

STATUS GIZI SISWA KELAS VIII MTs N 5 SLEMAN TAHUN AJARAN 2018/2019 BERDASARKAN SOSIAL EKONOMI ORANG TUA

NUTRITION STATUS STUDENT CLASS VIII MTs N 5 SLEMAN YEAR SCHOOL 2018/2019 BASED ON SOCIOECONOMIC OF PARENTS

Oleh : Lutfi Ahmad Kurniawan, PJKR, FIK, UNY
lutfiagmad1917@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keadaan status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman Tahun ajaran 2018/2019 berdasarkan status sosial ekonomi orang tua. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Penelitian ini menggunakan teknik pengukuran antropometri untuk mengetahui status gizi siswa dan angket untuk mengetahui status sosial ekonomi orang tua. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 dengan jumlah 125 siswa. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat dideskripsikan sebagai berikut, dari 56 siswa dengan kategori sosial ekonomi orang tua kategori rendah status gizi normal sebanyak 36 siswa (64,3 %), kurus 15 siswa (26,8%), gemuk sebanyak 5 siswa (8,9%) sangat kurus tidak ada (0%), dan obesitas tidak ada (0%). Sedangkan dari 69 siswa dengan kategori sosial ekonomi orang tua kategori sedang status gizi normal sebanyak 60 siswa (87,3 %), gemuk sebanyak 6 siswa (8,7%), kurus 3 siswa (4,3%), sangat kurus tidak ada (0%), dan obesitas tidak ada (0%). Tidak ada Siswa dengan sosial ekonomi orng tua kategori tinggi (0%).

Kata kunci: Status Gizi, Sosial Ekonomi Orang tua, Siswa kelas VIII

Abstract

The research intends to determine the condition of nutritional status of the Grade VIII students in MTs N (State Islamic Junior High School) 5 Sleman Academic Year 2018/2019 based on the socio-economic status of the parents. This research was descriptive quantitative research by using survey method. The research applied anthropometry measurement technique to determine the nutritional status of students and questionnaire to determine the socio-economic status of the parents. Research population was Grade VIII students in MTs N 5 Sleman Academic Year 2018/2019 with total 125 students. Data analysis technique used in this research was descriptive quantitative data analysis technique. Based on the research results and the discussion, it can be described as follows, 56 students with parent socio- economic in the low category of normal nutrition status is 36 students (64.3%), thin category 15 students (26.8%), fat category 5 students (8.9%) very thin category 0 student (0%), and obesity category not found (0%). Whereas, from 69 students with medium parent socio-economic category of the normal nutrition status is 60 students (87.3%), fat category 6 students (8.7%), thin category 3 students (4.3%), very thin category 0 student (0%), and obesity category not found (0%). There are no students with high socio-economic status (0%).

Keywords: Nutritional Status, Social Economy of Parents, Grade VIII Students

PENDAHULUAN

Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan salah satu faktor utama yang diperlukan dalam melaksanakan pembangunan Nasional. Kualitas SDM agar meningkat maka harus dilakukan upaya-upaya yang saling bersinambung. Faktor yang mempengaruhi

kualitas SDM diantaranya faktor kesehatan dan gizi, karena orang tidak akan dapat mengembangkan kemampuannya secara maksimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki status kesehatan dan gizi yang optimal.

Faktor kesehatan tentu tidak terlepas dari makanan yang dikonsumsi dari makanan

tersebut diperoleh berbagai zat gizi yang menunjang kesehatan. Salah satu tolak ukur untuk mengetahui kesehatan yaitu dengan mengetahui status gizi tersebut. Gizi menjadi salah satu faktor penting dalam pertumbuhan jasmani anak. Menurut Muhajir (2017:274) Kualitas gizi manusia sejak di dalam kandungan, dan pada masa-masa pertumbuhan selanjutnya mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan jasmani dan kecerdasan.

