

## PENGUKURAN ANTROPOMETRI DAN STATUS GIZI dan SISWA DI SD NEGERI 065014 DESA NAMU GAJAH, KECAMATAN MEDAN TUNTUNGAN TAHUN 2026

Astria Fransiska Butarbutar<sup>1</sup>, Meta Agrifina<sup>2</sup>, Yohana Tetty Gultom<sup>3</sup>, Kristi Imania Singarimbun<sup>4</sup>, Rasmalem Putri Br Ginting<sup>5</sup>, Vinsensia Oriyenti Halawa<sup>6</sup>, Hanaria Tarigan<sup>7</sup>, Bulan Oppi Andarista<sup>8</sup>, Keysi Brilliant Bregin Damanik<sup>9</sup>

<sup>1-6</sup>Program Studi S-1 Gizi, Institut Kesehatan Sumatera Utara, Indonesia

### Informasi Artikel :

#### Sejarah Artikel:

Diterima, Mei 29, 2026  
Revisi, Juni 20, 2026  
Disetujui, Juni 30, 2026

### Kata Kunci :

Antropometri,  
Status Gizi,  
Siswa Sekolah Dasar,  
Gizi Seimbang,  
Stunting

### ABSTRAK

Status gizi merupakan indikator penting yang memengaruhi kesehatan, pertumbuhan, perkembangan, dan kemampuan belajar anak usia sekolah. Pemantauan status gizi melalui pengukuran antropometri diperlukan untuk mendeteksi masalah gizi sejak dini. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melakukan pengukuran antropometri, menilai status gizi siswa, serta meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang, malnutrisi, dan pencegahan stunting pada siswa SD Negeri 065014 Desa Namu Gajah, Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2026. Kegiatan dilaksanakan pada April 2026 dengan sasaran siswa kelas I hingga VI. Metode yang digunakan meliputi pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital dan tinggi badan menggunakan microtoise. Data antropometri digunakan untuk menilai status gizi siswa, dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan mengenai gizi seimbang, tanda-tanda malnutrisi, dan pencegahan stunting. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pengukuran antropometri mampu memberikan gambaran kondisi pertumbuhan dan status gizi siswa sebagai dasar pemantauan kesehatan. Selain itu, penyuluhan kesehatan meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya pola makan bergizi seimbang dan perilaku hidup sehat. Antusiasme siswa dan dukungan pihak sekolah turut mendukung keberhasilan kegiatan. Dapat disimpulkan bahwa pengukuran antropometri dan edukasi gizi efektif dalam mendukung pemantauan status gizi serta meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan dan mencegah stunting sejak dini.

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



### Korespondensi Penulis:

Astria Fransiska Butarbutar,  
Program Studi S-1 Gizi,  
Institut Kesehatan Sumatera Utara,  
Jalan Letjen Jamin Ginting, Lingkungan I, Kelurahan Lau Cih, Kecamatan Medan Tuntungan, Kota Medan,  
Sumatera Utara 20136  
Email: [butarbutarsiska@gmail.com](mailto:butarbutarsiska@gmail.com)

## 1. PENDAHULUAN

Status gizi anak usia sekolah merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kualitas kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan anak. Anak usia sekolah membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk mendukung aktivitas belajar, perkembangan fisik, fungsi kognitif,

copyright © 2023 Authors.

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

serta meningkatkan daya tahan tubuh. Status gizi yang kurang baik dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, menurunkan konsentrasi belajar, meningkatkan angka ketidakhadiran di sekolah, serta meningkatkan risiko berbagai penyakit infeksi maupun penyakit tidak menular di kemudian hari (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO), status gizi yang optimal pada anak berperan penting dalam mendukung perkembangan fisik dan mental yang maksimal. Sebaliknya, masalah gizi seperti stunting, wasting, underweight, maupun overweight dapat berdampak pada kualitas sumber daya manusia di masa depan (WHO, 2024). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 menunjukkan bahwa permasalahan gizi pada anak masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian dan intervensi berkelanjutan, terutama melalui upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah.

