswa.

Hasil dan Pembahasan

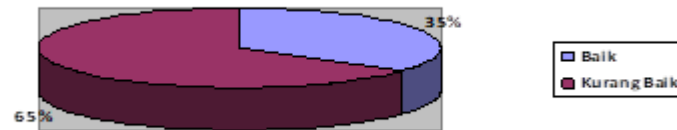
Kegiatan pengabdian ini dilakukan beberapa tahap yaitu diawali dengan survey kebutuhan guru terhadap informasi tentang cara penilaian status gizi siswa. Berdasarkan hasil survey tersebut maka dikembangkan buku panduan penilaian status gizi siswa (Dua Sijiwa) yang digunakan pada tahap pelaksanaan pendampingan pada guru.

Tahap berikutnya yaitu pelaksanaan pendampingan pada guru di sekolah dasar yaitu pada 20 guru secara luring di kelas yang telah disediakan oleh pihak sekolah selama 1 hari kegiatan dan dilaksanakan dengan memperhatikan protokol kesehatan. Fase pertama yaitu guru melakukan pretest menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan tentang penilaian status gizi siswa. Selanjutnya guru diberikan pengarahan tentang jalannya kegiatan dan penggunaan buku panduan penilaian status gizi siswa yang berisi tentang konsep obesitas secara umum yaitu seperti definisi obesitas, faktor yang mempengaruhi obesitas, dampak obesitas, dan cara pencegahan obesitas. Selain itu juga ada informasi tentang cara penilaian status gizi siswa yaitu informasi cara mengukur berat badan dan tinggi badan, menentukan usia anak, nilai IMT, nilai Z-score dan menetapkan hasil interpretasi status gizi siswa. Lalu guru dibagi menjadi beberapa kelompok kecil untuk mendiskusikan topik yang telah diberi oleh tim pengabdian. Setiap kelompok didampingi oleh anggota tim dan berdiskusi menggunakan buku panduan yang telah diberikan selama lebih kurang 30 menit. Setelah

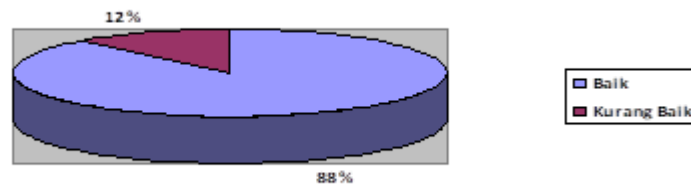
dilakukan diskusi, *post test* dilakukan kembali kepada guru untuk menilai pengetahuan guru setelah dilakukan kegiatan diskusi.

Tahap berikutnya adalah sesi Tanya jawab jika ada hal yang ingin diklarifikasi oleh guru. Pada tahap ini beberapa guru mendiskusikan tentang kesulitan mereka dalam memahami penilaian status gizi dan perbedaan pandangan mereka saat diskusi di kelompok kecil. Tim pengabdian memberikan arahan sekaligus meluruskan beberapa pendapat guru yang kurang tepat saat diskusi kelompok kecil.

Berdasarkan kegiatan pendampingan dan edukasi pada guru sekolah dasar maka didapatkan hasil distribusi frekuensi pengetahuan yang ditunjukkan pada Diagram 1. dan Diagram 2, berikut.



Gambar 1. Pengetahuan Guru Sebelum Pelatihan



Gambar 2. Pengetahuan Guru Setelah Pelatihan



Gambar 3. Pengarahan kegiatan dan penjelasan penggunaan buku panduan



Gambar 4. Pengisian Kuesioner

Berdasarkan hasil evaluasi sebelum dan setelah dilakukan pendampingan berupa edukasi melalui diskusi kelompok kecil didapatkan bahwa sebelum dilakukan kegiatan diskusi bahwa pengetahuan guru tentang cara menilai status gizi siswa hanya 35% dalam kategori baik, sisanya (65%) dalam kategori kurang baik. Lalu setelah dilakukan pendampingan melalui edukasi kelompok kecil didapatkan pengetahuan guru meningkat menjadi 88% untuk kategori baik dan hanya 12% yang memiliki kategori kurang baik.

Pada saat evaluasi pengetahuan guru tentang cara menilai status gizi siswa sebelum dilakukan pendampingan, diketahui bahwa guru banyak yang tidak mengetahui jika status gizi siswa dapat dinilai berdasarkan tinggi badan dan berat badan yang akan diklasifikasikan dalam beberapa tingkatan. Beberapa guru juga tidak mengetahui bagaimana cara menentukan nilai indeks massa tubuh. Bahkan semua guru tidak mengetahui bahwa terdapat nilai Z-score yang dapat dijadikan indikator dalam penetapan status gizi.