Harapan Setiap orang tua dan guru tentu setiap anak memiliki status gizi yang baik atau normal. MTs Negeri 5 Sleman merupakan sekolah menengah pertama (SMP) yang berbasis di Departemen Agama. MTs Negeri 5 Sleman terletak di dusun Klaci, Sidoagung, Godean, Sleman. Berdasarkan observasi saat Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) ada beberapa siswa yang tergolong kurus, dan ada pula yang pendek jika dilihat dari sudut pandang usia siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman dan dibandingkan dengan siswa di sekolah lain yang sebaya. Menurut Khosman (2002:3) Anak-anak yang menderita gizi kurang berpenampilan lebih rendah dibandingkan rekan-rekannya sebaya yang sehat dan bergizi baik. Karena keterbatasan disekolah ada buku yang seharusnya mencatat data tersebut namun dalam beberapa tahun ajaran baru belum dilakukan pengukuran, sehingga siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman belum diketahui secara pasti berat badan dan tinggi badan.

Siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berusia 12-16 tahun, usia tersebut masuk kategori remaja awal menurut (Sunardi, 2009: 27) Remaja tidak mau lagi diperlakukan sebagai anak-anak, tetapi jika dilihat dari pertumbuhan fisik dan psikis belum dapat dikatakan sebagai orang dewasa. Hal ini akan mempengaruhi remaja pada kehidupan sosial dan kegiatan belajarnya di sekolah, lebih dikawatirkan lagi apabila remaja tidak mampu menguasai emosinya, sehingga meledakkan emosinya di hadapan orang lain, pada saat dan tempat yang tidak tepat dan dengan cara-cara yang tidak dapat diterima oleh masyarakat, bahkan dimungkinkan dapat terjerumus ke hal-hal yang negatif. Gizi tidak terlepas dari apa yang dikonsumsi seseorang, pola makan pada anak usia 11-14 masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan terutama lingkungan keluarga yaitu kedua orang tua. Kondisi kedua orang tua asuh akan mempengaruhi pola makan

setiap anak, karena anak pada usia tersebut masih bergantung pada orang tua. Termasuk status sosial ekonomi kedua orang tua. Menurut Jelliffe (1966) dalam Supriasa, dkk (2014:21) faktor ekologi yang berhubungan dengan penyebab malnutrisi dibagi dalam enam kelompok, yaitu keadaan infeksi, konsumsi makanan, pengaruh budaya, sosial ekonomi, produksi pangan, serta kesehatan pendidikan. Melalui tanya jawab dengan guru penjas siswa MTs N 5 Sleman banyak yang berasal dari keluarga menengah kebawah. Menurut Par'i (2014:218) Keadaan sosial ekonomi keluarga akan memberikan kesempatan ibu untuk menyediakan makanan bagi anggota keluarga. Namun walaupun demikian belum ada data pasti mengenai status sosial ekonomi orang tua siswa MTs N 5 Sleman.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang status gizi siswa MTs N 5 berdasarkan status sosial ekonomi orang tua siswa karena gizi yang dikonsumsi siswa secara tidak langsung dipengaruhi sosial ekonomi orang tua. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian "Status Gizi Siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman Tahun Ajaran 2018/2019 berdasarkan status Sosial Ekonomi Orang tua".

TINJAUAN PUSTAKA

Hakikat Status Gizi

Hakikat status gizi memiliki berbagai artian yang dikemukakan para ahli yang pada dasarnya memiliki artian yang hampir sama. Supriasa (2002: 18), menyatakan status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari nutrient dalam bentuk variabel tertentu, contoh gondok endemik merupakan keadaan tidak seimbangnyanya pemasukan dan pengeluaran yodium dalam tubuh.

Menurut Irianto, (2007: 65) status gizi adalah ekspresi dan keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat di katakan bahwa status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan sehari-hari. Status gizi yang baik diperlukan dalam mempertahankan derajat kebugaran dan kesehatan, membantu tumbuh kembang anak serta menunjang pembinaan prestasi olahragawan.

