

SKRINING STATUS GIZI BERBASIS KURVA CDC PADA REMAJA SEKOLAH DI CITRA RAYA

Naomi Esthernita Fauzia Dewanto^{1*}, Alexander Halim Santoso², Farell Christian
Gunaidi³, Diana Dinali⁴, Juan Edbert⁵

¹⁻⁵Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara Jakarta, Indonesia

naomi@fk.untar.ac.id^{1*}

alexanders@fk.untar.ac.id²

farell.202400140003@student.atmajaya.ac.id³

diana.405230024@stu.untar.ac.id⁴

juan.405230059@stu.untar.ac.id⁵

*corresponding author

Received: 18-06- 2025

Revised: 24-06-2025

Approved: 28-06-2025

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami percepatan pertumbuhan fisik dan perubahan psikososial yang signifikan, sehingga kebutuhan gizi seimbang menjadi sangat penting. Namun, permasalahan gizi seperti gizi kurang, overweight, dan obesitas masih sering ditemukan, termasuk di Kabupaten Tangerang. Kegiatan skrining status gizi berbasis kurva CDC dapat menjadi langkah strategis dalam upaya deteksi dini dan edukasi gizi di lingkungan sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada 5 Juni 2025 di salah satu SMA di Citra Raya, Kabupaten Tangerang. Skrining dilakukan terhadap 144 siswa menggunakan indikator antropometri meliputi IMT/U, BB/U, TB/U, dan BB/TB. Pengukuran dilakukan dengan alat standar dan hasil dianalisis berdasarkan kurva pertumbuhan CDC untuk menentukan klasifikasi status gizi. Sebagian besar peserta berusia 16 tahun (55,6%) dan berjenis kelamin perempuan (54,2%). Seluruh responden memiliki status gizi baik menurut IMT/U. Namun, variasi ditemukan pada indikator lain: berdasarkan BB/U, 11,1% mengalami berat badan kurang dan 20,1% berat badan lebih; berdasarkan BB/BT ideal, sebanyak 13,9% tergolong overweight dan 30,6% obesitas, sementara 5,8% tergolong gizi kurang. Kegiatan skrining ini menunjukkan adanya tantangan gizi ganda pada remaja di wilayah Citra Raya, dengan proporsi signifikan kasus overweight dan obesitas. Temuan ini menegaskan pentingnya pemantauan status gizi secara berkala dan edukasi berkelanjutan mengenai gizi seimbang serta gaya hidup sehat untuk mendukung pertumbuhan optimal dan mencegah penyakit tidak menular sejak usia dini.

Kata Kunci: Remaja, Status Gizi, Skrining, Kurva CDC, Overweight, Obesitas, Pengabdian Masyarakat

PENDAHULUAN

Pada masa ini, terjadi pertumbuhan fisik yang pesat dan perubahan psikososial yang signifikan, sehingga kebutuhan gizi menjadi sangat krusial untuk mendukung proses tumbuh kembang yang optimal. Namun, remaja juga rentan mengalami masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih, yang dapat berdampak pada kesehatan jangka panjang, seperti risiko stunting, anemia, hingga obesitas. (Wahyuni & Nurhayati, 2020)

Pemetaan hasil pengukuran antropometri seperti Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U), Berat Badan menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), dan Berat Badan terhadap Tinggi Badan (BB/TB) berdasarkan Kurva CDC merupakan metode yang efektif untuk mendeteksi dini masalah gizi pada remaja. Penggunaan kurva pertumbuhan CDC dikenal sangat baik untuk menilai status gizi anak dan remaja usia 2-18 tahun, sehingga dapat memberikan gambaran yang akurat mengenai kondisi gizi populasi sasaran. (Kinanti et al., 2016; Puspasari et al., 2021) Data hasil skrining ini sangat penting sebagai dasar intervensi dan edukasi gizi yang tepat sasaran.

Permasalahan gizi pada remaja di Indonesia, termasuk di Kabupaten Tangerang,

masih cukup tinggi. Beberapa studi dan kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi dan intervensi gizi mampu meningkatkan pengetahuan dan menurunkan prevalensi masalah gizi seperti gizi kurang dan anemia pada remaja. Namun, masih diperlukan upaya skrining rutin dan edukasi berkelanjutan agar remaja lebih sadar dan mampu menjaga status gizinya secara mandiri. (Dewi et al., 2024; Wahyuni & Nurhayati, 2020) Kegiatan skrining yang terstruktur juga dapat membantu sekolah dan masyarakat dalam memantau serta menindaklanjuti kasus-kasus yang ditemukan.

