

**PERBEDAAN STATUS GIZI DAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI
PADA ANAK SEKOLAH DASAR PERDESAAN DAN PERKOTAAN**

**DI KABUPATEN BANYUMAS
(Studi di SDN 1 Purwojati dan SD Santo Yosep)**

**THE DIFFERENCE OF NUTRITIONAL STATUS AND PHYSICAL
FITNESS LEVEL ON RURAL AND URBAN ELEMENTARY SCHOOL
CHILDREN IN BANYUMAS DISTRICT (STUDY IN ELEMENTARY
SCHOOL 1 PURWOJATI AND SANTO YOSEP ELEMENTARY
SCHOOL)**

Dian Ratna R¹⁾, Dyah Umiyarni P²⁾, Kusnandar³⁾

**¹⁾Mahasiswa Jurusan Kesehatan Masyarakat FIKES Unsoed, ²⁻³⁾Dosen
Jurusan Kesehatan Masyarakat FIKES Unsoed,**

ABSTRACT

School age children 6-12 years require attention to meet the needs of nutrients in the body to achieve a balanced nutritional status. In addition to nutritional status, physical activity is also needed to increase physical activity by the body in order to perform daily activities. The difference of geographical location of domicile has an influence on eating pattern and daily activities. This research aimed to know the difference of nutritional status and physical fitness level between rural and urban elementary school children in Banyumas district. The type of research used was descriptive quantitative with cross-sectional approach. Sampling used purposive sampling technique. Sample used was 52 students of class V elementary school. The data analysis used Independent sample t-test. Result showed category overweight of nutritional status for children in rural (11.5%) was lower than children in urban (38.5%). Conversely, physical fitness level for children in rural (57.7%) was higher than children in urban (15.4%). Conclusion: there were differences in nutritional status ($p=0.02$) and physical fitness level ($p=0.00$) on elementary school children in rural and urban areas. Suggestion: students are expected to increase physical activity outside of school hours in order to obtain good physical condition.

Keywords: *nutritional status, physical fitness level, elementary school children, rural and urban*

Kesmasindo, Volume 7(3) Juli 2015, Hal. 237-243

PENDAHULUAN

Kelompok anak usia sekolah merupakan kelompok yang sedang mengalami masa pertumbuhan fisik dan perkembangan fungsi organ. Anak sekolah usia 6-12 tahun sangat

memerlukan perhatian terutama dalam pemenuhan kebutuhan gizi (Handaridan Siti, 2005). Prevalensi status gizi pada anak umur 5-12 tahun di Indonesia, kategori gizi kurus (menurut IMT/U) adalah

11.2%, sedangkan kategori gizi lebih adalah 18.8% (Riskesdas, 2013).

Masalah gizi lebih saat ini tidak hanya terdapat pada masyarakat perkotaan tetapi juga pada masyarakat perdesaan, walaupun persentase obesitas pada anak yang tinggal di perkotaan cenderung lebih tinggi dari pada anak yang tinggal di perdesaan. Anak usia 5-12 tahun, prevalensi status gizi sangat kurus yang tinggal di daerah perdesaan (4.3%) lebih tinggi dibandingkan dengan daerah perkotaan (3.6%). Sebaliknya, prevalensi status gizi lebih atau gemuk di daerah perkotaan (11.6%) lebih tinggi dibandingkan dengan daerah perdesaan (10.1%) (Riskesdas, 2013).

Selain kebutuhan zat gizi, aktivitas fisik juga dibutuhkan tubuh untuk peningkatan kebugaran jasmani agar dapat melakukan aktifitas tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani merupakan sebuah tuntutan dalam hidup agar kita selalu sehat dan mampu menghasilkan sesuatu secara produktif. Kebugaran jasmani sangat penting perannya bagi siswa.

Siswa yang mempunyai kebugaran jasmani yang baik maka akan bias melaksanakan tugas belajar dengan baik pula (Lutan dalam Depdiknas, 2000).

SDN 1 Purwojati merupakan sekolah dasar yang terletak di Desa Purwojati Kecamatan Purwojati. SD Santo Yosep merupakan salah satu sekolah dasar yang terletak di Kecamatan Purwokerto Timur. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis melakukan penelitian tentang “perbedaan status gizi dan tingkat kebugaran jasmani pada anak sekolah dasar perdesaan dan perkotaan di Kabupaten Banyumas (studi di SDN 1 Purwojati dan SD Santo Yosep)”

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* menggunakan metode *survey*. Status gizi diukur dengan cara mengukur tinggi badan dan berat badan, sedangkan tingkat kebugaran jasmani diukur dengan melakukan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Sampel dalam penelitian ini adalah siswa sekolah

dasar yang duduk di kelas V dari SDN 1 Purwojati berjumlah 26 siswa dan SD Santo Yosep berjumlah 26 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian dilakukan pada

bulan April-Mei 2014. Analisis data menggunakan *uji independent sample t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1. Perbedaan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Perdesaan dan Perkotaan

