

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Pengamatan

Lokasi dari pengamatan ini adalah Desa Tunjuk Tabanan khususnya Banjar Tunjuk Tengah dan Banjar Legung yang berada di Desa Tunjuk Kabupaten Tabanan. Desa Tunjuk memiliki luas wilayah 474,04 km², Desa Tunjuk terletak sekitar ±9,7 km dari pusat Kota Tabanan. Desa Tunjuk terdiri dari 7 banjar dinas/dusun, yaitu Banjar Dinas Bungan Kapal, Legung, Tunjuk Kaja, Tunjuk Tengah, Tunjuk Kelod, Beng Kaja, dan Beng Kelod. Untuk kondisi masyarakatnya, Desa Tunjuk terbilang cukup ramai dengan jumlah penduduk per Oktober 2019 tercatat sejumlah 4.878 jiwa. Penataan kawasan pemukiman juga telah teratur dan pada beberapa dusun perumahan penduduk berjarak antar satu rumah dengan rumah lainnya. Biasanya dalam satu gerbang rumah dapat terdapat lebih dari 2 rumah. Hal ini menggambarkan kehidupan sosial antar masyarakat masih erat terjalin.

Program posyandu di Desa Tunjuk dilengkapi dengan fasilitas lengkap misalnya penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pemberian PMT. Kegiatan posyandu di Desa Tunjuk dilaksanakannya rutin pada setiap bulannya di masing – masing Banjar yang di damping oleh bidan Desa. Dalam keseharian, pusat kegiatan biasanya terjadi pada kawasan pendidikan dan juga perdagangan, serta pada beberapa waktu tertentu berpusat pada tempat ibadah. Pada titik perdagangan lebih banyak pergerakan terjadi pada toko/kios, sedangkan pada daerah pasar kegiatan jual beli jarang terjadi. Untuk kawasan

publik hanya digunakan ketika ada kegiatan saja, tetapi untuk lapangan umum biasa digunakan untuk kegiatan olahraga.

2. Karakteristik Subyek Pengamatan

Subyek pengamatan ini sebanyak 30 orang anak balita yang berusia 36-60 bulan atau 3-5 tahun di Desa Tunjuk Tabanan.

a. Jenis Kelamin

Berdasarkan pengamatan sebagian besar subjek pengamatan berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 19 orang dengan persentase 63% dan balita berjenis kelamin laki – laki berjumlah 11 orang dengan persentase 37%. Adapun persentase distribusi pada jenis kelamin anak balita dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6.
Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Hasil Pengamatan	
	f	%
Perempuan	19	63
Laki – Laki	11	37
Jumlah	30	100

b. Berat Badan Lahir

Hasil pengamatan terhadap 30 subjek anak balita, berat badan lahir paling tinggi yaitu 4,4 kg dan berat badan lahir paling rendah yaitu 2,4 kg. Rata-rata berat badan lahir anak balita di Desa Tunjuk yaitu 3,0 kg. Adapun jumlah subjek dengan berat badan lahir <2,5 kg sebanyak 2 orang dengan persentase 6,67% dan dengan berat badan lahir >2,5 kg sebanyak 28 orang dengan persentase 93,33%. Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7.
Sebaran Sampel Berdasarkan Berat Badan Lahir

Berat Badan Lahir	Hasil Pengamatan	
	f	%
<2,5 kg	2	6,67
>2,5 kg	28	93,33
Jumlah	30	100,00

c. Umur

Hasil pengamatan sebagian besar anak balita berumur 3 tahun yaitu sebanyak 17 orang dengan persentase 56,67%, dan balita berumur 4 tahun sebanyak 13 orang dengan persentase 43,33%. Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8.
Sebaran Sampel Berdasarkan Umur

Umur (bulan)	Hasil Pengamatan	
	f	%
36 – 47	17	56,67
48 – 59	13	43,33
60	0	0,00
Jumlah	30	100,00

d. Panjang Badan Lahir

Hasil pengamatan terhadap 30 subjek anak balita, panjang badan lahir paling tinggi yaitu 52 cm dan panjang badan lahir paling pendek yaitu 47 cm. Rata – rata panjang badan lahir anak balita di Desa Tunjuk yaitu 50 cm. Adapun jumlah subjek dengan panjang badan lahir <50 cm sebanyak 2 orang dengan persentase 6,67% dan dengan Panjang badan lahir >50 kg sebanyak 28 orang dengan persentase 93,33%. Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9.
Sebaran Sampel Berdasarkan Panjang Badan Lahir

Panjang Badan Lahir	Hasil Pengamatan	
	f	
<50 cm	2	<50 cm
>50 cm	28	>50 cm
Jumlah	30	Jumlah

3. Status Gizi Subyek Pengamatan

a. Status Gizi Berdasarkan BB/U

Hasil pengamatan dilakukan berdasarkan hasil pengukuran antropometri yaitu berdasarkan subjek penimbangan berat badan berdasarkan umur dengan jumlah status gizi normal 15 orang dengan persentase 50%, status gizi kurang 10 orang dengan persentase 33,33%, status gizi lebih 4 orang dengan persentase 13,33%, dan status gizi sangat kurang 1 orang dengan persentase 3,33%. Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10.
Sebaran Sampel Berdasarkan BB/U

Status Gizi	Hasil Pengamatan	
	f	%
Sangat Kurang	1	3,33
Kurang	10	33,33
Normal	15	50,00
Lebih	4	13,33
Jumlah	30	100,00

b. Status Gizi Berdasarkan TB/U

Hasil pengamatan dilakukan berdasarkan hasil pengukuran antropometri yaitu berdasarkan subjek pengukuran tinggi badan berdasarkan umur yaitu dengan jumlah status gizi normal 17 orang dengan persentase 56,67%, status gizi sangat pendek 9 orang dengan persentase 30,00%, status gizi pendek 3 orang dengan persentase 10,00%, dan status gizi tinggi 1 orang dengan persentase 3,33%. Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 11.

Tabel 11.
Sebaran Sampel Berdasarkan TB/U

Status Gizi	Hasil Pengamatan	
	f	%
Sangat Pendek	9	30,00
Pendek	3	10,00
Normal	17	56,67
Tinggi	1	3,33
Jumlah	30	100,00

c. Status Gizi Berdasarkan BB/TB

Hasil pengamatan dilakukan berdasarkan hasil pengukuran antropometri yaitu berdasarkan subjek pengukuran berat badan berdasarkan tinggi badan yaitu dengan jumlah status gizi baik 16 orang (53,33%), berisiko gizi lebih (30%), gizi lebih 2 orang (6,67%), gizi kurang 2 orang (6,67%), dan obesitas 1 orang (3,33%) . Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 12.

Tabel 12.
Sebaran Sampel Berdasarkan BB/TB

Status Gizi	Hasil Pengamatan	
	f	%
Gizi Buruk	0	00,00
Gizi Kurang	2	6,67
Gizi Baik	16	53,33
Berisiko Gizi Lebih	9	30,00
Gizi Lebih	2	6,67
Obesitas	1	3,33
Jumlah	30	100,00

d. Status Gizi Berdasarkan IMT/U

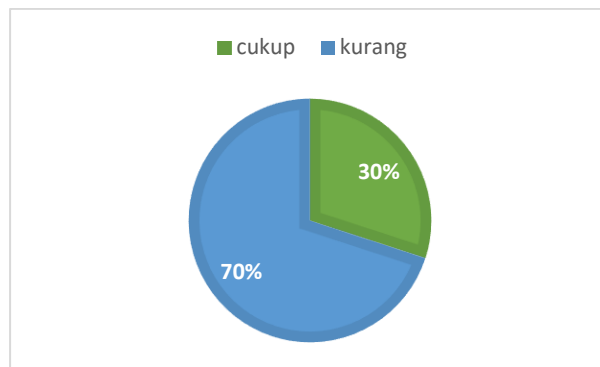
Hasil pengamatan dilakukan berdasarkan hasil pengukuran antropometri yaitu berdasarkan subjek pengukuran indeks masa tubuh berdasarkan umur yaitu dengan jumlah status gizi baik 20 orang dengan persentase 66,67%, status gizi kurang 2 orang dengan persentase 6,67%, status gizi berisiko gizi lebih 6 orang dengan persentase 20,00%, status gizi lebih 2 orang dengan persentase 6,67%. Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 13.

Tabel 13.
Sebaran Sampel Berdasarkan IMT/U

Status Gizi	Hasil Pengamatan	
	f	%
Gizi Buruk	0	00,00
Gizi Kurang	2	6,67
Gizi Baik	20	66,67
Berisiko Gizi Lebih	6	20,00
Gizi Lebih	2	6,67
Obesitas	0	00,00
Jumlah	30	100,00

4. Konsumsi Sayur

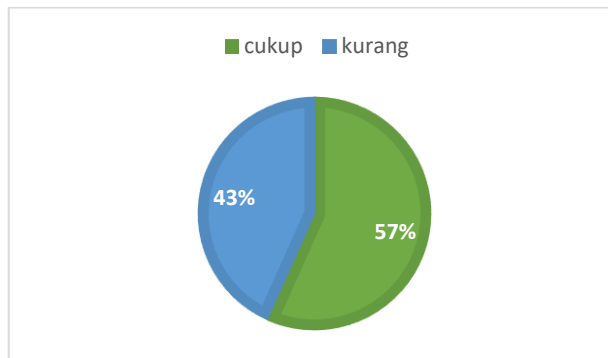
Tingkat konsumsi sayur dapat dibagi menjadi 2 kategori yaitu kategori cukup dengan jumlah konsumsi sayur sehari yaitu ≥ 250 gram, dan kategori kurang jika tingkat konsumsi sayur sehari <250 gram. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan 30 subjek pengamatan diperoleh bahwa rata – rata tingkat konsumsi sayur subjek pengamatan perharinya adalah <150 gram dengan konsumsi terendah yaitu 30 gram dan paling tinggi yaitu 250 gram. Lebih dari separuh tingkat konsumsi sayur dalam kategori kurang dengan persentase 70%. Jelasnya dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Sebaran Sampel Pengamatan Berdasarkan Konsumsi Sayur

5. Konsumsi Buah

Tingkat kategori buah subjek pengamatan dibagi menjadi 2 kategori yaitu kategori cukup jika tingkat konsumsi buah pengamatan dalam sehari ≥ 150 gram, dan kategori kurang jika tingkat konsumsi buah subjek pengamatan dalam sehari <150 gram. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan pada 30 subjek pengamatan diperoleh rata – rata tingkat konsumsi buah subjek pengamatan perhari adalah ≥ 150 gram, dengan konsumsi buah terendah perharinya yaitu 40 gram. Sebagian besar tingkat konsumsi buah dalam kategori cukup yaitu dengan persentase 56,67%. Jelasnya dapat dilihat pada gambar 4.



Gambar 4. Sebaran Sampel Pengamatan Berdasarkan Konsumsi Buah

6. Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan hasil pengamatan diperoleh hasil dari 30 subjek pengamatan sebagian besar yaitu 23 subjek pengamatan dengan persentase 76,67% dalam kategori kurang, dan 7 subjek pengamatan dengan persentase 23,33% kategori cukup. Konsumsi sayur buah yang dinyatakan cukup itu adalah dengan mengkonsumsi sayur perharinya ≥ 250 gram sedangkan untuk konsumsi buah cukup itu dinyatakan konsumsi perharinya yaitu ≥ 150 gram. Adapun juga konsumsi sayur perharinya dinyatakan kurang bila konsumsi perharinya <250

gram dan untuk konsumsi buah dinyatakan kurang bila konsumsi <150 gram perharinya. Jelasnya dapat dilihat pada tabel 14.

Tabel 14.
Sebaran Sampel Pengamatan Berdasarkan Karakteristik
Konsumsi Rata – Rata Buah dan Sayur

Karakteristik Konsumsi Buah Sayur	Hasil Pengamatan	
	f	%
Cukup	7	23,33
Kurang	23	76,67
Jumlah	30	100,00

7. Tabel Silang Karakteristik Konsumsi Buah Sayur dan Status Gizi

a. Karakteristik Konsumsi Buah dan Status Gizi Berdasarkan BB/TB

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, 50% balita memiliki status gizi dan tinggi badan kurang dengan konsumsi buah cukup. 56% balita memiliki berat badan dan tinggi badan normal dengan konsumsi buah cukup. 56% balita berisiko memiliki berat badan dan tinggi badan lebih dengan konsumsi buah cukup,

Tabel 15.
Karakteristik Konsumsi Buah dan Status Gizi
Berdasarkan BB/TB

Konsumsi Buah	Status Gizi Berdasarkan BB/TB											
	Gizi Sangat Kurang		Gizi Kurang		Gizi Baik		Berisiko Gizi Lebih		Gizi Lebih		Obesitas	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
≥ 150	0	0	1	50	9	56	5	56	2	100	0	0
< 150	0	0	1	50	7	44	4	44	0	0	1	100
Jumlah	0	0	2	100	16	100	9	100	2	100	1	100

b. Karakteristik Konsumsi Sayur dan Status Gizi Berdasarkan BB/TB

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, 50% balita memiliki status gizi dan tinggi badan kurang dengan konsumsi sayur kurang. 75% balita memiliki berat badan dan tinggi badan normal dengan konsumsi sayur kurang. 78% balita berisiko memiliki berat badan dan tinggi badan lebih dengan konsumsi sayur kurang, 50% balita memiliki berat badan dan tinggi badan kurang dengan konsumsi sayur kurang.

Tabel 16.
Karakteristik Konsumsi Sayur dan Status Gizi
Berdasarkan BB/TB

Konsumsi Sayur	Status Gizi Berdasarkan BB/TB											
	Gizi Sangat Kurang		Gizi Kurang		Gizi Baik		Berisiko Gizi Lebih		Gizi Lebih		Obesitas	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
≥ 250	0	0	1	50	4	25	2	22	1	50	1	100
< 250	0	0	1	50	12	75	7	78	1	50	0	0
Jumlah	0	0	2	100	16	100	9	100	2	100	1	100

B. Pembahasan

Menurut Suprasa (2017), status gizi merupakan harapan akan keadaan seimbang yang diwakili oleh sejumlah variabel atau keadaan gizi aktual yang diwakili oleh sejumlah variabel. Salah satu unsur yang mempengaruhi status gizi adalah pemanfaatan pangan. Konsumsi makanan pokok, lauk pauk, serta buah dan sayur merupakan contoh konsumsi pangan. Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang dijalankan pemerintah Indonesia saat ini berfokus pada tiga kegiatan utama, yaitu pemeriksaan kesehatan rutin, aktivitas fisik, dan konsumsi buah dan sayur.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan konsumsi 400 gram sayur dan buah per orang per hari, 250 gram sayur dan 150 gram buah, untuk hidup sehat. Untuk menjaga pola makan yang sehat, penting untuk mengonsumsi buah dan sayuran. Konsumsi buah dan sayur juga dapat mempengaruhi status gizi. Menurut Yuliah dkk. (2017), balita sebaiknya mengonsumsi buah dan sayur dalam jumlah yang cukup untuk mencegah obesitas dan kelebihan berat badan. Selain itu, buah dan sayur mengandung serat yang cukup, dapat mengurangi rasa lapar, serta tidak mengakibatkan lemak atau kolesterol berlebih.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan di Desa Tunjuk Tabanan dengan jumlah subyek sebanyak 30 orang. Rata – rata anak balita memiliki status gizi normal sebanyak 20 orang dengan persentase 66,67%. Namun pada tingkat konsumsi sayur masih kurang yaitu dengan persentase 70%. Pada tingkat konsumsi buah pada anak balita di Desa Tunjuk Tabanan sudah mencapai status gizi normal atau bisa dibilang konsumsi buah cukup dengan jumlah persentase 56,67%. Tingkat konsumsi buah sayur dan status gizi anak balita di bandingkan dengan standar yang ada yaitu dibandingkan dengan PERMENKES No. 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang yaitu sekitar 400 gram/harinya yang terdiri dari 250 gram sayur dan 150 gram buah. Menurut Riskesdas tahun 2018 anak balita di Indonesia konsumsi sayur dan buah sangat relative rendah yaitu sekitar 95,5% anak balita di Indonesia kurang untuk mengonsumsi sayur dan buah.