Pengukuran antropometri merupakan metode sederhana, praktis, murah, dan akurat yang dapat digunakan untuk mengetahui kondisi status gizi anak. Pengukuran berat badan dan tinggi badan menjadi indikator utama dalam penilaian status gizi karena mampu menggambarkan kondisi pertumbuhan anak secara objektif. Menurut Supriasa (2021), antropometri merupakan metode yang paling banyak digunakan dalam surveilans gizi karena mudah diterapkan dan dapat digunakan untuk mendeteksi masalah gizi sejak dini. Melalui pengukuran antropometri secara berkala, kondisi pertumbuhan anak dapat dipantau dan dievaluasi sehingga tindakan pencegahan maupun penanganan dapat dilakukan lebih cepat.

Masalah gizi pada anak sekolah masih menjadi perhatian penting di Indonesia. Beberapa anak mengalami kekurangan gizi akibat pola makan yang tidak seimbang, kurangnya konsumsi makanan bergizi, serta rendahnya pengetahuan tentang gizi. Di sisi lain, peningkatan konsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak serta rendahnya aktivitas fisik menyebabkan meningkatnya prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada anak sekolah (Kemenkes RI, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Hardinsyah dan Supriasa (2022) menunjukkan bahwa pola makan yang tidak seimbang berhubungan erat dengan terjadinya gangguan status gizi pada anak usia sekolah.

Sekolah merupakan tempat yang strategis untuk melaksanakan program kesehatan karena anak menghabiskan sebagian besar waktunya di lingkungan sekolah. Program pemantauan status gizi dan edukasi kesehatan di sekolah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat pada siswa (Notoatmodjo, 2020). Kegiatan pengukuran antropometri di sekolah tidak hanya membantu mengidentifikasi kondisi kesehatan siswa, tetapi juga menjadi sarana edukasi untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik, serta pencegahan stunting sejak dini.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kegiatan pengukuran antropometri dan edukasi gizi sebagai upaya deteksi dini masalah gizi pada anak sekolah. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan gambaran status gizi siswa SD Negeri 065014 Desa Namu Gajah, Kecamatan Medan Tuntungan serta meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan, menerapkan pola makan gizi seimbang, dan mencegah stunting sejak dini.

## **2. METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan April 2026 di SD Negeri 065014 Desa Namu Gajah, Kecamatan Medan Tuntungan. Sasaran kegiatan adalah seluruh siswa kelas I sampai kelas VI yang berada di lingkungan sekolah tersebut. Metode pelaksanaan kegiatan terdiri atas tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

### **1. Tahap Persiapan**

Pada tahap persiapan, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk memperoleh izin pelaksanaan kegiatan serta menentukan jadwal pelaksanaan. Selain itu, dilakukan persiapan alat dan bahan yang diperlukan, meliputi timbangan digital untuk pengukuran berat badan,

microtoise untuk pengukuran tinggi badan, formulir pencatatan hasil pengukuran, serta media edukasi mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting. Tim mahasiswa juga diberikan pembekalan terkait prosedur pengukuran antropometri yang benar guna menjamin validitas dan keakuratan data yang diperoleh.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan registrasi peserta dan penjelasan singkat mengenai tujuan kegiatan. Selanjutnya, dilakukan pengukuran antropometri oleh tim mahasiswa menggunakan peralatan ukur standar, yaitu timbangan digital untuk mengukur berat badan dan microtoise untuk mengukur tinggi badan siswa. Hasil pengukuran dicatat dan digunakan sebagai dasar dalam penilaian status gizi anak sekolah.

Setelah kegiatan pengukuran selesai, dilaksanakan edukasi kesehatan kepada siswa. Materi yang diberikan meliputi pentingnya penerapan pola makan dengan gizi seimbang, pentingnya konsumsi buah dan sayur, identifikasi dini tanda-tanda status gizi kurang, serta upaya pencegahan stunting sejak usia dini. Edukasi dilakukan secara interaktif agar siswa lebih mudah memahami materi yang disampaikan.