Menurut Ali (2011: 64) Tingkat status gizi seseorang merupakan perilaku seseorang terhadap kebiasaan pola makan sehari-hari

sebab apa yang dimakan atau dikonsumsi seseorang juga akan berdampak pada proses metabolisme dan apa yang dihasilkan dari dalam dirinya sendiri. Keadaan gizi seseorang sangat berbeda-beda dan begitu juga pada sekelompok orang. Status gizi pada setiap orang berbeda karena berhubungan dengan kecukupan gizi yang dikonsumsi setiap hari seperti karbohidrat, lemak dan protein, dan juga dipengaruhi oleh faktor umur dan juga jenis kelamin. Status gizi dipengaruhi dan sangat tergantung dari kualitas dan pola makan terhadap zat makanan yang dikonsumsi, sehingga akan tercapai status gizi yang baik dalam menghasilkan energi.

Hakikat status gizi telah diungkapkan oleh banyak ahli, dari beberapa pendapat ahli diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa status gizi merupakan ekspresi dan keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat di katakan bahwa status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan dan perilaku makan sehari-hari yang setiap orang berbeda-beda kebutuhannya.

Status Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi orang tua merupakan status yang dimiliki oleh orang tua di dalam keluarga. Ada indikator yang mempengaruhi status sosial ekonomi orang tua diantaranya pendidikan, jenis pekerjaan, jabatan atau golongan orang tua dan pendapatan. Status sosial ekonomi orang tua menurut Usman (2004: 126) bahwa "status sosial ekonomi tercermin pada pemikiran atau penguasaan kekayaan, prestige dan kekuasaan ekonomi. Status sosial merupakan sekumpulan hak dan kewajiban yang dimiliki seseorang dalam masyarakatnya". Menurut Sugihartono, dkk (2007: 30) bahwa "status sosial ekonomi orang tua meliputi tingkat pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua". Pendapat lain dikemukakan Mahmud (1990: 99) bahwa "status sosial ekonomi meliputi tingkat pendidikan orang tua, jenis pekerjaan dan penghasilan orang tua, jabatan orang tua, fasilitas khusus dan barang-barang berharga yang ada di rumah seperti radio, televisi, mesin cuci, almari es, dan sebagainya". Beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa status sosial ekonomi orang tua adalah status yang dimiliki orang tua dalam keluarga yang meliputi tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, penghasilan, jabatan dan golongan orang tua.

Keterkaitan Status Gizi dengan Sosial Ekonomi Orang tua

Status sosial ekonomi orang tua memiliki pengaruh secara tidak langsung terhadap status gizi anaknya. Menurut Par'i (2014: 9) Faktor yang mempengaruhi gizi ,terutama penyebab masalah gizi ada dua yaitu langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yaitu asupan gizi dan penyakit infeksi. Sedangkan, Faktor penyebab tidak langsung ialah ketersediaan makanan dirumah, pola asuh, pelayanan kesehatan dan lingkungan. Orang yang status gizi baik adalah orang yang kondisi tubuhnya seimbang antara faktor penjamu, faktor agens, dan faktor lingkungan. Lingkungan terdiri dari lingkungan fisik, biologis, dan sosial ekonomi.Keadaan sosial ekonomi keluarga akan memberikan kesempatan ibu untuk menyediakan makanan bagi anggota keluarga. Keadaan sosial yang dapat mempengaruhi status gizi ialah jumlah anggota keluarga yang tinggal dalam satu rumah, kepadatan penduduk, keadaan dapur untuk mengolah makanan, dan ketersediaan air bersih untuk keperluan rumah tangga. Keadaan in secara langsung mempengaruhi status gizi terutama pada balita. Keadaan ekonomi juga dapat memengaruhi status gizi, yaitu pekerjaan ayah, pendapatan perbulan, dan harga pangan di pasaran. Ini semua memengaruhi ketersediaan makanan dalam rumah tangga yang dapat dikonsumsi keluarga sehingga berdampak pada status gizi anggota keluarga.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, Penelitian deskriptif menurut Arikunto (2013: 3) adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi, situasi, peristiwa, kegiatan, dan lain-lain yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif murni atau survei. Menurut Arikunto (2013: 3) Penelitian deskriptif murni atau survei merupakan penelitian yang benar benar hanya memaparkan apa yang terdapat atau terjadi dalam sebuah kancha, lapangan, atau wilayah tertentu. data yang terkumpul diklasifikasikan atau dikelompokkan menurut jenis, sifat, atau kondisinya. Sesudah data lengkap, kemudian dibuat kesimpulan. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat status gizi dalam penelitian ini adalah

