

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

a. Letak Geografi

Sekolah Dasar Negeri 84 kendari didirikan pada tanggal 1 Mei 1985 berlokasi di Jl. Abunawas No.2 Kendari Kelurahan Bende Kecamatan Kadia Kota Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara. SDN 84 kendari, dengan status kepemilikan adalah pemerintah daerah dan telah terakreditasi A. Ditinjau dari letak geografisnya SD Negeri 84 Kendari memiliki luas tanah 4,160 M², dengan batas wilayah sebagai berikut :

- 1) Sebelah Timur berbatasan dengan Asuransi Jasindo Branch Office Kendari.
- 2) Sebelah barat berbatasan dengan TK Kuncup Pertiwi Kendari.
- 3) Sebelah selatan berbatasan dengan Rumah Warga.
- 4) Sebelah Utara berbatasan dengan MTQ Kendari.

b. Jumlah siswa

Jumlah seluruh siswa Sekolah Dasar Negeri 84 Kendari pada tahun ajaran 2022/2023 adalah 864 orang, dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 426 dan untuk siswa perempuan sebanyak 438 orang.

c. Ketenagaan

Guru tenaga pengajar / Pendidik dan Tenaga Kependidikan (PTK) di SDN 84 Kendari berjumlah 35 orang terbagi antara tenaga pengajar PNS sebanyak 28 orang, tenaga pengajar Guru Tidak Tetap (GTT) sebanyak 1 orang dan 6 orang tenaga pengajar Honor.

2. Karakteristik Sampel

a. Jenis Kelamin

Karakteristik sampel berdasarkan jenis kelamin, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1.

Karakteristik Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN 84 Kendari

Jenis Kelamin	Sampel	
	n	%
Laki-laki	34	45,3
Perempuan	41	54,7
jumlah	75	100

Sumber : Data Primer diolah, 2023

Berdasarkan pada tabel 7 diatas terlihat bahwa, sebagian besar sampel 41 siswa (54,7%) adalah perempuan selebihnya laki-laki 34 siswa (45,3%).

b. Umur

Karakteristik sampel berdasarkan Umur, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 2.

Karakteristik Sampel Berdasarkan Umur di SDN 84 Kendari

Umur	Sampel	
	n	%
10 Tahun	29	38,7
11 Tahun	40	53,3
12 Tahun	6	8,0
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer diolah, 2023

Berdasarkan pada tabel 8, diatas menunjukkan bahwa, jumlah sampel umur 10 tahun sebanyak 29 siswa (38,7%), kemudian untuk umur 11 tahun berjumlah 40 siswa (53,3%) dan untuk umur 12 tahun sebanyak 6 siswa (8,0%).

c. Kelas

karakteristik sampel berdasarkan Kelas, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 3.

Karakteristik Sampel Berdasarkan Kelas di SDN 84 Kendari

Kelas	Sampel	
	n	%
IV	43	57,3
V	32	42,7
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer diolah, 2023

Berdasarkan tabel 9, menunjukkan bahwa terdapat 43 siswa (57,3%) untuk kelas IV dan untuk kelas V berjumlah 32 orang (42,7%).

d. Status Gizi Berdasarkan IMT/U

Distribusi sampel status gizi berdasarkan IMT/U, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.

Distribusi Status Gizi Berdasarkan IMT/U pada siswa SDN 84 kendari

IMT/U	Sampel	
	n	%
Gizi kurang	4	5,3
Gizi Baik (Normal)	47	62,7
Gizi lebih	9	12,0
Obesitas	15	20,0
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer diolah, 2023

Berdasarkan tabel 10, diatas menunjukkan bahwa, status gizi berdasarkan IMT/U dengan jumlah tertinggi yaitu pada status gizi baik sebanyak 47 siswa (62,7%) dan terendah pada status gizi Kurang sebanyak 4 siswa (5,3%), status gizi lebih terdapat 9 siswa (12,0%) kemudian untuk status gizi obesitas terdapat 15 siswa (20,0%).

e. Asupan Energi

Distribusi sampel berdasarkan Asupan Energi, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5.

Distribusi Asupan Energi pada siswa SDN 84 Kendari

Asupan Energi	Sampel	
	n	%
Lebih	24	34,7
Baik	39	52,0
Kurang	10	13,3
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer diolah, 2023

Berdasarkan tabel 11 diatas menunjukkan bahwa, distribusi sampel berdasarkan Asupan Energi kategori lebih sebanyak 24 siswa (34,7%) kemudian untuk kategori kurang yaitu sebanyak 10 siswa (13,3%) dan untuk kategori baik sebanyak 39 siswa (52,0%).

f. Asupan Protein

Distribusi sampel berdasarkan Asupan Protein, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 6.

Distribusi Asupan Protein pada siswa SDN 84 Kendari

Asupan Protein	Sampel	
	n	%
Lebih	22	29,3
Baik	41	54,6
Kurang	12	16,0
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer diolah, 2023

Berdasarkan tabel 12 diatas menunjukkan bahwa, Asupan Protein kategori lebih sebanyak 22 siswa (29,3%) kemudian untuk kategori kurang yaitu sebanyak 12 siswa (16,0%) dan untuk kategori baik sebanyak 41 siswa (54,6%).

g. Asupan Lemak

Distribusi sampel berdasarkan Asupan Lemak, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 7.

Distribus Asupan Lemak pada siswa SDN 84 Kendari

Asupan Lemak	Sampel	
	n	%
Lebih	24	32,0
Baik	41	54,7
Kurang	10	13,3
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer diolah, 2023

Berdasarkan tabel 13 diatas menunjukkan bahwa, Asupan Lemak kategori lebih sebanyak 24 siswa (32,0%), kemudian untuk kategori kurang yaitu sebanyak 10 siswa (13,3%) dan untuk kategori baik sebanyak 41 siswa (54,7%).

h. Kebiasaan Sarapan Pagi

Distribusi sampel berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pagi, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 8.

Distribusi Kebiasaan Sarapan Pagi pada siswa SDN 84 Kendari

Kebiasaan Sarapan Pagi	Sampel	
	n	%
Baik	67	89,3
Cukup	8	10,7
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer diolah, 2023

Berdasarkan tabel 14, diatas menunjukkan bahwa distribusi sampel kategori baik sebanyak 67 siswa (89,3%) dan untuk kategori cukup sebanyak 8 siswa (10,7%).

B. Pembahasan

1. Status Gizi Berdasarkan IMT/U pada siswa Sekolah Dasar 84 Kendari

Status gizi adalah gambaran keseimbangan antara kebutuhan akan zat gizi dengan konsumsi untuk pemeliharaan kehidupan, memenuhi fungsi normal tubuh dan menghasilkan energi satu pihak serta konsumsi zat gizi di lain pihak. Oleh karena itu, makanan bagi tubuh mempunyai peranan yang sangat penting untuk pembentukan sel-sel yang rusak. (Susy Mouw et al., 2022).

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan di SD Negeri 84 Kendari, diketahui bahwa status gizi berdasarkan IMT/U yaitu sampel yang paling banyak mengalami status gizi baik yaitu (62,7%), namun status gizi sampel yang mengalami obesitas yaitu (20,0%) selain itu, sampel dengan status gizi yang mengalami gizi lebih yaitu (12,0%), dan yang memiliki status gizi kurang sebanyak (5,3%). Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kusumawati et al., 2020) di SDN 84 Kendari yang menyatakan bahwa terdapat status gizi gemuk sebanyak 17 orang (22,7%), status gizi obesitas terdapat 27 orang (36,0%).

Sebanyak 12,0% sampel berstatus gizi lebih dan sebanyak 20,0% berstatus gizi obesitas. Sampel yang berstatus gizi lebih dan obesitas mempunyai asupan energi, protein, dan lemak lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang berstatus gizi kurus dan normal, serta lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata asupan responden secara keseluruhan. Kemudian sampel yang berstatus gizi kurus mempunyai rata-rata asupan energi, protein, lemak yang lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata asupan responden secara keseluruhan.

Berdasarkan uraian diatas maka, asupan makanan merupakan salah satu faktor langsung yang mempengaruhi status gizi anak usia sekolah. Dimana asupan makanan berlebih dari kebutuhannya yang berasal dari makanan yang sering di konsumsi seperti gorengan, pentol goreng, naget goreng serta makanan cepat saji seperti burger, pizza, ayam crispy, dan lain-lain yang memiliki tingkat asupan lemak yang tinggi. Serta kurangnya aktifitas fisik sehingga kurangnya proses pembakaran kalori didalam tubuh. Anak yang berusia 7-12 tahun merupakan kelompok yang rentan terhadap gizi lebih. Oleh karena itu, anak dalam rentang usia ini perlu mendapat perhatian dari sudut perubahan pola makan sehari-hari karena makanan yang biasa dikonsumsi sejak masa anak, akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya (Fadilah & Sefrina, 2022).

2. Asupan Energi

Energi dalam tubuh manusia dapat timbul dikarenakan adanya pembakaran karbohidrat, protein dan lemak, dengan demikian agar manusia selalu tercukupi energinya diperlukan pemasukkan zat-zat makanan yang cukup pula ke dalam tubuhnya (Kartasapoetra dan Marsetyo, 2016).

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan di SD Negeri 84 Kendari, menunjukkan bahwa distribusi Sampel berdasarkan Asupan Energi yang mempunyai asupan energi dimana kategori lebih sebanyak (34,7%) dan yang mempunyai asupan energi kurang yaitu sebanyak (13,3%) dan untuk status gizi baik sebanyak (52,0%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Limpeleh, 2016) bahwa asupan energi dari anak usia sekolah yang berada di kompleks pasar 45 Kota Manado berada pada kategori asupan energi yang baik (78,6%) dan asupan energi yang lebih sebesar (21,4%).

Dengan demikian Tingkat konsumsi energi siswa bervariasi maka status gizi mereka juga akan bervariasi. Bila konsumsi energi berlebih maka status gizinya akan berlebih bahkan menjadi obesitas, bila konsumsi energi kurang atau defisit maka status gizinya lebih rendah. Ketidakseimbangan energi dalam tubuh dapat menyebabkan perubahan berat badan.. (Agung et al., 2023)

Asupan energi yang berlebih merupakan penyebab utama terjadinya masalah-masalah kegemukan (obesitas). Kelebihan asupan energi akan disimpan dalam bentuk glikogen dan lemak. Glikogen akan disimpan di hati dan otot. Lemak akan disimpan disekitar perut, ginjal dan di bawah kulit. Oleh karena itu kelebihan energi dan karbohidrat dapat menyebabkan obesitas. Obesitas pada anak beresiko tinggi menjadi obesitas dimasa dewasa dan berpotensi mengalami penyakit degeneratif. (Rumagit et al., 2019).

3. Asupan Protein

Asupan protein memiliki pengaruh dalam yang sangat penting terhadap pertumbuhan, secara umum fungsi protein untuk pertumbuhan dan apa bila kelebihan asupan protein dalam tubuh, akan disimpan sebagai lemak, hal tersebut akan meningkatkan berat badan berlebih.(Kolonodale et al., 2022).

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan di SD Negeri 84 Kendari, menunjukkan bahwa, distribusi Sampel berdasarkan Asupan Protein dalam kategori lebih sebanyak (29,3%) dan yang mempunyai asupan Protein kurang yaitu sebanyak (16,0%) dan untuk kategori baik sebanyak (54,6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Jauhari et al., 2022) asupan protein anak Sekolah Dasar berada pada kategori cukup yakni sebanyak 54%. Namun masih ditemukan anak sekolah dasar dengan asupan protein lebih

dengan persentase cukup tinggi yakni sebanyak 35%. Hal ini perlu diperhatikan lebih dari pihak-pihak terkait terutama orang tua siswa dan pihak sekolah.

Asupan protein secara langsung memiliki hubungan dengan obesitas. Dalam keadaan berlebihan protein akan mengalami pelepasan dari gugus amino. Oleh karena itu, bila seseorang mengkonsumsi banyak protein dalam makanan maka akan disimpan sebagai lemak dalam tubuh. Almatsier juga menjelaskan bahwa dalam keadaan berlebihan protein akan mengalami deaminase. Nitrogen dikeluarkan dari tubuh dan sisa-sisa ikatan karbon akan diubah menjadi lemak dan disimpan di dalam tubuh, dengan demikian konsumsi protein secara berlebihan juga dapat menyebabkan kegemukan dan obesitas. (Rumagit et al., 2019).

4. Asupan Lemak

Asupan Lemak merupakan cadangan energi di dalam tubuh yang paling besar dan pada umumnya disimpan di jaringan bawah kulit. Lemak tetap dibutuhkan dalam tubuh karena ada beberapa jenis lemak yang tidak dapat diproduksi didalam tubuh sehingga harus didapatkan langsung dari asupan makanan.(Kolonodale et al., 2022).

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan di SD Negeri 84 Kendari, menunjukkan bahwa distribusi Sampel berdasarkan Asupan Lemak yang memiliki kategori lebih sebanyak (32,0%), kemudian untuk kategori kurang yaitu sebanyak (13,3%) dan untuk kategori baik sebanyak (54,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Jauhari et al., 2022) Pada penelitian ini menyatakan bahwa masih terdapat anak sekolah dasar dengan asupan lemak yang lebih yakni sebanyak 24 (29%). penelitian ini juga sejalan

dengan penelitian yang dilakukan di Yogyakarta menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi lemak yang berlebih dengan kejadian obesitas pada anak (Lestari et al, 2018).

Peningkatan asupan lemak lebih pada anak dipengaruhi oleh pola makan yang sering mengkonsumsi fast food atau makanan cepat saji yang akan meningkatkan berat badan sebesar kurang lebih 0,4 kg/tahun. Makanan yang mengandung lemak juga kurang mengenyangkan dibandingkan makanan yang mengandung asupan karbohidrat dan protein, sehingga mengakibatkan anak mengkonsumsi makanan yang mengandung lemak secara berlebihan yang dapat menimbulkan obesitas pada anak. Pada penelitian yang dilakukan oleh Bernadatte mengatakan asupan makanan cepat saji lebih dari 224 kkal/hari berisiko 29,7 kali lebih besar terjadinya obesitas pada anak. (Dwi et al., 2016)

2. Kebiasaan Sarapan Pagi

Sarapan merupakan kegiatan makan dan minum yang dilakukan pada pagi hari, dimulai dari pukul 06.00 sampai dengan pukul 09.00 pagi. Melalui aktivitas sarapan pagi dapat dikonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang dan memenuhi 15% – 30% dari energi total dalam sehari yang dilakukan pada pagi hari sebelum beraktivitas. (Hanim et al., 2022).

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan di SD Negeri 84 Kendari, menunjukkan bahwa distribusi Sampel berdasarkan Kebiasaan sarapan pagi yang mempunyai kategori baik sebanyak (89,3%) dan untuk kategori cukup sebanyak (10,7%). Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Desi et al., 2018) menyatakan bahwa anak sekolah dasar Kristen Immanuel II Kubu Raya kelas V dan kelas VI lebih banyak yang sarapan pagi

yaitu sebesar (61,8%). Waktu sarapan pada anak sekolah dasar kristen immanuel II Kubu Raya lebih banyak pada jam 6-7 pagi (42,6%) dengan frekuensi sarapan terbanyak yaitu 5-7 kali dalam seminggu.

Anak yang sarapan dengan status gizi obesitas bisa dikarenakan waktu sarapan mengonsumsi makanan dalam jumlah berlebih kemudian seringkali ngemil makanan ringan dan sering mengonsumsi jajanan yang ada di kantin sekolah yang cenderung lebih tinggi akan asupan lemaknya, yang mengakibatkan dapat memicu ketidakseimbangan hormone dan penambahan berat badan sehingga berakibat pada status gizinya. Pada anak-anak, sarapan pagi akan memudahkan konsentrasi belajar sehingga prestasi belajar bisa lebih ditingkatkan. (Haniefan & Nurkhopipah, 2023)