## 3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan meninjau ketercapaian pelaksanaan kegiatan, tingkat partisipasi siswa, serta pemahaman siswa terhadap materi edukasi yang diberikan. Evaluasi juga dilakukan melalui analisis hasil pengukuran antropometri untuk memperoleh gambaran status gizi siswa. Hasil evaluasi digunakan sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah dan tim pengabdian dalam upaya pemantauan pertumbuhan serta peningkatan kesehatan dan status gizi siswa secara berkelanjutan. **2.1.**

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengukuran antropometri pada siswa kelas I sampai kelas VI SD Negeri 065014 Desa Namu Gajah, diperoleh data tinggi badan dan berat badan yang digunakan untuk menggambarkan status gizi anak sekolah. Hasil pengukuran menunjukkan adanya variasi pertumbuhan pada setiap tingkat kelas yang sesuai dengan usia dan tahap perkembangan anak.

| Kelas   | Jumlah Data | Rata-rata Tinggi Badan | Rata-rata Berat Badan | Rata-rata IMT / Status Gizi |
|---------|-------------|------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| Kelas 1 | 20 siswa    | 115,9 cm               | 20,5 kg               | 15,1                        |
| Kelas 2 | 20 siswa    | 119,6 cm               | 23,5 kg               | 16,4                        |
| Kelas 3 | 19 siswa    | 129,1 cm               | 25,8 kg               | 15,4                        |
| Kelas 4 | 16 siswa    | 136,1 cm               | 30,8 kg               | 16,7                        |
| Kelas 5 | 19 siswa    | 139,0 cm               | 36,0 kg               | 18,5                        |
| Kelas 6 | 17 siswa    | 141,4 cm               | 37,7 kg               | 18,7                        |

**Tabel 1.** Tabel rata-rata Tinggi Badan, Berat Badan, dan Status Gizi

Keterangan:

- IMT (Indeks Massa Tubuh) dihitung dari berat badan (kg) dibagi tinggi badan<sup>2</sup> (m<sup>2</sup>).
- Secara umum, rata-rata status gizi siswa berada dalam kategori normal dan menunjukkan peningkatan sesuai pertambahan usia dan jenjang kelas.

Berdasarkan hasil pengukuran antropometri terhadap 111 siswa kelas I sampai kelas VI SD Negeri 065014 Desa Namu Gajah, diperoleh data rata-rata tinggi badan, berat badan, dan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang menunjukkan peningkatan pada setiap jenjang kelas. Rata-rata tinggi badan meningkat dari 115,9 cm pada siswa kelas I menjadi 141,4 cm pada siswa kelas VI. Demikian pula rata-rata berat badan meningkat dari 20,5 kg menjadi 37,7 kg, sedangkan nilai IMT meningkat dari 15,1 menjadi 18,7. Peningkatan tersebut menunjukkan adanya proses pertumbuhan fisik yang berlangsung sesuai dengan pertambahan usia dan tahap perkembangan anak sekolah dasar.

Secara umum, hasil pengukuran menunjukkan bahwa status gizi siswa berada pada kategori normal. Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memiliki pertumbuhan yang cukup baik dan sesuai dengan usia mereka. Pertumbuhan yang optimal pada anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh kecukupan asupan energi dan zat gizi, aktivitas fisik, kondisi kesehatan, serta dukungan lingkungan keluarga dan sekolah. Menurut World Health Organization (2024), status gizi yang baik pada anak sekolah berperan penting dalam mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kemampuan belajar yang optimal.

Meskipun demikian, masih ditemukan variasi tinggi badan, berat badan, dan IMT antar siswa pada kelas yang sama. Variasi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola makan, aktivitas fisik, riwayat penyakit, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta pola asuh orang tua. Oleh karena itu, pemantauan status gizi secara berkala perlu dilakukan untuk mendeteksi secara dini kemungkinan terjadinya masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Hasil ini sejalan dengan penelitian Dewi et al. (2024) yang menunjukkan bahwa pengukuran antropometri menggunakan indikator tinggi badan, berat badan, dan IMT merupakan metode yang efektif untuk mengevaluasi status gizi anak sekolah dan mengidentifikasi kelompok yang berisiko mengalami gangguan pertumbuhan.

Selain pengukuran antropometri, kegiatan ini juga disertai dengan edukasi gizi mengenai pentingnya sarapan pagi, konsumsi makanan bergizi seimbang, konsumsi buah dan sayur, serta pencegahan stunting sejak dini. Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan aktif mengikuti penyuluhan dan menjawab pertanyaan yang diberikan. Tingginya partisipasi siswa menunjukkan bahwa pendidikan gizi di lingkungan sekolah merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan anak.