Pelaksanaan skrining status gizi menggunakan IMT/U, BB/U, TB/U, dan BB/TB di kalangan remaja Citra Raya, Kabupaten Tangerang, merupakan langkah strategis untuk mendukung upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan masyarakat. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai deteksi dini, tetapi juga sebagai sarana edukasi yang dapat meningkatkan kesadaran remaja mengenai pentingnya gizi seimbang, sehingga diharapkan mampu mencegah masalah gizi sejak dini dan menciptakan generasi muda yang sehat dan produktif. (Akhriani et al., 2023; Dewi et al., 2024; Wahyuni & Nurhayati, 2020)

METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa skrining status gizi ini dilaksanakan pada tanggal 5 Juni 2025 di salah satu sekolah menengah atas di kawasan Citra Raya, Kabupaten Tangerang. Tahapan kegiatan diawali dengan koordinasi resmi bersama pihak sekolah, mencakup penyusunan surat permohonan kegiatan, persetujuan teknis, dan penjadwalan pelaksanaan agar tidak mengganggu aktivitas belajar mengajar. Setelah koordinasi, tim pelaksana yang terdiri dari dosen, mahasiswa, dan tenaga kesehatan menyiapkan alat-alat pengukuran seperti timbangan digital dan mikrotoise, serta formulir pencatatan dan lembar izin partisipasi. Pelaksanaan skrining dilakukan di aula sekolah secara terstruktur dan bergiliran dengan pengawasan ketat guna menjaga akurasi dan kerahasiaan data. Pengukuran berat badan dan tinggi badan dilakukan untuk setiap peserta, lalu dihitung nilai IMT/U, BB/U, TB/U, serta BB/TB dengan acuan kurva pertumbuhan CDC. Hasil pengukuran dimasukkan ke dalam tabel agregat untuk dikategorikan ke dalam klasifikasi status gizi yang relevan.



Gambar. 1

Pelaksanaan Keigatan Pengabdian Masyarakat dengan Metode *Plan-Do-Check-Action* (Ernawati Ernawati et al., 2023)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil skrining status gizi pada 144 remaja di kawasan Citra Raya, Kabupaten Tangerang, menunjukkan distribusi usia mayoritas pada 16 tahun (55,6%) dan jenis kelamin didominasi oleh perempuan (54,2%). (Gambar 1) Berdasarkan Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/U), seluruh peserta tergolong dalam status gizi baik. Namun, variasi ditemukan pada indikator lain: menurut Berat Badan per Umur (BB/U), terdapat 68,8% dengan berat badan baik, 11,1% kurang, dan 20,1% lebih; sedangkan berdasarkan Tinggi Badan per Umur (TB/U), 99,3% tergolong tinggi normal dan hanya 0,7% yang pendek. Penilaian dari rasio Berat Badan terhadap Tinggi Badan (BB/TB) menunjukkan bahwa setengah dari peserta (50%) berada dalam kategori normal, namun sebanyak 13,9% tergolong overweight dan 30,6% obesitas, dengan 5,8% lainnya mengalami gizi kurang. (Tabel 1) Temuan ini mencerminkan adanya tantangan gizi ganda yang dihadapi remaja di wilayah tersebut, sekaligus menekankan pentingnya pemantauan berkelanjutan dan intervensi edukatif yang holistik untuk mendorong pola hidup sehat sejak usia muda.

Tabel. 1
 Karakteristik Peserta Skrining di Citra Raya, Kabupaten Tangerang

Parameter	N (%)
Usia	
• 15 tahun	61 (42,4%)
• 16 tahun	80 (55,6%)
• 17 tahun	3 (2,1%)
Jenis Kelamin	
• Laki-laki	66 (45,8%)
• Perempuan	78 (54,2%)
Status Gizi berdasarkan IMT/U	
• Gizi Baik	144 (100%)
Status Gizi berdasarkan BB/U	
• Berat Badan Baik	99 (68,8%)
• Berat Badan Kurang	16 (11,1%)
• Berat Badan Lebih	29 (20,1%)
Status Gizi berdasarkan TB/U	
• Tinggi Kurang	1 (0,7%)
• Tinggi Normal	143 (99,3%)
Status Gizi berdasarkan BB/TB	
• Gizi Kurang	8 (5,8%)
• Normal	72 (50,0%)
• <i>Overweight</i>	20 (13,9%)
• Obesitas	44 (30,6%)



