

# KONSTRUKSI DARI PEMBUATAN INSTRUMEN STATUS GIZI PADA GURU TK DI KELURAHAN KALISEGORO GUNUNGPATI SEMARANG

**Atip Nurharini**

Jurusan PGSD, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang  
Email: atip.nurharini@gmail.com

**Abstract:** Nutritional status is a person's nutritional state, in this case can be detected by means of antropometri that is by measuring the size of the body, for example the weight (W), height (TB), upper arm circles (LLA). At this time, the Dedication Teams of Semarang State University would like to follow up the IbM program, namely in the form of the construction of teaching Kindergarten in understanding childhood nutritional status by providing training on the measurement of nutrition, nutritional measurement tools manufacturing, simulation, and debriefing. The purpose of the activities are: to find out if using Ribbon to LILA as an effective way to gauge the nutritional status in children of Kinderfarten in the village of Kalisegoro and knows how to make nutritional status instrument of Ribbon LILA in Kelurahan Kalisegoro Gunungpati. The target on this devotion activities include kindergarten teachers in Kelurahan Kalisegoro Gunungpati, Semarang including: Islam Sekargading and Umul Quro Kindergarten with number of participants 14 people. The methods used are: lectures, discussions, workshops, practice, simulation.

**Keywords:** *nutritional status, toddlers and kindergarten, antropometri*

**Abstrak:** Status gizi adalah keadaan gizi seseorang, dalam hal ini dapat dideteksi dengan cara *antropometri* yaitu dengan mengukur ukuran tubuh, misalnya berat badan (BB), tinggi badan (TB), lingkaran lengan atas (LLA). Pada pengabdian kali ini, Tim Pengabdian Universitas Negeri Semarang ingin menindaklanjuti program IbM, yaitu berupa pembinaan pengajar TK dalam memahami status gizi anak balita dengan memberikan pelatihan pengukuran gizi, pembuatan alat pengukur gizi, simulasi, dan tanya jawab. Tujuan dari kegiatan pengabdian adalah: mengetahui apakah dengan menggunakan Pita LILA sebagai cara efektif untuk mengukur status gizi pada anak TK di Kelurahan Kalisegoro Gunungpati dan mengetahui cara membuat alat pengukur status gizi berupa Pita LILA sebagai alat pengukur gizi anak TK di Kelurahan Kalisegoro Gunungpati. Sasaran pada kegiatan pengabdian ini meliputi guru-guru TK sekelurahan Kalisegoro kecamatan Gunungpati kota Semarang, meliputi : TK Islam Terpadu Sekargading, dan TK Umul Quro dengan jumlah peserta 14 orang. Metode yang digunakan adalah: ceramah, diskusi, workshop, praktek, dan simulasi.

**Kata kunci:** *nutritional status, toddlers and kindergarten, antropometri*

## PENDAHULUAN

Pada anak usia TK masalah gizi sangat rentan terjadi, hal ini disebabkan karena di usianya anak balita mengalami pertumbuhan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi disetiap kg berat badannya. Pada periode ini proses perubahan fisik, emosi dan sosial berlangsung cepat. Proses ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu faktor dalam maupun lingkungan. Potensi anak dapat dikembangkan jika anak sehat secara fisik maupun mental. Perawatan kesehatan pada anak usia dini dapat diawali dari pemberian makanan yang sehat dan menjaga kebersihan. Pemberian makanan yang sehat dapat menjaga kesehatan, mendidik anak untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat.

Berdasarkan observasi awal permasalahan yang dihadapi di TK kelurahan kalisegoro adalah masih terdapat beberapa anak yang prestasi belajarnya kurang maksimal. Dan penyebabnya dicurigai adalah kurangnya gizi pada anak tersebut. Hal ini didasarkan pada ciri fisik anak tersebut yang merujuk pada indikator kekurangan gizi pada anak, seperti rambut kusam, kering, pucat, otot kurus dan lemah.