Hasil kegiatan ini didukung oleh penelitian Nur et al. (2025) yang melaporkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan bersamaan dengan kegiatan pengukuran antropometri mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga status gizi dan menerapkan perilaku hidup sehat. Pengetahuan yang diperoleh melalui edukasi diharapkan dapat mendorong terbentuknya kebiasaan makan yang lebih baik serta meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan sejak usia dini.

Materi mengenai pencegahan stunting juga menjadi bagian penting dalam kegiatan ini. Walaupun stunting umumnya terjadi pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), edukasi mengenai stunting tetap diperlukan pada usia sekolah sebagai upaya membangun kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang dan pola hidup sehat. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menegaskan bahwa pencegahan stunting memerlukan keterlibatan berbagai pihak, termasuk keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan. Sekolah memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku hidup sehat melalui berbagai kegiatan edukatif yang mendukung peningkatan kesehatan dan status gizi siswa.

Secara keseluruhan, kegiatan pengukuran antropometri dan edukasi gizi di SD Negeri 065014 Desa Namu Gajah memberikan manfaat dalam pemantauan pertumbuhan dan penilaian status gizi siswa. Kegiatan ini juga berperan dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang, pentingnya sarapan, konsumsi buah dan sayur, serta pencegahan stunting. Data yang diperoleh dapat menjadi dasar bagi pihak sekolah dan tenaga kesehatan dalam merencanakan program pemantauan pertumbuhan dan pembinaan kesehatan siswa secara berkelanjutan. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara rutin sebagai upaya promotif dan preventif untuk mendukung terciptanya generasi yang sehat, cerdas, dan berkualitas.

#### **4. KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pengukuran antropometri dan edukasi gizi di SD Negeri 065014 Desa Namu Gajah, Kecamatan Medan Tuntungan berhasil dilaksanakan dengan baik dan memberikan manfaat dalam pemantauan pertumbuhan serta peningkatan pengetahuan kesehatan

siswa. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa rata-rata tinggi badan, berat badan, dan Indeks Massa Tubuh (IMT) siswa meningkat sesuai dengan penambahan usia dan jenjang kelas, yang secara umum menggambarkan status gizi normal dan pertumbuhan yang baik. Meskipun demikian, adanya variasi hasil pengukuran antar siswa menunjukkan pentingnya pemantauan status gizi secara berkala untuk mendeteksi dini masalah gizi. Selain itu, edukasi yang diberikan mengenai gizi seimbang, pentingnya sarapan, konsumsi buah dan sayur, serta pencegahan stunting berhasil meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan dan pola hidup sehat. Oleh karena itu, kegiatan pengukuran antropometri dan edukasi gizi perlu dilakukan secara rutin dan berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif dalam mendukung tumbuh kembang anak usia sekolah secara optimal.

## 5. DOKUMENTASI



**Gambar 1.** Pengukuran Antropometri

## REFERENSI

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2020). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan*. Kencana.
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip dasar ilmu gizi*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Dewi, W. M. K., Effendy, N., & Birru, M. I. A. (2024). Evaluasi status gizi siswa SDN 1 Sikunang, Wonosobo, melalui pengukuran antropometri dengan WHO AnthroPlus. *Warta LPM*, 27(3), 424–433. <https://doi.org/10.23917/warta.v27i3.4803>
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (2022). *Ilmu gizi: Teori dan aplikasi*. EGC.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman gizi seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2024*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pelaksanaan Pemantauan Status Gizi Anak Sekolah*. Jakarta: Kemenkes RI.

- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nur, H., Salsabila, & Alkhair. (2025). Pengukuran antropometri untuk deteksi dini masalah gizi pada anak usia sekolah di SDN 05 Kota Bima. *Jurnal Teras Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 15–20. <https://jurnal.tdinus.com/index.php/jtpm/article/view/7>
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2020). *Penilaian status gizi* (2nd ed.). EGC.
- World Health Organization. (2024). *Malnutrition fact sheets and child growth standards*. World Health Organization.