Gambar. 2

Pelaksanaan Skrining pada Remaja di Citra Raya, Kabupaten Tangerang

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa skrining status gizi pada remaja di Kabupaten Tangerang, khususnya di kawasan Citra Raya, merupakan langkah penting dalam upaya deteksi dini masalah gizi di kalangan remaja. Skrining ini menggunakan beberapa indikator antropometri, yaitu Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/U), Berat Badan per Umur (BB/U), Tinggi Badan per Umur (TB/U), serta Berat Badan terhadap Tinggi Badan (BB/TB) dengan acuan kurva pertumbuhan CDC. Penggunaan berbagai indikator ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran komprehensif mengenai status gizi remaja, mengingat masa remaja adalah periode kritis kedua setelah balita dalam pertumbuhan dan perkembangan. (Puspasari et al., 2021)

Proses skrining dilakukan dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan secara akurat, kemudian hasilnya dianalisis menggunakan kurva CDC untuk menentukan kategori status gizi. Kategori yang digunakan meliputi status gizi normal, *overweight* (gizi lebih), dan obesitas. Hasil pengukuran ini memberikan informasi awal yang sangat penting untuk menentukan intervensi yang diperlukan, baik untuk pencegahan maupun penanganan masalah gizi yang ditemukan. (Puspasari et al., 2021; Rayipratiwi et al., 2023)

Dari hasil skrining di Citra Raya, ditemukan variasi status gizi di kalangan remaja, yaitu terdapat remaja dengan status gizi normal, *overweight*, dan obesitas. Temuan ini sejalan dengan penelitian lain di Kabupaten Tangerang yang juga menunjukkan adanya masalah gizi ganda pada remaja, yaitu adanya kelompok dengan gizi lebih (*overweight* dan obesitas) di samping kelompok dengan gizi normal. (Rayipratiwi et al., 2023) Fenomena ini mencerminkan perubahan pola konsumsi dan gaya hidup remaja yang semakin modern dan cenderung kurang aktif secara fisik.

Faktor yang memengaruhi status gizi pada remaja di wilayah ini antara lain perilaku konsumsi makanan, aktivitas fisik, serta pengetahuan dan perilaku gizi seimbang. Penelitian di Kabupaten Tangerang menunjukkan bahwa perilaku gizi seimbang, seperti konsumsi makanan beragam dan rutin makan sayur-buah, memiliki hubungan bermakna dengan status gizi remaja. Namun, pengetahuan gizi saja tidak

cukup tanpa diikuti perubahan perilaku nyata. (Adjie et al., 2024; Alexander Halim Santoso et al., 2023; Rayipratiwi et al., 2023)

Temuan adanya remaja *overweight* dan obesitas menjadi perhatian khusus karena berisiko menimbulkan masalah kesehatan jangka panjang, seperti penyakit tidak menular (diabetes, hipertensi, dan lain-lain). Oleh karena itu, hasil skrining ini dapat dijadikan dasar untuk merancang intervensi promotif dan preventif, seperti edukasi gizi, peningkatan aktivitas fisik, serta pemantauan rutin status gizi di sekolah-sekolah. Selain itu, peran keluarga dan lingkungan sekolah sangat penting dalam membentuk perilaku hidup sehat pada remaja. (Agustian et al., 2021; Putra et al., 2021; Rayipratiwi et al., 2023)

Kegiatan skrining status gizi di Citra Raya, Kabupaten Tangerang, memberikan gambaran nyata tentang kondisi gizi remaja di wilayah tersebut. Hasil yang bervariasi berupa kategori normal, *overweight*, dan obesitas menunjukkan perlunya kolaborasi berbagai pihak untuk meningkatkan kesadaran dan perilaku gizi seimbang di kalangan remaja. Upaya berkelanjutan dalam pemantauan dan edukasi gizi menjadi kunci penting untuk mencegah masalah gizi lebih lanjut dan mendukung pertumbuhan optimal generasi muda di masa depan. (Chau & Firmansyah, 2021; Firmansyah et al., 2021; Rayipratiwi et al., 2023)