Dalam hal penanganan masalah gizi di Indonesia semua pihak harus ikut bertanggung jawab, bukan hanya dari pemerintah saja. Termasuk permasalahan status gizi di sekolah TK Kalisegoro, selain peran utama orang tua sangat penting dalam memberikan nutrisi pada anaknya, guru juga ikut serta dalam peningkatan status gizinya. Hal ini dikarenakan Guru TK yang tiap hari bertemu dengan anak mempunyai frekuensi yang lebih besar dalam memantau tumbuh kembang peserta didik tersebut. Adapun yang perlu dipantau aktivitas anak adalah: kemampuan gerak dasar, misalnya berjalan, berlari, dan melompat; kemampuan gerak halus, misalnya mengancingkan baju, memejamkan mata, buka celana waktu kencing; kemampuan berbicara, bahasa dan kecerdasan, misalnya

mengungkapkan perasaan keinginan, berpendapat melalui kata-kata, mengerti dan memahami perkataan orang lain, kemampuan berpikir; kemampuan bergaul dan mandiri, misalnya berteman, tahu sopan santun, mau mengikuti peraturan (Soegeng S, 1990).

Berkaitan dengan hal tersebut maka guru TK diharapkan sehat fisik, sehat mental, lincah, sabar, dan mempunyai rasa kasih sayang tinggi. Selain itu juga mempunyai pengetahuan serta keterampilan yang memadai tentang bagaimana menilai status gizi pada anak, meliputi cara mengukur status gizi, membuat alat ukurnya dan penggunaannya. Namun disisi lain permasalahan yang dihadapi di TK Kalisegoro adalah kurangnya pengetahuan pengajar TK akan status gizi pada anak, sehingga mereka kurang mampu memberikan solusi apa yang tepat untuk mengatasi permasalahan status gizi pada peserta didiknya. Selama ini cara yang digunakan guru di TK Kalisegoro adalah mendeteksi dengan cara *antropometri* yaitu dengan mengukur ukuran tubuh, misalnya berat badan (BB), tinggi badan (TB), sedangkan pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) belum pernah dilakukan, karena kurangnya pengetahuan guru mengenai manfaat pengukuran status gizi dengan Pita LILA. Pita LILA mempunyai banyak kelebihan dalam mengukur status gizi pada anak dibanding dengan alat lain yakni: 1) Merupakan salah satu pilihan untuk penentuan status gizi, karena mudah, murah dan cepat. 2) Tidak memerlukan data umur yang terkadang susah diperoleh, 3) Memberikan gambaran tentang keadaan jaringan otot dan lapisan lemak bawah kulit yang mencerminkan cadangan energy yang dimiliki pada anak tersebut.

Permasalahan yang kini tengah dihadapi oleh pengajar TK dalam memahami status gizi anak balita adalah: (a) Apakah dengan menggunakan Pita LILA sebagai cara efektif mengetahui status gizi pada anak TK di kelurahan Kalisegoro Gunungpati, (b) Bagaimanakah cara membuat alat pengukur

status gizi berupa Pita LILA sebagai alat pengukur gizi anak TK di Kelurahan Kalisegoro Gunungpati.

Berdasarkan rumusan masalah tujuan dari kegiatan pengabdian adalah: (a) Mengetahui apakah dengan menggunakan Pita LILA sebagai cara efektif untuk mengukur status gizi pada anak TK di Kelurahan Kalisegoro Gunungpati, (b) Mengetahui cara membuat alat pengukur status gizi berupa Pita LILA sebagai alat pengukur gizi anak TK di Kelurahan Kalisegoro Gunungpati.

Indikator ukuran antropometri digunakan sebagai kriteria utama untuk menilai kecukupan asupan gizi dan pertumbuhan bayi dan balita. Penggunaannya untuk sebaran status gizi (prevalensi berdasarkan usia, jenis kelamin, status sosial dan lain-lain), menentukan prioritas intervensi gizi, evaluasi hasil intervensi. Penilaian hasil pengukuran antropometri meliputi: usia, berat badan, panjang badan (usia kurang 2 tahun), atau tinggi badan (usia 2 tahun atau lebih), lingkaran lengan atas (LILA), lain-lain: tebal lipatan kulit. (Suharjo, 1996:24)