Kelompok	Skor rata-rata	Sig.(2 ta-iled)	CI 95%		Kesimpulan
			lower	upper	
Perdesaan	-0.47	0.02	-1.99	-0.47	Ada perbedaan status gizi
Perkotaan	0.76				

Tabel 1. menunjukkan bahwa nilai *sig. (2 tailed)* atau *p-value* sebesar 0.02 dengan demikian *p-value* < 0.05, sehingga H_0 ditolak. Hal tersebut berarti bahwa terdapat perbedaan antara status gizi anak

sekolah dasar di perdesaan dan perkotaan. Skor rata-rata indeks antropometri IMT/U pada anak sekolah dasar perdesaan yaitu -0.47 dan pada anak sekolah dasar perkotaan yaitu 0.76.

Tabel 2. Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Anak Sekolah Dasar Perdesaan dan Perkotaan

Kelompok	Skor rata-rata	Sig.(2 ta-iled)	CI 95%		Kesimpulan
			lower	upper	
Perdesaan	14.23	0.00	2.374	5.548	Ada perbedaan tingkat kesegaran jasmani
Perkotaan	10.26				

Tabel 2. menunjukkan bahwa nilai *sig.(2 tailed)* atau *p-value* sebesar 0.00 dengan demikian *p-value* < 0.05 sehingga H_0 ditolak. Hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani pada anak

sekolah dasar perdesaan dan perkotaan. Skor rata-rata nilai tes kesegaran jasmani untuk 5 jenis olahraga yang diujikan, pada anak sekolah dasar perdesaan sebesar 14.23 sedangkan nilai tes pada anak sekolah dasar perkotaan sebesar

10.26 lebih rendah dibandingkan dengan nilai tes kesegaran jasmani pada anak sekolah dasar perkotaan.

PEMBAHASAN

a. Perbedaan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Perdesaan dan Perkotaan

Berdasarkan asil uji statistic menggunakan uji *independent sample t-test* diketahui nilai *p-value* = 0.02, dengan demikian nilai *p-value* < 0.05 artinya H_0 ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara status gizi pada anak sekolah dasar perdesaan dan perkotaan pada siswa kelas V SDN 1 Purwojati dan SD Santo Yosep.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Nabag (2011) terhadap siswa sekolah berusia 5-15 tahun. Status gizi kategori obesitas anak yang bersekolah di wilayah perkotaan (15.4%) lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang bersekolah di wilayah pedesaan (4.5%).

Status gizi seseorang pada dasarnya merupakan gambaran kesehatan sebagai refleksi dari konsumsi pangan dan penggunaan

oleh tubuh (Anwar dan Riyadi, 2009). Pola makan atau pola konsumsi pangan merupakan susunan jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu. Pola makan merupakan berbagai informasi yang memberi gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh suatu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu (Baliwati, 2004).

Pola konsumsi makan masyarakat di desa dan kota berbeda. Hal tersebut dilihat dari keadaan sosial ekonomi penduduk yang lebih mampu, tersedianya fasilitas kesehatan yang memadai, fasilitas pendidikan yang lebih baik, tersedianya tenaga kesehatan serta lapangan usaha dimana mayoritas penduduk kota adalah pegawai dan wiraswasta. Sebaliknya, pola konsumsi masyarakat desa kurang memenuhi syarat gizi, dilihat dari keadaan sosial ekonomi yang tidak mampu, fasilitas kesehatan yang terbatas, fasilitas pendidikan yang kurang, penduduk dengan mata pencaharian petani dan buruh (Windarsih, 2008).

b. Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Anak Sekolah Dasar Perdesaandan Perkotaan

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *independent sample t-test* diketahui nilai *p-value* = 0.00, dengan demikian nilai *p-value* < 0.05 artinya H_0 ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani pada anak sekolah dasar perdesaan dan perkotaan pada siswa kelas V SDN 1 Purwojati dan SD Santo Yosep. Skor rata-rata tes kesegaran jasmani anak sekolah dasar perdesaan adalah 14.23 (kategori sedang) sedangkan nilai tes pada anak sekolah dasar perkotaan sebesar 10.26 (kategori kurang).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rosmalina dan Permaesih (2010) pada siswa yang bersekolah di perdesaan dan perkotaan. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan bermakna pada kategori tingkat kesegaran jasmani kurang di kota (46.8%) lebih tinggi dibandingkan di desa (13.3%). Hasil penelitian Hian *et al* (2013) menyatakan bahwa terdapat

perbedaan tingkat kebugaran fisik pada kelompok siswa usia 10-12 tahun yang dibedakan berdasarkan wilayah geografis yaitu desa dan kota. Siswa sekolah dasar yang bersekolah di kota memiliki kebugaran jasmani (19.7%) lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang bersekolah di desa (33.3%).