dengan menggunakan instrumen stadiometer dan timbangan berat badan, data yang diambil adalah tinggi dan berat badan, sedangkan untuk mengetahui status sosial ekonomi orang tua siswa menggunakan angket.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di MTs N 5 Sleman, yang beralamat di Dusun Klaci, Sidoagung, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada saat siswa tidak mengikuti kegiatan belajar mengajar (KBM). Alokasi siswa di MTs N 5 Sleman kelas VIII terdapat 4 kelas, kelas VIII terdapat 4 kelas, dan kelas IX terdapat 4 kelas dan masing-masing kelas terdiri 32 siswa. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada tanggal 17 sampai 21 juli 2018.

Subjek Penelitian

Menurut Arikunto (2013: 173) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang akan diteliti. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman, yang terdiri dari 4 kelas paralel dan jumlah siswa keseluruhan yaitu 125 siswa.

Instrumen Dan Teknik Analisis Data

Instrumen

Instrumen yang dipakai dalam penilaian status gizi yaitu stadiometer untuk mengukur tinggi badan siswa dan timbangan berat badan untuk mengukur berat badan siswa. Instrumen penelitian tersebut sudah dikalibras oleh UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta Nomor 1253 / MET/ UP – 147/VII/2018 dan 1254 / MET/ TP – 132/VII/2018.

Instrumen yang digunakan dalam untuk mengetahui status sosial ekonomi orang tua siswa peneliti mengadopsi penelitian tentang status sosial ekonomi orang tua siswa dari Dian Anita (2015) dimana instrumen merupakan angket tertutup berupa kuesioner yang disusun dengan menyediakan pilihan jawaban lengkap sehingga responden hanya memilih satu jawaban yang tersedia. Instrumen ini menggunakan skala likert. Angket ini sudah melalui uji coba dan hasilnya reliabel.

Kisi-kisi Angket Penelitian Kisi-kisi angket setiap variabel penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Angket Status Sosial Ekonomi Orang Tua

No	Indikator	Butir	Jumlah butir
1	Tingkat pendidikan orang tua	1, 2	2
2	Jenis pekerjaan orang tua	3, 5, 7, 9	4
3	Penghasilan orang tua	4, 6, 8, 10, 11	5
4	Pemilikan barang berharga	12, 13, 14, 15, 16, 17	6
5	Jabatan sosial orang tua	18, 19	2
Total Butir			19

Teknik Analisis Data

1. Analisis Status Gizi siswa

Hasil dari pengukuran atau antropometri dimasukkan dalam rumus IMT (Indeks Massa Tubuh):

$$IMT = \frac{BB \text{ (kg)}}{TB \text{ (m)}^2}$$

Indek Massa Tubuh yang sudah dihitung ,kemudian data IMT tersebut dimasukan dalam tabel norma standar antropometri penilaian status gizi anak menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 1995/Menkes/SK/XII/2010 pada anak usia 5–18 tahun.

Tabel 2. Kategori Status Gizi Menurut Indeks Massa Tubuh berdasarkan umur 5-18 tahun.