Usia dalam bulan ditentukan dengan cara: penentuan tanggal dari tanggal lahir dan tanggal pengukuran antropometri; dilakukan pembulatan ke atas bila lebih dari 15 hari dan sebaliknya, bila tidak ingat tanggal lahir, maka tanggal lahir ditentukan sebagai tanggal 15; bila tidak ingat bulan lahir, maka ditentukan sebagai bulan 6. Sedangkan cara pengukurannya adalah sebagai berikut: (a) Sebelum pengukuran, dengan sopan minta izin kepada responden bahwa petugas akan menyingsingkan baju lengan kiri responden sampai pangkal bahu. Bila responden keberatan, minta izin pengukuran dilakukan di dalam ruangan yang tertutup, (b) Tentukan posisi pangkal bahu, (c) Tentukan posisi ujung siku dengan cara siku dilipat dengan telapak tangan ke arah perut, (d) Tentukan titik tengah antara pangkal bahu dan ujung siku dengan menggunakan pita LILA atau meteran (Lihat Gambar), dan beri tanda dengan pulpen/spidol

(sebelumnya dengan sopan minta izin kepada responden). Bila menggunakan pita LILA perhatikan titik nolnya, (e) Lingkarkan pita LILA sesuai tanda pulpen di sekeliling lengan responden sesuai tanda (di pertengahan antara pangkal bahu dan siku, (f) Masukkan ujung pita di lubang yang ada pada pita LILA, (g) Pita ditarik dengan perlahan, jangan terlalu ketat atau longgar, (h) Baca angka yang ditunjukkan oleh tanda panah pada pita LILA (ke arah angka yang lebih besar), (i) Tuliskan angka pembacaan, (j) Jika lengan kiri lumpuh, yang diukur adalah lengan kanan (beri keterangan pada kolom catatan pengumpul data), (k) Simpan pita LILA dengan baik, jangan sampai berlipat-lipat atau sobek.

Analisis hasil pengukuran antropometri nilai persentil yaitu: ukuran antropometrik (BB-U, TB-U dan BB-TB) disajikan sebagai posisi individu dalam sebaran populasi rujukan; normal bila antara persentil 5 dan 95; kurang apabila kurang persentil 5; lebih apabila lebih persentil 95; nilai % terhadap median.

Pengukuran tersebut harus di deteksi sejak usia dini. Pelaksana deteksi dini yaitu tenaga profesional, kader dan orang tua atau anggota keluarga lainnya yang mampu dan terampil. Tempat pelaksanaannya yaitu di pusat-pusat pelayanan kesehatan, di posyandu, di sekolah-sekolah dan di lingkungan rumah tangga.

Anak usia TK sedang mengalami masa tumbuh kembang yang amat pesat. Periode ini proses perubahan fisik, emosi dan social berlangsung cepat. Proses ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu faktor dalam maupun lingkungan. Tumbuh kembang anak TK dapat dipantau dengan kondisi fisik misalnya tinggi badan, berat badan, lingkaran kepala, lingkaran lengan atas, kekenyalan otot, maupun melalui pengamatan sikap, dan perilaku anak. Keputusan secara nasional diterapkan standar ukuran fisik maupun perkembangan emosi dan perilaku anak usia TK yang diperoleh kuosioner atau instrument lain digambarkan pada suatu kartu seperti KMS (Kartu Menuju

Sehat).

Guru TK yang tiap hari bertemu dengan anak mempunyai peranan dalam memantau tumbuh kembang tersebut, maka guru TK diharapkan sehat fisik, sehat mental, lincah, sabar, dan mempunyai rasa kasih sayang tinggi. Adapun yang perlu dipantau aktivitas anak adalah: (a) Kemampuan gerak dasar, misalnya berjalan, berlari, dan melompat, (b) Kemampuan gerak halus, misalnya mengancingkan baju, memejamkan mata, buka celana waktu kencing, (c) Kemampuan berbicara, bahasa dan kecerdasan, misalnya mengungkapkan perasaan keinginan, berpendapat melalui kata-kata, mengerti dan memahami perkataan orang lain, kemampuan berpikir, (d) Kemampuan bergaul dan mandiri, misalnya berteman, tahu sopan santun, mau mengikuti peraturan (Soegeng S, 1990).

Status gizi adalah keadaan gizi seseorang, dalam hal ini dapat dideteksi dengan cara *antropometri* yaitu dengan mengukur ukuran tubuh, misalnya berat badan (BB), tinggi badan (TB), lingkaran lengan atas (LLA). Sedangkan indikator antropometri yang umum digunakan untuk menilai keadaan gizi adalah berat badan terhadap umur (BB/U), tinggi badan terhadap umur (TB/U), berat badan terhadap tinggi badan (BB/TB), sering dilakukan juga pengukuran lingkaran lengan atas. Kegiatan ini bisa dilakukan oleh semua orang tetapi harus dilatih terlebih dahulu. Pada pengabdian kali ini, Tim pengabdian ingin menindaklanjuti program IbM, yaitu berupa pembinaan pengajar TK dalam memahami status gizi anak balita dengan memberikan pelatihan pengukuran gizi, pembuatan alat pengukur gizi, simulasi, dan tanya jawab.