Selain itu, hanya beberapa guru yang dapat menentukan usia anak, menentukan berat badan dan tinggi badan anak dengan cara yang tepat. Hanya minoritas yang belum tepat dalam mengukur tinggi badan dan berat badan. Akan tetapi setelah dilakukan pendampingan, guru mampu menjawab dengan tepat pertanyaan tentang menentukan usia anak, menentukan nilai indeks massa tubuh dan menetapkan interpretasi status gizi anak.

Pada kegiatan ini tim pengabdian memfokuskan agar pengetahuan para guru khususnya wali kelas tentang cara menilai status gizi siswa dapat meningkat agar pihak sekolah melalui guru dapat melakukan upaya pencegahan terhadap obesitas melalui deteksi dini status gizi anak. Pihak sekolah juga diharapkan dapat bekerja sama dengan puskesmas terdekat untuk memaksimalkan program yang dapat mencegah terjadinya obesitas pada anak usia sekolah. Selain itu, terkait pandemic covid 19 yang menyebabkan siswa sekolah harus memaksimalkan pembelajaran di rumah, sebuah riset menunjukkan bahwa memaksimalkan pihak sekolah dalam pendidikan kesehatan dapat memberikan dampak yang baik bagi perilaku kesehatan siswa ([Linnell, et al, 2018](#)).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa sekolah tidak hanya sebagai sarana belajar mengajar, namun perubahan perilaku anak dalam kesehatan dapat dimulai dari sekolah. Oleh karena itu peranan sekolah dalam membantu upaya peningkatan kesehatan siswa dimulai dari pengetahuan, sikap, hingga perilakunya dapat dioptimalkan. Pentingnya kesadaran pihak sekolah untuk dapat bersinergi dengan berbagai pihak dalam upaya pencegahan obesitas ini salah satunya upaya deteksi dini status gizi siswa. Jika sekolah telah mendapatkan data awal maka kerjasama dengan puskesmas terkait akan lebih mudah untuk menentukan intervensi lanjutan terhadap temuan abnormalitas status gizi siswa terutama obesitas. Sebuah kegiatan pengabdian menunjukkan bagaimana penguatan sekolah dalam membantu meningkatkan aktivitas fisik siswa dalam menurunkan obesitas ([Amelia, & Sudiarti, 2018](#)).

Kesimpulan

Kegiatan pendampingan masyarakat yaitu pihak sekolah yang merupakan pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan guru dalam menilai status gizi siswa. Berbagai upaya pencegahan obesitas dapat berhasil jika adanya kolaborasi dari berbagai pihak salah satunya pihak sekolah yang dapat menjadi salah satu garda terdepan dalam pencegahan obesitas pada anak usia sekolah melalui deteksi dini status gizi siswa..

Daftar Pustaka

- Amelia, T., & Sudiarti, T. (2018). Penguatan Peran Sekolah Dan Komite Sekolah Dalam Menurunkan Prevalensi Obesitas Melalui Peningkatan Aktivitas Fisik Pada Anak Di Sekolah Dasar Islam Terpadu Ummu'I Quro, Kecamatan Beji, Depok 2018.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2012). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Kegemukan dan Obesitas pada Anak Sekolah.
- Khan, M. A., & Smith, J. E. M. (2020). "Covibesity," a new pandemic. *Obesity medicine*, 19, 100282.
- Linnell, J. D., Zidenberg-Cherr, S., Scherr, R. E., et al. (2018). Building the capacity of classroom teachers as extenders of nutrition education through extension: Evaluating a professional development model. *Journal of Human Sciences and Extension*, 6(1), 1-10.
- Riskesdas. (2018). *Data Prevalensi Obesitas Tahun 2018*. Jakarta: Kemenkes.
- Rizona, F., Herliawati, H., Latifin, K., & Septiawati, D. (2019, October). Sosialisasi Faktor Penyebab Obesitas Pada Siswa Sekolah Dasar. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*. pp. 99-1

-
- Rizona, F., Appulembang, Y. A., Rahmawati, F., Purwanto, S., & Latifin, K. (2021). Pemberdayaan Sekolah Dasar melalui Edukasi tentang Keterampilan Deteksi Dini Status Gizi untuk Pencegahan Obesitas pada Siswa. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat* (Vol. 1, No. 1, pp. 43-48).
- Sihadi, S., Sari, K., & Kusumawardani, N. (2017). Metaanalisis: Pencegahan Obesitas pada Anak Sekolah. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 27(1), 39-48.