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa skrining status gizi pada remaja di salah satu sekolah di kawasan Citra Raya, Kabupaten Tangerang, memberikan deskripsi mengenai kondisi gizi peserta didik, dengan mengidentifikasi keberadaan status gizi normal, gizi kurang, *overweight*, hingga obesitas. Penggunaan indikator antropometri seperti IMT/U, BB/U, TB/U, dan BB terhadap Tinggi Badan berbasis kurva CDC sangat baik dalam mendeteksi variasi status gizi secara komprehensif. Pentingnya skrining berkala dan edukasi gizi berkelanjutan sebagai strategi promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan remaja. Temuan ini juga merupakan dasar penting bagi sekolah dan pihak terkait dalam merancang program intervensi yang lebih tepat sasaran guna membentuk kebiasaan hidup sehat sejak usia sekolah, sekaligus mendukung terwujudnya generasi muda yang lebih sehat, produktif, dan berdaya saing tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adjie, E. K. K., Ernawati, E., Erdiana, G., Firmansyah, Y., Santoso, A. H., Nathaniel, F., & Wijaya, D. A. (2024). Hubungan Tekanan Darah dan Indeks Massa Tubuh terhadap Kapasitas Vital Paru pada Remaja Sekolah Menengah Atas. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(1), 115–122. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i1.11997>
- Agustian, H., Putra, A. E., Hendsun, H., Sumampouw, H. C., & Firmansyah, Y. (2021). Perubahan Berat Badan, Indeks Massa Tubuh, dan Status Gizi antara Sebelum dan Saat Masa Pandemi COVID-19 Akibat Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Medika Utama*, 02(2), 741–749.
- Akhriani, M., Ambar Wati, D., & Muharammah, A. (2023). SKRINING LINGKAR LENGAN ATAS (LILA) YANG BERKORELASI DENGAN INDEX MASSA TUBUH (IMT) DAN EDUKASI CITRA TUBUH POSITIF PADA REMAJA DI SMAN 2 PRINGSEWU. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(ABDI KE UNGU)*, 5(3), 183–187. <https://doi.org/10.30604/abdi.v5i3.1459>
- Alexander Halim Santoso, B., Firmansyah, Y., Luwito, J., Edbert, B., Kotska Marvel

- Mayello Teguh, S., Herdiman, A., Shifa Martiana, C., & Valeri Alexandra, T. (2023). Pengabdian Masyarakat - Pengukuran Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Perut dalam Upaya Pemetaan Obesitas Sentral pada Warga Masyarakat di Desa Dalung, Serang, Banten. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(2), 01-08. <https://doi.org/10.56910/SEWAGATI.V2I2.596>
- Chau, W., & Firmansyah, Y. (2021). The Importance Of Socialization Of Posyandu To Improve Posyandu Visiting, Knowledge, And Community Attitude To Improve Immunization Achievements Effort And Was Called An Expanded Program On Immunization (Epi) Known In Indonesia As The Immunization Dev. *Jurnal Muara Sains*, 5(2), 331-340.
- Dewi, E. P., Dwiyantri, N. K. N., Teja, N. M. A. Y. R., Dewi, K. A. P., Indriani, N. P. R. K., & Larasati, K. E. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Skrining Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Wus Usia 15-19 Tahun Di Sman I Semarang. *Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 4(1), 76-82. <https://doi.org/10.37294/jai.v4i1.640>
- Ernawati Ernawati, Alexander Halim Santoso, Sukmawati Tansil Tan, Yohanes Firmansyah, Anggita Tamaro, & William Gilbert Satyanegara. (2023). Community Service Activities - Counseling And Blood Pressure Screening (Hypertension Disease). *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 63-70. <https://doi.org/10.30640/abdimas45.v2i1.1014>
- Firmansyah, Y., Ginting, D. N., Su, E., Sylvana, Y., Chau, W., & Setyati, P. N. (2021). Pentingnya Posbindu Keliling Dalam Mendeteksi Penyakit Tidak Menular Di Rw. 05, Kelurahan Kedaung Kaliangke. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 5(1), 9. <https://doi.org/10.24912/jmstkik.v5i1.6344>
- Kinanti, P., Pateda, V., & Wahani, A. M. I. (2016). Gambaran Pertumbuhan Pada Anak Dengan Riwayat Asma Di Rsup Prof. Dr. RD Kandou. *E-Clinic*, 4(1).
- Puspasari, A., Fitri, A. D., & Shafira, N. N. A. (2021). Skrining status gizi anak usia sekolah dasar komunitas suku anak dalam di desa nyogan, muaro jambi. *Medical Dedication (Medic): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 140-145. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13462>
- Putra, A. E., Firmansyah, Y., Agustian, H., Chandra, H., Corresponding, S., & Umum, D. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Selama Masa Pembelajaran Jarak Jauh Akibat Pandemi Covid-19. *Jurnal Medika Hutama*, 2(03 April), 911-917. <https://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/189>
- Rayipratiwi, I. S., Rahayu, L. S., & Fitria, F. (2023). hubungan antara pengetahuan dan perilaku gizi seimbang dengan status gizi pada remaja di wilayah kabupaten tangerang tahun 2021. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 7(2), 154-161. <https://doi.org/10.22236/argipa.v7i2.8139>
- Wahyuni, Y., & Nurhayati, E. (2020). Pkm remaja sadar gizi di sekolah menengah pertama (smp) gatra desa kohod tangerang tahun 2019. *Jurnal Pengabdian Al-Ikhlash*, 6(1). <https://doi.org/10.31602/jpaiuniska.v6i1.3373>