Berdasarkan jenis buah dan sayur yang banyak dikonsumsi subjek pengamatan yaitu jenis buah apel, jeruk, dan buah pisang. Ketiga jenis buah tersebut merupakan buah yang kaya akan zat gizi dan memiliki banyak manfaat khususnya pada anak balita (Kemenkes RI, 2018). Pisang mengandung serat tinggi, kalium, vitamin B6 dan vitamin C yang baik untuk memperkuat daya tahan tubuh (Wulandari, 2018). Apel kaya akan kandungan antioksidan, flavonoid, dan serat makanan (Kemenkes RI, 2018). Jeruk dikenal sebagai salah satu buah dengan kandungan vitamin C yang tinggi, selain itu jeruk juga mengandung zat gizi lainnya seperti vitamin A, karbohidrat, serat, protein, kalsium, zat besi, magnesium, fosfor, kalium, folat, serta kolin. Pemilihan pisang, apel, dan jeruk didasari atas ketersediaan buah. Walaupun demikian pisang, apel, dan jeruk mengandung gula alami yaitu sukrosa, fruktosa, dan glukosa. Bersama serat dan ketiga gula alami ini, pisang, apel, dan jeruk dapat meningkatkan energi menuju status gizi yang baik (Yuwono, 2018).

Jenis sayur yang paling banyak dikonsumsi pada anak balita yaitu wortel, labu siam, buncis, kentang, dan bayam. Wortel merupakan tanaman yang mengandung vitamin A, selain itu wortel juga memiliki kandungan vitamin lain seperti vitamin B dan E. Wortel memiliki kandungan vitamin A untuk menjaga Kesehatan mata. Labu siam memiliki manfaat dapat membantu meningkatkan perkembangan otak dan sel saraf pada pertumbuhan anak, labu siam juga memiliki kandungan vitamin B kompleks dan folat. Asam folat pada labu siam dapat mengurangi resiko kerusakan system saraf. Buncis merupakan sejenis kacang yang kaya akan serat dimana buncis dapat meningkatkan pencernaan, dan dapat mengurangi risiko obesitas pada anak serta dapat juga

untuk mengatasi masalah sembelit pada anak. Kentang merupakan salah satu makanan umbian yang salah satu bisa dijadikan pengganti nasi atau lebih dikenal dengan kentang bisa dijadikan sebagai karbohidrat. Adapun kandungan pada kentang yaitu vitamin C, vitamin B6, seng, potassium, serta fosfor. Manfaat kentang yaitu untuk sebagai produksi kolagen dikulit. Manfaat dari bayam yaitu dapat memperlancar system pencernaan, menjaga kesehatan mata, tulang, gigi, serta dapat juga untuk mencegah tumbuh kembang anak. Adapun kandungan zat gizi yang terdapat pada bayam yaitu vitamin A, vitamin B kompleks, vitamin C, vitamin E, zat besi, asam folat, magnesium, kalsium, dan kalium.

Hal ini besar kemungkinan bentuk penghambat anak kurangnya untuk mengkonsumsi buah dan sayur yaitu mungkin dari berbagai faktor misalnya adanya rasa takut tersendiri, kemampuan perekonomian keluarga, pemahaman ibu terkait dengan pentingnya konsumsi buah dan sayur, serta pada ketersediaan buah dan sayur di Desa Tunjuk kurang keberagamannya.