Asumsi aktivitas fisik sering dihubungkan dengan tingkat kesegaran jasmani dan anak-anak yang aktif dalam beraktivitas akan memiliki kondisi fisik yang lebih baik (Dencker *et al*, 2006). Anak yang tinggal di desa cenderung lebih banyak beraktivitas fisik di luar ruangan dibandingkan dengan anak yang tinggal di kota. Anak-anak yang tinggal di daerah perkotaan memiliki karakteristik seperti kurang melakukan gerak atau aktivitas fisik, sarana dan prasarana untuk melakukan aktivitas fisik berkurang, serta gizi dan makanan berlebih yang dapat mengakibatkan kegemukan. Hal tersebut berbeda dengan anak-anak yang tinggal di daerah pedesaan, mereka lebih bebas bergerak dan rutinitas sehari-hari yang berhubungan dengan aktivitas fisik

seperu jalan kaki untuk pergi ke sekolah dan aktivitas fisik lain yang menuntut mereka untuk aktif bergerak (Yunus, 2001).

Aktivitas fisik diketahui memiliki dan memegang peranan penting terhadap distribusi lemak dalam tubuh. Aktivitas fisik dapat membantu menguras cadangan energi yang tertimbun dalam tubuh dan besarnya energi yang digunakan tergantung dari jenis, intensitas dan lamanya kegiatan yang dilakukan. Kurangnya aktivitas fisik menyebabkan banyak energi tersimpan sebagai lemak, sehingga orang-orang yang kurang melakukan aktivitas cenderung menjadi gemuk. Faktor penyumbang dalam kejadian obesitas diantaranya adalah konsumsi zat gizi yang berlebih, penurunan aktivitas fisik, faktor genetik, gangguan hormonal dan faktor psikologi (Misnadiarly, 2007).

SIMPULAN

1. Terdapat perbedaan pada status gizi anak sekolah dasar perdesaan dan perkotaan terbukti dari hasil uji statistik dengan nilai *p-value* $0.02 < 0.05$.

2. Terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kebugaran jasmani anak sekolah dasar perdesaan dan perkotaan terbukti dari hasil uji statistik dengan nilai *p-value* $0.00 < 0.05$.

SARAN

1. Bagi Institusi Dasar

Sebaiknya melakukan kegiatan promosi kesehatan melalui UKS untuk menambah pengetahuannya siswa tentang gizi dan dampaknya terhadap kesehatan dan meningkatkan frekuensi aktivitas olah raga di sekolah bagi siswa di sekolah dasar setiap minggu seperti kegiatan ekstrakurikuler olah raga dan senam pagi atau Senam Kesegaran Jasmani (SKJ) yang pada umumnya hanya dilaksanakan sekali dalam seminggu di sekolah.

2. Bagi Siswa

Diharapkan mampu meningkatkan aktivitas fisik secara teratur diluar jam pelajaran sekolah minimal tiga kali dalam seminggu agar memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, F. & H. Riyadi. 2009. Status Gizidan Status Kesehatan Suku Baduy. *JurnalGizidanPangan*, Volume 4 Nomor 2 hal.72-82.
- Baliwati, Y.F. 2004. *PengantarPangandanGizi*. Penebar. Jakarta.
- Dencker, M., Thorsson O, Karlsson MK, *et al.* 2006. Daily physical activity and its relation to aerobic fitness in children aged 8-11 years. *Europe Journal Application Physiol.* Pages 587-592.
- Depdiknas. 2000. *Pedoman Dan Modul Pelatihan Kesehatan Olahraga Bagi Pelatihan Olahragawan Bagi Pelajar*. Depdiknas. Jakarta.
- Handari, R.T.S dan J. Siti. 2005. Perbedaan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Sekolah Berdasarkan Status Sosial Ekonomi di Jakarta Selatan Tahun 2004. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* :Universitas Muhammadiyah. Jakarta.
- Hian, T.C., Z.F. Mahmud, and T.Y. Choong. 2013. Physical Fitness Level Between Urban and Rural Students – Case Study. *Procedia – Social and Behavioral Sciences* : Page 847 – 852.
- Misnadiarly. 2007. *Obesitas Sebagai Faktor Risiko Beberapa Penyakit*. Pustaka Obor Populer. Jakarta.
- Nabag, F.O. 2011. Comparative Study of Nutritional Status of Urban and Rural School Girl's Children Khartoum State, Sudan. *Journal of Science and Technology*. Volume 12 Number 02, ISSN 1605-427X.
- Riset Kesehatan Dasar. 2013. Jakarta :Badan Penelitian dan Pengembangan
- Rosmalina, Y dan D. Permaesih. 2010. Tingkat Kesegaran Jasmani dan Aktivitas Fisik Murid SMP Non Anemia yang Tinggal di Wilayah Kota danDesa. *PGM*. Volume 33 Nomor 2 halaman 138-147.
- Windarsih. 2008. *Perbedaan Pola Pangan Harapan Pedesaan dan Perkotaan Kabupaten Sukoharjo*. Universitas Muhammadiyah. Surakarta.
- Yunus, H. 2001. *Implementasi TKJI Dan ACSPFT Pada Anak Perkotaan dan Pedesaan*. Depdiknas.