## METODE

Langkah yang akan ditempuh dalam menyelesaikan masalah dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut: (a) Sebelum pelaksanaan pelatihan, tim pelaksana mengadakan studi pendahuluan dan observasi untuk mengetahui

permasalahan apa yang dihadapi di TK Kelurahan Kalisegoro Gunungpati, (b) Studi Literatur untuk mencari solusi yang tepat dalam permasalahan yang dihadapi, (c) Merancang desain pemecahan masalah, berupa pembinaan dan pelatihan pengajar Tk dalam memahami status gizi anak balita di Kelurahan Kalisegoro Kecamatan Gunungpati Kabupaten Semarang, sebagai solusi yang ditawarkan atas permasalahan yang dihadapi di wilayah tersebut, (d) Melaksanakan desain pemecahan masalah, (e) Mengevaluasi pelaksanaan kegiatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diawali dengan pembukaan yang berisi sambutan oleh Ibu kepala Sekolah TK IT Sekargading Lurah Kalisegoro Kecamatan Gunungpati. Selanjutnya dilanjutkan sambutan oleh ketua Pengabdian dan diikuti dengan penyampaian materi yang pertama mengenai sosialisasi peran guru TK dalam tumbuh kembang anak oleh pembicara pertama. Dalam sesi ini merupakan awalan motivasi yang baik bagi peserta untuk mengikuti kegiatan selanjutnya.

Materi kedua dan selanjutnya dipaparkan oleh pembicara kedua mengenai sosialisasi Gizi anak TK dalam tumbuh kembang anak. Pada sesi ini dibuka forum tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki oleh guru tentang pengukuran gizi yang sudah dilakukan untuk anak didik mereka. Sehingga diskusi yang berlangsung sesuai dengan kebutuhan dan *problem* masing-masing sekolah. Dalam forum ini diketahui bahwa terdapat guru yang pengetahuan dalam mengukur status gizi anak masih sangat kurang. Hal ini tampak pada saat pengenalan berbagai alat ukur status gizi, terdapat beberapa jenis alat ukur status gizi serta kegunaan dan cara penggunaannya yang belum diketahui sebelumnya oleh para guru. Sebagai aplikasi pengalaman pribadi peserta, mereka diminta untuk mensimulasikan aktivitas pengukuran status gizi yang pernah

dilakukan. Kemudian pemateri mengevaluasi serta melakukan koreksi.

Pada materi selanjutnya yaitu dilanjutkan materi ketiga tentang Pengukuran status gizi dengan *antropometri* dan pelatihan pembuatan alat ukur status gizi anak balita, karena berdasarkan pada paparan awal penyajian materi kegiatan, diketahui bahwa sebagian besar peserta umumnya mengukur status gizi anak didik secara *general* yakni dengan pengukuran berat (BB) dan tinggi badan (TB), sedang pengukuran dengan menggunakan pita LILA (lingkar lengan atas) belum pernah dilakukan.



**Gambar.1 Bersama kelompok peserta praktek membuat alat ukur status gizi**



**Gambar.2 Peserta mengaplikasikan alat ukur Pita LILA pada anak TK**

Pada sesi ini peserta diminta membuat 6 kelompok, untuk melaksanakan kegiatan

praktik pembuatan alat ukur status gizi dan simulasi pengukuran dengan menggunakan pita LILA. Dalam hal ini peserta langsung berperan serta membuat alat ukur status gizi yakni pita LILA dengan panduan dari tim pelaksana. Dalam pembuatan pita LILA tim pelaksana selalu membimbing peserta untuk menekankan pada ketelitian dalam membuat alat peraga, karena faktor *human error* baik dalam pembuatan alat ukur maupun dalam proses pengukuran akan sangat menentukan validitas data yang dihasilkan. Setelah peserta selesai membuat alat peraga masing-masing kelompok mensimulasikan pengukuran dengan menggunakan pita LILA pada anak TK, serta mempresentasikan hasil yang diperoleh. Dalam kegiatan presentasi diketahui bahwa peserta sangat antusias dan *interest* dengan kegiatan yang telah dilakukan. Para peserta merasa mendapat banyak pengetahuan baru, pengalaman, manfaat yang dapat diimplementasikan kepada peserta didik.

