

Korelasi Pengetahuan Gizi dan Status Gizi pada Siswa Kelas 1 di SD Muhammadiyah 1 Kota Malang

Correlation between Nutritional Knowledge and Nutritional Status among First Grade Students at SD Muhammadiyah 1 Malang

Aprinia Dian Nurhayati^{1*}, Dzata Ziek Zanieqah¹, Rizka Silvia²

¹Program Studi Gizi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Malang, Indonesia

²SD Muhammadiyah 1 Kota Malang, Malang, Indonesia

*email korespondensi: aprinia.dian.fmipa@um.ac.id

ABSTRAK

Sangat penting bagi anak usia sekolah untuk mendapatkan gizi yang baik karena berdampak pada konsentrasi belajar, kemampuan kognitif, pertumbuhan, dan sistem kekebalan tubuh. Salah satu cara untuk menentukan seberapa baik gizi anak adalah dengan mengetahui tentang nutrisi mereka. Namun, tidak banyak penelitian yang secara khusus menyelidiki hubungan antara status gizi dan pengetahuan gizi siswa yang baru masuk ke sekolah dasar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara status gizi dan pengetahuan gizi siswa di kelas 1 SD Muhammadiyah 1 di Kota Malang, Jawa Timur. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2025 dan menggunakan desain observasional dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional). Seluruh siswa kelas satu di SD Muhammadiyah 1 Kota Malang termasuk dalam sampel penelitian. Komite Etik Universitas Negeri Malang telah memberikan izin penelitian ini (nomor: 01.07.09/UN32.14.2.8/LT/2025). Status gizi siswa diukur melalui rerata berat badan (BB) dan tinggi badan (TB), yang dikonversi menjadi indeks IMT/U. Tidak ada korelasi yang signifikan secara statistik antara pengetahuan gizi dan status gizi siswa ($r=0,071$, $p>0.05$). Hasilnya menunjukkan bahwa kebiasaan keluarga, lingkungan sosial, dan aksesibilitas makanan mungkin lebih banyak memengaruhi perilaku makan anak daripada pengetahuan gizi mereka.

Kata kunci: pengetahuan gizi; status gizi; anak sekolah

ABSTRACT

Nutritional status in schoolchildren is known to affect their concentration in learning, cognitive abilities, growth, development, and immune system. Nutritional knowledge is one of the factors known to influence the nutritional status of schoolchildren. However, research that analyzes the correlation between the nutritional knowledge of students who are just starting elementary school and their nutritional status is still limited. This study intends to analyze the correlation between nutritional knowledge and nutritional status in first-grade students at SD Muhammadiyah 1, Malang City, East Java. This was an observational study with a cross-sectional approach, conducted in July 2025. The study involved first-grade students at SD Muhammadiyah 1, Malang City. Ethical approval with number 01.07.09/UN32.14.2.8/LT/2025 was obtained from the Ethics Committee of Universitas Negeri Malang. Data on nutritional knowledge were obtained from interviews using a student knowledge questionnaire. Data on the students' nutritional status were obtained from the average results of weight (W) and height (H) measurements, which were processed into BMI-for-age (body mass index for age) data. The results showed no statistically significant correlation between nutritional knowledge and the nutritional status of first-grade students at SD Muhammadiyah 1, Malang City (correlation coefficient of 0.071 with $p>0.05$). Other factors, such as parental habits, environment, and access to food, may be more influential on children's eating practices than nutritional knowledge.

Keywords: nutritional knowledge; nutritional status; school children

PENDAHULUAN

Ketersediaan nutrisi yang cukup di usia dini berperan vital dalam mencegah beragam masalah tumbuh kembang anak di masa depan. Meskipun demikian, anak-anak usia sekolah di Indonesia masih menghadapi tiga tantangan gizi utama, yaitu kurang gizi, kelebihan gizi, dan kekurangan zat gizi mikro. Di satu sisi, data Risesdas (2018) menunjukkan tren kenaikan proporsi obesitas pada anak Indonesia. Namun Di sisi lain, kejadian stunting, gizi kurang dan gizi buruk di Indonesia masih terus terjadi (Kemenkes RI, 2025). Salah satu upaya untuk memperbaiki status gizi anak yang banyak dilakukan adalah intervensi berupa edukasi gizi (Larasati, *et al.*, 2023; Amira dan Setyaningtyas, 2021; Briawan, 2016). Edukasi gizi diketahui dapat meningkatkan pengetahuan gizi dan memengaruhi sikap anak terhadap makanan (Amira & Setyaningtyas, 2021). Oleh karena itu, edukasi gizi anak sekolah biasanya dilakukan pada berbagai sasaran mulai dari orang tua, pengasuh, guru, hingga anak itu sendiri.

Sebagai tempat anak-anak banyak menghabiskan waktunya, lingkungan sekolah dianggap memiliki peran strategis dalam menanamkan pengetahuan gizi anak. Diketahui bahwa anak-anak jajan lebih sering saat berada di sekolah, sekitar dua hingga tiga kali lebih sering daripada anak-anak di luar sekolah (Kurniawan *et al.*, 2018). Kondisi ini menunjukkan bahwa sekolah harus memberikan anak-anak kebebasan yang lebih besar untuk memilih apa yang mereka makan. Anak-anak usia sekolah sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat, dan mereka berisiko mengalami gangguan gizi jika mereka tidak menerima asupan gizi yang cukup (Larasati *et al.*, 2023). Hal inilah yang menunjukkan betapa pentingnya siswa mempelajari tentang nutrisi. Siswa yang memiliki pemahaman yang baik tentang nutrisi diharapkan memiliki sikap yang positif terhadap nutrisi juga (Safitri & Hasanah 2025). Pengetahuan gizi yang baik dapat membantu anak-anak memilih makanan dan jajanan yang lebih sehat. Diharapkan pengetahuan gizi dapat memperbaiki kebiasaan anak, yang pada gilirannya akan mengubah status gizi anak menjadi yang ideal (Widhi & Alamsyah, 2022). Namun, masih ada sedikit penelitian yang mempelajari secara menyeluruh hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi, terutama pada kelompok usia yang sangat muda seperti siswa kelas satu sekolah dasar.

Anak-anak berusia 6-7 tahun masih dalam tahap perkembangan, sehingga sebagian besar keputusan makanan mereka dipengaruhi oleh orang tua, kebiasaan keluarga, dan lingkungan sekitar mereka, tanpa kendali anak (Taufiq *et al.*, 2024). Hal ini menciptakan perbedaan penting dalam penelitian tentang hubungan antara pengetahuan gizi yang diberikan di sekolah dan status gizi anak. Ini karena anak-anak tidak memiliki banyak pilihan makanan. Akibatnya, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengetahuan tentang gizi dan

status gizi siswa di kelas satu sebuah sekolah dasar di Kota Malang, Jawa Timur, berkorelasi satu sama lain. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang faktor-faktor yang memengaruhi status gizi anak pada usia dini. Ini akan membantu dalam membangun kebijakan dan program intervensi gizi yang lebih tepat sasaran.

METODE

Studi observasional ini, yang menggunakan desain potong lintang (cross-sectional), dilakukan di SD Muhammadiyah 1 Kota Malang, Jawa Timur, pada Juli 2025. Sampling purposive digunakan untuk memilih sampel penelitian. Siswa yang terdaftar di kelas 1 SD Muhammadiyah 1 Kota Malang pada tahun ajaran 2025/2026 harus hadir selama studi berlangsung dan bersedia berpartisipasi sampai akhir studi. Dari 113 siswa kelas 1 SD Muhammadiyah 1 Kota Malang, sebanyak 91 siswa melanjutkan studi hingga akhir. Komisi Etik Universitas Negeri Malang menerima persetujuan moral yang layak dengan nomor 01.07.09/UN32.14.2.8/LT/2025.

Untuk mendapatkan data tentang pengetahuan tentang gizi anak, responden diwawancarai tentang gizi mereka. Anak ditanya tentang nutrisi seimbang. Setiap pertanyaan diberi jawaban melalui pilihan benar atau salah. Anak-anak diminta untuk memilih salah satu pilihan. Apabila anak memberikan jawaban yang tepat, mereka akan menerima total 100 poin untuk pengetahuan mereka. Uji validasi kuesioner telah digunakan untuk memastikan bahwa soal telah divalidasi. Siswa melakukan pengisian kuesioner secara langsung sambil enumerator membantu mereka membaca dan menjelaskan setiap pertanyaan. Ini dilakukan karena siswa di kelas 1 SD masih mengalami kesulitan membaca, sehingga enumerator membantu memastikan bahwa setiap siswa memahami pertanyaan dengan baik sebelum memberikan jawaban.

Pengukuran antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan siswa untuk mendapatkan data status gizi siswa. Pengukuran berat badan berulang sebanyak dua kali menggunakan timbangan merek One-Med model EB 9362 dengan tingkat ketelitian 0,1 kg. Data hasil dua kali pengukuran berat badan tersebut harus memiliki selisih tidak lebih dari 0,1 kg. Jika selisih melebihi 0,1 kg maka dilakukan pengukuran ulang yang ketiga. Metode ini sejalan dengan pedoman pengukuran antropometri yang menyarankan pengulangan pengukuran hingga dua hasil berada dalam jarak toleransi tertentu (Casadei & Kiel, 2022). Data hasil pengukuran berat badan dihitung reratanya untuk diolah sebagai data IMT bersama dengan tinggi badan. Pengukuran tinggi badan berulang (dua kali pengukuran) menggunakan stadiometer merek Metrisis dengan ketelitian hingga 1 mm. Data hasil pengukuran tinggi badan diperiksa selisih antara kedua pengukuran. Jika selisih hasil pengukuran tinggi badan lebih dari

0,2 cm, maka dilakukan pengukuran tinggi yang ketiga kalinya. Data tinggi badan berulang tersebut dihitung reratanya untuk diolah menjadi data IMT bersama data berat badan. Indikator IMT/U (indeks massa tubuh menurut umur) digunakan sebagai penentu status gizi siswa sesuai dengan PMK No.2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

Data yang didapatkan kemudian diolah pada SPSS versi 29. Korelasi antara status gizi dan pengetahuan anak diuji dengan korelasi Spearman's pada tingkat kepercayaan 95% pada $p < 0,05$. Data juga dilihat nilai koefisien korelasinya (r) yang menggambarkan kekuatan korelasi yang didapat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sekolah Dasar X memiliki 113 siswa dan 22 di antaranya dikeluarkan dari penelitian (drop out). Mereka tidak hadir ke sekolah dan tidak bersedia mengukur berat badan dan tinggi mereka. Oleh karena itu, hanya 91 siswa yang memenuhi kriteria inklusi dan melanjutkan studi hingga akhir. Hasil pengukuran antropometri siswa menunjukkan bahwa siswa di kelas satu SD Muhammadiyah 1 Kota Malang memiliki masalah gizi yang berbeda, mulai dari kekurangan nutrisi hingga obesitas. Sebagian besar siswa (72,5%) memiliki status gizi baik, tetapi masalah gizi lebih 9,9%, obesitas (kegemukan) 16,5%, dan gizi kurang 1,1%. Hasil ini sejalan dengan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 yang menunjukkan bahwa anak Indonesia masih berada dalam lingkaran gizi kurang dan gizi lebih. Tabel 1 menunjukkan status gizi siswa kelas 1 SD Muhammadiyah 1 Kota Malang.

Tabel 1. Gambaran Status Gizi pada Siswa Kelas 1 SD Muhammadiyah Malang

Status Gizi	N=91	
	Frekuensi (n)	Persentase
Gizi buruk	0	0%
Gizi kurang	1	1%
Gizi baik	66	73%
Gizi lebih	9	10%
Obesitas	15	16%

Kemudian masalah gizi anak yang ditemukan dalam penelitian ini dianalisis lebih lanjut untuk mengetahui bagaimana masalah ini tersebar pada siswa berdasarkan jenis kelamin anak. Sebanyak 50 siswa laki-laki dan 41 siswa perempuan. Anak laki-laki lebih banyak yang obesitas (18%) dibandingkan anak perempuan yang obesitas (14%). Hasil ini sejalan dengan data SKI (2023) yang menemukan bahwa lebih banyak anak laki-laki yang obesitas dan *overweight*, atau obesitas, dibandingkan anak perempuan. Selain itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih sering kekurangan gizi daripada anak perempuan. Temuan ini sejalan dengan data SKI (2023) yang juga menunjukkan bahwa anak laki-laki mengonsumsi gizi kurang

dari anak perempuan. Selain itu, lokasi SD Muhammadiyah 1 Kota Malang di tengah perkotaan dan dekat dengan pusat pemerintahan tidak langsung menyebabkan SD Muhammadiyah 1 Kota Malang tidak mengalami masalah gizi. Penemuan ini sejalan dengan SKI (2023) yang menunjukkan bahwa anak-anak di daerah perkotaan mengalami masalah gizi yang lebih rendah dan lebih tinggi dibandingkan anak-anak di daerah pedesaan. Tabel 2 Status Gizi berdasarkan Jenis Kelamin berikut memberikan gambaran lebih lanjut tentang status gizi berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 2. Status Gizi berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Status Gizi								Total
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Laki-laki	1	2%	37	74%	3	6%	9	18%	50
Perempuan	0	0%	29	71%	6	15%	6	15%	41
Total	1	1%	66	73%	9	10%	15	16%	91

Data dari kuesioner yang diselesaikan oleh siswa digunakan untuk menganalisis hasil uji pengetahuan. Data menunjukkan bahwa skor pengetahuan rata-rata siswa adalah 79,12 plus 15,71 poin, dengan tiga siswa dengan skor terendah 40 poin. Sementara ketiga siswa tersebut memiliki status gizi baik, terdapat 23 siswa yang mampu menjawab semua pertanyaan dengan benar, sehingga mereka mendapat skor 100. Dari siswa yang mendapatkan skor 100, 16 orang memiliki status gizi baik, 2 orang memiliki status gizi lebih, dan 5 orang mengalami obesitas. Hal ini menunjukkan perbedaan dengan literatur yang menyatakan bahwa pengetahuan tentang gizi seseorang terkait dengan status gizi yang lebih baik. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Lathifah et al. (2024) menemukan bahwa pengetahuan tentang status gizi seseorang terkait dengan sikap yang lebih baik. Memiliki pengetahuan gizi yang cukup ternyata belum menjamin status gizi yang baik. Ajzen (1991) menciptakan dasar teori perilaku terencana (*Theory of Planned Behavior*), yang menyatakan bahwa niat, sikap, norma sosial, dan kontrol persepsi individu adalah faktor-faktor yang memengaruhi perilaku seseorang. Tabel 3 berikut menampilkan data tentang skor pengetahuan gizi anak berdasarkan status gizi.

Tabel 3. Pengetahuan Siswa berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	Skor Pengetahuan Gizi				Total
	40	60	80	100	
Gizi kurang	0	0	1	0	1
Gizi baik	3	15	32	16	66
Gizi lebih	0	4	3	2	9
Obesitas	0	2	8	5	15
Total	3	21	44	23	91

Hasil analisis korelasi dengan Spearman menunjukkan bahwa tidak ada korelasi positif antara pengetahuan gizi siswa dan status gizi mereka ($p>0,05$). Nilai uji koefisien korelasi menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang sangat lemah ($r=0.71$). Menurut korelasi ini, tidak ada jaminan bahwa anak akan memiliki status gizi yang baik. Selain pengetahuan gizi, faktor tambahan seperti kebiasaan orang tua, lingkungan, dan kemampuan untuk mendapatkan makanan dapat lebih berpengaruh pada praktik makan anak daripada pengetahuan gizi (Taufiq et al., 2024). Namun, faktor-faktor tersebut tidak dibahas dalam penelitian ini. Selain itu, penelitian lain menemukan bahwa sikap dan perilaku sehari-hari seseorang belum selalu disesuaikan dengan pengetahuan mereka (Agustin et al., 2018; Sari & Sutanta, 2017; Elsera, 2016). Oleh karena itu, penelitian tambahan harus dilakukan mengenai sikap dan perilaku anak yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar terhadap gizi dan kesehatan.

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini, 91 siswa di kelas 1 SD Muhammadiyah 1 Kota Malang terlibat. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang sangat lemah antara pengetahuan gizi siswa dan status gizi mereka ($r=0,071$), dan tidak ada korelasi yang signifikan antara keduanya ($p>0,05$). Selain uji pengetahuan gizi, penelitian tentang sikap terhadap gizi dan kesehatan juga perlu dilakukan. Selain itu, penelitian harus melibatkan lebih banyak responden.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Universitas Negeri Malang karena telah memberikan dukungan keuangan untuk penelitian ini dan juga kepada SD Muhammadiyah 1 Kota Malang karena telah menyatakan minat mereka untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, F., Fayasari, A., Dewi, G. K. (2018). Pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang terhadap status gizi lebih pada pegawai Rumah Sakit Penyakit Infeksi Sulianti Saroso Jakarta Utara. *Ilmu Gizi Indonesia*. 1(2), 93-103.
- Amira, K. A., Setyaningtyas, S. W. (2021). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar dalam pemilihan jajanan sehat: literature review. *Media Gizi Indonesia*. 16(2), 130-138. <https://doi.org/10.204736/mgi.v16i2.130-138>.
- Briawan, D. (2016). Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Jajanan Anak Sekolah Dasar Peserta Program Edukasi Pangan Jajanan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 11(3), 201-210. <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/view/16455/12074>.

- Elsera, C. (2016). Tingkat pengetahuan berhubungan dengan sikap ibu dalam toilet training pada toodler. 4(1), 35-38. [http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2016.4\(1\).35-38](http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2016.4(1).35-38)
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka.
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 dalam Angka.
- Larasati, A. L., Humairah, A., & Anggraini, S. P. (2023). Edukasi gizi seimbang untuk anak usia sekolah di sdn 014 pekanbaru. JITER-PM (Jurnal Inovasi Terapan - Pengabdian Masyarakat), 1(2), 1-6. <https://doi.org/10.35143/jiter-pm.v1i2.6010>.
- Lathifah, L., Darmin, D., Alkhair, A., Salsabiila, S., Firmasnyah, M., Lestari, E., Oktaviani, Z., Kuswanti, N., & Harija, A. (2024). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang 4 Pilar Gizi Seimbang Dengan Status Gizi. *urnal romotif reventif*, 7(6), 1189-1195. <https://doi.org/10.47650/jpp.v7i6.1568>.
- Melanson KJ. (2008). Nutrition review: Life style approaches to promoting healthy eating for children. *Am J Lifestyle Med*. 2:26–9.
- Naeeni, M. M., Jafari, S., Fouladgar, M., Heidari, K., Farajzadegan, Z., Fakhri, M., Karami, P., & Omid, R. (2014). Nutritional Knowledge, Practice, and Dietary Habits among school Children and Adolescents. *International journal of preventive medicine*, 5(Suppl 2), S171–S178. <https://doi.org/10.4103/2008-7802.157687>.
- Safitri, N., Hasanah, L. N. (2025). Pengaruh edukasi gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap gizi anak sekolah di SD Muhammadiyah Ledok Kulon Progo DIY. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 6(1), 144-149.
- Sari, D. R. (2017). Sikap dan pengetahuan perawat berhubungan dengan pelaksanaan triage. . *Jurnal Kebidanan*, 9(02), 154-164. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v9i02.317>.
- Taufiq, S., Agustina, F., & Fauzi, M. J. (2024). Hubungan Peran Orang Tua Teman Sebaya dan Ketersediaan Makanan dengan Pemilihan Jajanan Siswa Sd (Kecamatan Blang Mangat Kota Lhokseumawe). *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (online)*, 5(2), 814-822. <https://doi.org/10.36312/jcm.v5i2.3816>.
- Warren E, Parry O, Lynch R, Murphy S. 'If I don't like it then I can choose what I want': Welsh school children's accounts of preference for and control over food choice. *Health Promot Int*. 23:144–51. doi: 10.1093/heapro/dam045.
- Widhi, A. S., & Alamsyah, P. R. (2022). Pendidikan gizi terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik sarapan pada siswa SMP IT Nurul Fajar Cikarawang. *Nutrition Scientific Journal*, 1(1), 41–51. <https://doi.org/10.37058/nsj.v1i1.5962>.