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang batas (Z-Score)
Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U) anak usia 5-18 tahun	Sangat Kurus	<<-3 SD
	Kurus	-3 sampai dengan < -2 SD
	Normal	-2 sampai dengan < 1 SD
	Gemuk	1 sampai dengan < 2 SD
	Obesitas	> 2 SD

Sumber : Kemenkes (2010:9)

2. Analisis Status Sosial Ekonomi
 Status sosial ekonomi orang tua dikategorikan menjadi tiga kategori berdasarkan klasifikasi kecenderungan variabel status sosial ekonomi orang tua, kemudian dapat dibuat tabel distribusi kecenderungan. Penilaiannya menggunakan 4 alternatif jawaban yaitu 4 untuk skor tertinggi dan 1 untuk skor terendah. Dari 19 butir pertanyaan, diperoleh skor tertinggi (19x4) = 76 dan skor terendah (19x1) = 19. Dari data tersebut diperoleh mean ideal (Mi) = 47,5 dan standar deviasi ideal (SDi) = 9,5. Data tersebut kemudian digolongkan ke dalam tiga kategori tingkat status sosial ekonomi orang tua.

Adapun untuk pengkategorian variabel status sosial ekonomi orang tua menurut Anita (2015:84-85) sebagai berikut:

- 1) Kategori rendah = < (Mi - 1SDi)
- 2) Kategori sedang = (Mi - 1SDi) sampai dengan (Mi + 1SDi)
- 3) Kategori tinggi = > (Mi + 1SDi)

Keterangan: Mi = nilai rata-rata yang besarnya diperoleh dari ½ (skor tertinggi + skor terendah) SDi = standar deviasi atau simpangan baku yang diperoleh dari 1/6 (skor tertinggi - skor terendah).

Tabel 3. Kategori Status status sosial ekonomi orangtua.

No	Interval	Kategori
1	19-37	Rendah
2	38-57	Sedang
3	58-76	Tinggi

3. Analisis Status Gizi Berdasarkan Status Sosial Ekonomi orang tua

Teknik analisis data setelah data diklasifikasi, yaitu dicari persentasenya (Rangkuti, 2006). Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Untuk menghitung presentase suatu jawaban dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = (F/N) \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

F : Frekuensi

N : Jumlah

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian mengenai status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan sosial ekonomi

Tabel 4. Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan sosial ekonomi orang tua

Kategori Status Sosial Ekonomi	Status Gizi	Frekuensi	Persentase
Rendah	Sangat Kurus	0	0.0%
	Kurus	15	26.8%
	Normal	36	64.3%
	Gemuk	5	8.9%
	Obesitas	0	0.0%
Jumlah		56	
Sedang	Sangat Kurus	0	0,0%
	Kurus	3	4,3%
	Normal	60	87,0%
	Gemuk	6	8,7%
	Obesitas	0	0,0%
Jumlah		69	
Tinggi	Sangat Kurus	0	0 %
	Kurus	0	0 %
	Normal	0	0 %
	Gemuk	0	0 %
	Obesitas	0	0 %
Jumlah		0	

Berdasarkan tabel tersebut diatas dapat diketahui bahwa status gizi siswa putra dan putri kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan status sosial ekonomi orang tua dengan kategori rendah tidak ada siswa masuk dalam kategori sangat kurus, kategori kurus sebanyak

15 siswa (26,8%), kategori normal sebanyak 36 siswa (64,3 %), kategori gemuk sebanyak 5 siswa (8,9%), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas. Status gizi siswa putra dan putri kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan status sosial ekonomi orang tua dengan kategori sedang tidak ada siswa masuk dalam kategori sangat kurus, kategori kurus sebanyak 3 siswa (4,3%), kategori normal sebanyak 60 siswa (87 %), kategori gemuk sebanyak 6 siswa (8,7%), serta tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas. Sedangkan untuk status sosial ekonomi orang tua siswa yang masuk dalam kategori tinggi tidak ada

Pembahasan

Siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 rata-rata memiliki status gizi normal, baik dari orang tua dengan kategori sosial ekonomi rendah maupun sedang hal ini karena status sosial ekonomi pengaruhnya tidak langsung terhadap status gizi anak, Menurut Par'i (2014:8) Faktor yang mempengaruhi gizi ,terutama penyebab masalah gizi ada dua yaitu langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yaitu asupan gizi dan penyakit infeksi. Sedangkan, Faktor penyebab tidak langsung ialah ketersediaan makanan di rumah, pola asuh, pelayanan kesehatan dan lingkungan. Orang yang status gizi baik adalah orang yang kondisi tubuhnya seimbang antara faktor penjamu, faktor agens , dan faktor lingkungan. Lingkungan terdiri dari lingkungan fisik, biologis, dan sosial ekonomi.

Hasil penelitian yang menunjukkan lebih banyak permasalahan status gizi siswa yang status sosial ekonomi orang tuanya rendah dengan rincian 13 anak dengan status gizi kurus dan 7 anak dengan status gizi gemuk, dibandingkan status gizi anak dengan sosial ekonomi orang tuanya dalam kategori sedang yaitu 3 anak dengan status gizi kurus dan 6 anak dengan kategori gemuk. Keadaan sosial ekonomi keluarga akan memberikan kesempatan ibu untuk menyediakan makanan bagi anggota keluarga. Keadaan ekonomi juga dapat memengaruhi status gizi, yaitu pekerjaan ayah, pendapatan perbulan, dan harga pangan di pasaran, Ini semua memengaruhi ketersediaan makanan dalam rumah tangga yang dapat dikonsumsi keluarga sehingga berdampak pada status gizi anggota keluarga. Diketahui dari penelitian diatas bahwa tidak terdapat kategori status sosial ekonomi orang

tua yang masuk dalam kategori tinggi, karena indikator status sosial ekonomi ada 5, sehingga bisa saja penghasilan dan pendidikan ayah dan ibu masuk dalam kategori tinggi, tetapi tidak memiliki penghasilan tambahan, juga tidak memiliki jabatan sosial di masyarakat. Faktor yang memperkuat yaitu letak Geografis MTs N Godean berada di Kecamatan Godean, perbatasan dengan Kecamatan Seyegan dan mayoritas siswa berasal dari daerah tersebut, menurut survey statistik Penduduk DIY tahun 2017 semester II berdasarkan pekerjaan kepala keluarga paling banyak di kecamatan godean yaitu pekerjaan buruh/tukang berkeahlian khusus, karawan swasta dan wiraswasta untuk Kecamatan Godean, sedangkan untuk kecamatan seyegan paling banyak yaitu buruh, pertanian/peternakan/perikanan, dan karyawan swasta, selain itu tingkat pendidikan di dua kecamatan tersebut mayoritas lulusan SMA/Sederajat .(Kependudukan Biro Tata Pemerintahan Setda DIY, 2017).

Status sosial ekonomi orang tua siswa secara keseluruhan status gizi siswa kelas VIII rata-rata normal dengan frekuensi 96 siswa atau presentase 76,6% , namun tidak sedikit juga yang mengalami masalah gizi diantaranya 18 anak (14,4%) yang status gizinya masuk kategori kurus dan 11 anak dengan status gizi gemuk (8,8%) hal ini dikarenakan pertumbuhan remaja dengan usia yang sama satu dengan lain tidaklah sama, faktor yang mempengaruhi pertumbuhan menurut supriasa (2002: 2) ada dua yaitu faktor internal (genetik) dan eksternal (ras, gizi, perawatan, kesehatan, fungsi metabolisme, kepekaan terhadap penyakit, , dan lingkungan). Faktor gizi berpengaruh dalam pertumbuhan dan perkembangan remaja, dari makanan yang bergizi remaja mendapatkan asupan energi. Menurut Istiany dan Ruslianti (2013 : 168) Asupan energi mempengaruhi pertumbuhan tubuh, jika asupan tidak kuat dapat menyebabkan seluruh fungsional remaja ikut menderita, antara lain derajat metabolisme yang buruk, tingkat afektifitas tampilan fisik, dan kematangan seksual. Lebih lanjut alasan remaja rentan defisiensi gizi karena :

1. Percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik memerlukan energi dan zat besi yang lebih banyak.
2. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan pangan yang menuntut penyesuaian masukan energi dan protein yang tidak memenuhi kebutuhan gizi para remaja.

3. Kehamilan yang terlalu dini dialami oleh sebagian remaja.
4. Olahraga berlebihan sedangkan *intake* makanan dan zat gizinya kurang memadai.
5. Kecanduan alkohol dan rokok yang menyebabkan mengalami kerusakan organ tubuh.
6. Memakan makanan secara berlebihan menyebabkan remaja sering sekali mengalami gizi kurang namun mengidap obesitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian dan pembahasan di atas siswa MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 status gizinya normal. Status sosial ekonomi orang tua memiliki pengaruh secara tidak langsung terhadap status gizi siswa. Akan dipaparkan presentase status gizi siswa berdasarkan sosial ekonomi orang tua, dari 56 siswa dengan kategori sosial ekonomi orang tua rendah status gizi normal sebanyak 36 siswa (64,3 %), kurus 15 siswa (26,8%), gemuk sebanyak 5 siswa (8,9%) sangat kurus 0 (0%), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas (0%). Sedaangkan dari 69 siswa dengan kategori sosial ekonomi orang tua sedang status gizi normal sebanyak 60 siswa (87,3 %), gemuk sebanyak 6 siswa (8,7%), kurus 3 siswa (4,3%), sangat kurus 0 (0%), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas (0%).

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di , ada beberapa saran yang perlu disampaikan yaitu:

1. Bagi siswa untuk selalu menjaga kondisi status gizi agar normal, dengan menjaga pola hidup sehat.
2. Bagi orang tua untuk memberikan asupan makanan yang selektif dan variatif demi menjaga dan memperbaiki status gizi siswa.
3. Bagi sekolah untuk selalu memperhatikan status gizi siswa, dengan cara melakukan pengecekan status gizi secara rutin.
4. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan kontrol terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M .(2011:64). *Kontribusi Status Gizi dan Motivasi Belajar Terhadap Kesehatan Jasmani Mahasiswa Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi*. [Versi Elektronik] Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 8, nomor 1,April 2011.
- Biro Tata Pemerintah Setda DIY .(2017). *Jumlah Kepala Keluarga Kecamatan Seyegan, Menurut Jenis Pekerjaan*. Yogyakarta : Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil DIY.
- Biro Tata Pemerintah Setda DIY. (2017). *Jumlah Kepala Keluarga Kecamatan Godean, Menurut Jenis Pekerjaan*. Yogyakarta : Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil DIY.
- Irianto, D.P. (2012). *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta : Andi Offset
- Istiany, A. & Ruslianti. (2013). *Gizi Terapan*. Bandung :PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Kemenkes. (2010) Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor : 1995/Menkes/SK/XII/2010 tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Khosman, A. (2002). *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Muhajir. (2017). *Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII (Rev. Ed)*. Jakarta: Kemendikbud.
- Par'i, H.M. (2014). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Sugihartono, dkk. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Sunardi, J .(2009). *Membentuk Kematangan Emosi Remaja Melalui Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah..*

[Versi Elektronik] Jurnal Pendidikan
Jasmani Indonesia Volume 6, nomor
2, November 2009.

Supriasa, I.D.N, dkk. (2001). *Penilaian Status
Gizi*. Jakarta: EGC.