Pada waktu praktek pembuatan pita LILA terdapat 3 kelompok dapat membuat pita LILA dengan hasil yang sangat baik, dan 3 kelompok dapat membuat pita LILA dengan hasil yang baik. Masing-masing kelompok mendapatkan reward untuk memotivasi dalam mengikuti kegiatan pengabdian.

Sebagai tindak lanjut dari kegiatan pembinaan pengajar TK dalam memahami status gizi anak balita di kelurahan Kalisegoro Kecamatan Gunungpati Kabupaten Semarang, tim pelaksana memberikan bantuan stimulus untuk meningkatkan gizi bagi peserta didik pada masing-masing sekolah TK meliputi: TK.IT Sekargading dan TK Umul Qurro, yang dinilai kurang status gizinya. Pemberian bantuan diserahkan oleh ketua tim pelaksana dan diterima oleh perwakilan masing-masing sekolah pada akhir penutupan acara. Selain itu semua peserta mendapatkan sertifikat sebagai tanda penghargaan mengikuti kegiatan pelatihan selama satu hari.

Rincian kegiatan ini menawarkan berbagai solusi diantaranya: (a) Sosialisasi

dan pelatihan menggunakan alat pengukur gizi anak balita, (b) Pembinaan dan pengarahan tentang identifikasi visual status gizi anak balita kepada pengajar TK, (c) Menyediakan alat pengukur status gizi melalui program pelatihan pembuatan alat pengukur status gizi, (d) Diskusi, yaitu setiap kelompok mendiskusikan bagaimana merencanakan dan melaksanakan pembuatan alat ukur status gizi, (e) Workshop, yaitu pelatihan dengan cara memberi informasi mengenai cara pembuatan alat ukur dan kemudian hasil dari workshop dipraktikkan langsung mengenai pembuatan pita LILA untuk mengetahui status gizi pada anak TK, (f) Praktik, praktek langsung mengenai pembuatan pita LILA untuk mengetahui status gizi pada anak TK, (g) Simulasi, Latihan mengukur penggunaan Pita LILA pada anak TK, (h) Evaluasi yaitu mengadakan penilaian terhadap peserta terhadap hasil pembuatan pita LILA, (i) Penyerahan sertifikat kepada semua peserta pelatihan.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Dari hasil melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat disimpulkan sebagai berikut : Kegiatan pembinaan dan pelatihan pembinaan pengajar TK dalam memahami status gizi anak balita di kelurahan Kalisegoro kecamatan Gunungpati kota Semarang mendapat respon positif dari peserta. Adanya permintaan dari seluruh peserta untuk sering diadakan kegiatan sejenis dalam rangka meningkatkan wawasan dan keterampilan guru dalam hal pengukuran status gizi secara *antropometri*, khususnya

pembuatan dan penggunaan pita LILA (lingkar lengan atas), serta berbagai macam cara meningkatkan gizi peserta didik.

### Saran

Saran-saran yang dapat diberikan untuk pelaksanaan kegiatan ini adalah : kegiatan semacam ini dapat dilakukan di sekolah lain dengan jenjang pendidikan yang berbeda, dan dilanjutkan dengan program lain yang mendukung seperti pelaksanaan PMTAS.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abunain Djumadias, 1990, *Aplikasi Antropometri sebagai Alat Ukur Status Gizi*, Puslitbang Gizi Bogor.
- Depkes, RI, 2004, *Analisis Situasi Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, Jakarta
- Hurlock, Elizabeth B. 1978. *Child Development Perkembangan Anak Jilid II*, Edisi Keenam Alih Bahasa Meitasari Tjandrasari dan Muslichah Zarkasih. Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama
- Suharjo, 1996, *Gizi dan Pangan*, Kanisius, Yogyakarta
- Supriasa, 1999, *Epidemiologi Gizi, AKZI Malang*
- Soengeng P. T, 2001. *Pengukuran Status Gizi Balita*. Semarang
- WHO, 1983. *Measuring Change In Nutritional Status*, Genewa.
- Yusuf, S. 2001. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Woolfolk, AC. 1995. *Educational Psychology*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon