

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

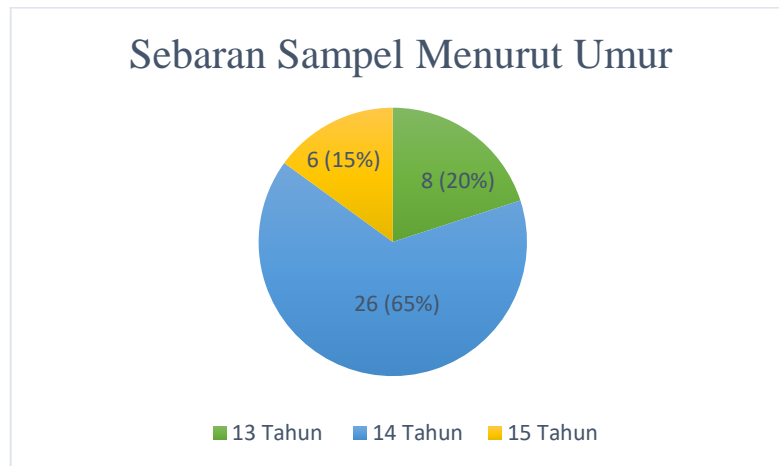
Penelitian ini dilakukan di SMP N 1 Abiansemal, yang terletak di Jl. Ciung Wanara, Desa Blahkiuh, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung, Provinsi Bali. SMP N 1 Abiansemal adalah salah satu sekolah menengah di Kecamatan Abiansemal dengan akreditasi A. Sekolah ini memiliki sarana dan prasarana yang luas serta telah meraih berbagai prestasi. Jumlah guru yang mengajar di SMP N 1 Abiansemal adalah 49 orang, terdiri dari 18 orang laki-laki dan 31 orang perempuan. Sedangkan jumlah siswa di SMP N 1 Abiansemal sebanyak 1.106 orang, terdiri dari 552 siswa laki-laki dan 554 siswa perempuan. SMP N 1 Abiansemal memiliki fasilitas yang lengkap, antara lain 18 ruang kelas, 1 ruang perpustakaan, 5 ruang laboratorium, 1 ruang tata usaha, 1 ruang pegawai, 2 ruang ibadah, 1 ruang UKS (Unit Kesehatan Sekolah), 4 toilet, 1 gudang, 1 gedung olahraga atau taman bermain, 1 ruang Tata Usaha (TU), 1 ruang konseling, 1 ruang pertemuan siswa, dan 10 ruang gedung. Sehingga total ruangan yang dimiliki oleh SMP N 1 Abiansemal adalah 48 ruangan. SMP N 1 Abiansemal juga mengadakan beberapa kegiatan ekstrakurikuler setiap hari Sabtu dan Minggu, yaitu Pramuka dan PMR (Palang Merah Remaja).

2. Karakteristik Subjek

a. Usia Sampel

Sampel menurut umur 13 tahun (20%), 14 tahun (65%) dan 15 tahun (15%).

Untuk sebaran umur sampel dilihat pada gambar 3.

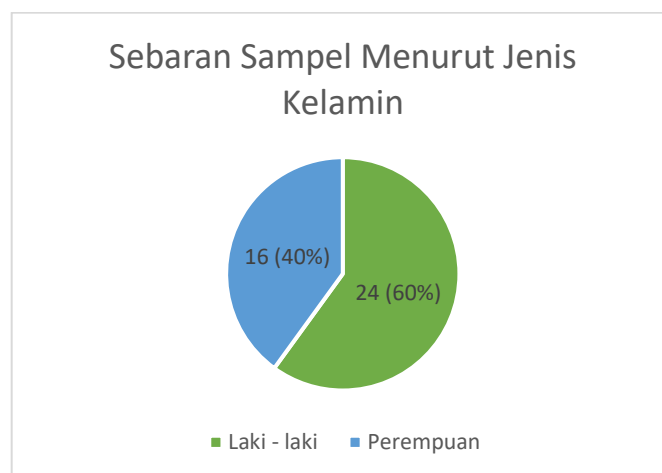


Gambar 3. Sebaran Sampel Menurut Umur

b. Jenis Kelamin

Sampel laki – laki (60%) lebih banyak dibandingkan dengan perempuan (40%).

Untuk sebaran sampel menurut jenis kelamin dapat dilihat pada gambar 4.



Gambar 4. Sebaran Sampel menurut Jenis Kelamin

c. Status Gizi Sampel

Sampel dengan status gizi baik (normal) sebanyak 31 sampel (77,5%) namun ada sampel yang gizi lebih (*overweight*) sebanyak 2 sampel (5,0%) dan obesitas sebanyak 5 sampel (12,5%). Untuk sebaran sampel menurut status gizi dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3.
Sebaran Sampel Menurut Status Gizi

Status Gizi	f	%
Gizi Kurang (<i>thinnes</i>)	2	5,0
Gizi baik (normal)	31	77,5
Gizi lebih (<i>overweight</i>)	2	5,0
Obesitas (<i>obese</i>)	5	12,5
Jumlah	40	100,0

3. Pola Konsumsi Sampel

a. Jenis *Soft Drink*

Sampel yang mengonsumsi jenis konsumsi *soft drink* dengan kategori rendah sebanyak 24 sampel (60%) dan jenis konsumsi *soft drink* dengan kategori tinggi sebanyak 10 sampel (25%). Untuk jenis konsumsi *soft drink* dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4.
Sebaran Sampel Menurut Jenis Konsumsi *Soft Drink*

Jenis <i>Soft Drink</i>	f	%
Tidak Mengonsumsi	6	15
Rendah	24	60
Tinggi	10	25
Jumlah	40	100

b. Frekuensi *Soft Drink*

Sampel yang mengonsumsi dengan frekuensi konsumsi *soft drink* jarang sebanyak 20 sampel (50%) dan frekuensi konsumsi *soft drink* sering sebanyak 14 sampel (35%). Untuk frekuensi konsumsi *soft drink* perhari dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5.
Sebaran Sampel Menurut Frekuensi Konsumsi *Soft Drink*

Frekuensi <i>Soft Drink</i>	f	%
Tidak mengonsumsi	6	15
Jarang	20	50
Sering	14	35
Jumlah	40	100

c. Tingkat Konsumsi *Soft Drink*

Sampel yang mengonsumsi *soft drink* dengan tingkat konsumsi kurang dari sama dengan 250 ml perhari sebanyak 8 sampel (20%) dan lainnya mengonsumsi lebih dari sama dengan 250 ml perhari 26 sampel (65%). Untuk tingkat konsumsi *soft drink* perhari dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6.
Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi *Soft Drink*

Tingkat konsumsi <i>Soft Drink</i>	f	%
Tidak mengonsumsi	6	15
≤ 250 ml	8	20
≥ 250 ml	26	65
Jumlah	40	100

4. Status Gizi Berdasarkan Pola Konsumsi Soft Drink

Hasil analisis tabel silang status gizi dengan pola konsumsi *soft drink* dapat dilihat pada tabel 7, tabel 8 dan tabel 9.

a. Status Gizi Berdasarkan Jenis Konsumsi *Soft Drink*

Tabel 7.
Sebaran Status Gizi Berdasarkan Jenis Konsumsi *Soft Drink* Perhari

Jenis Soft Drink	Status Gizi									
	Gizi kurang		Normal		Gizi lebih		Obesitas		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Tidak mengonsumsi	0	0	5	83,0	0	0	1	17,0	6,0	100,0
Rendah	2	8,3	18	75,0	1	4,2	3	12,5	24,0	100,0
Tinggi	0	0	8	80,0	1	10,0	1	10,0	10,0	100,0

Berdasarkan hasil penelitian sampel yang mengonsumsi jenis soft drink dengan kategori rendah yang kecenderungan memiliki status gizi normal sebanyak 18 sampel (75,0%), namun ada juga yang memiliki gizi kurang sebanyak 2 sampel (8,3%), gizi lebih sebanyak 1 sampel (4,2%) dan obesitas sebanyak 3 sampel (12,5%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7.

b. Status Gizi Berdasarkan Frekuensi Konsumsi *Soft Drink*

Tabel 8.
Sebaran Status Gizi Berdasarkan Frekuensi Konsumsi *Soft Drink* Perhari

Frekuensi Soft Drink	Status Gizi									
	Gizi kurang		Normal		Gizi lebih		Obesitas		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Tidak mengonsumsi	0	0	5	83,0	0	0	1	17,0	6,0	100,0
Jarang	1	5,0	18	80,0	1	5,0	2	10,0	20,0	100,0
Sering	1	7,1	8	71,5	1	7,1	2	14,3	14,0	100,0

Berdasarkan hasil penelitian frekuensi sampel yang mengonsumsi soft drink dengan kategori jarang yang kecenderungan memiliki status gizi normal sebanyak 18 sampel (80,0%), namun ada juga yang memiliki gizi kurang sebanyak 1 sampel (5,0%), gizi lebih sebanyak 1 sampel (5,0%) dan obesitas sebanyak 2 sampel (10,0%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 8.

c. Status gizi Berdasarkan Tingkat Konsumsi *Soft Drink*

Tabel 9.
Sebaran Status Gizi Berdasarkan Tingkat Konsumsi *Soft Drink* Perhari

Tingkat Konsumsi Soft Drink	Status Gizi									
	Gizi kurang		Normal		Gizi lebih		Obesitas		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Tidak mengonsumsi	0	0	5	83,0	0	0	1	17,0	6,0	100,0
≤ 242 ml	1	5,0	18	80,0	1	5,0	2	10,0	20,0	100,0
≤ 242 ml	1	7,1	8	71,5	1	7,1	2	14,3	14,0	100,0

Berdasarkan hasil penelitian tingkat konsumsi sampel yang mengonsumsi soft drink dengan kategori kurang dari sama dengan 242 ml yang kecenderungan memiliki status gizi normal sebanyak 18 sampel (80,0%), namun ada juga yang memiliki gizi kurang sebanyak 1 sampel (5,0%), gizi lebih sebanyak 1 sampel (5,0%) dan obesitas sebanyak 2 sampel (10,0%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9.

B. Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMP N 1 Abiansemal, dalam penelitian ini terdapat rentan umur terbanyak pada rentangan umur 14 tahun sebanyak 26 sampel (65%) dari 40 sampel.

Berdasarkan hasil penelitian pada sampel terdapat jenis kelamin terbanyak berjenis kelamin laki – laki yaitu 24 sampel (60%) dari 40 sampel.

Status gizi adalah gambaran pemenuhan kebutuhan gizi harian. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan 40 sampel bahwa jumlah sampel dengan status gizi kurang sebanyak 2 sampel (5%). Pada status gizi normal sebanyak 31 sampel (77,5%). Pada status gizi lebih sebanyak 2 sampel (5%). Dan pada status gizi obesitas sebanyak 5 sampel (12,5%). Status gizi seseorang tergantung pada makanan dan kebutuhannya. Ketika asupan nutrisi dan kebutuhan tubuh seimbang, maka terjadilah status gizi yang baik. Kebutuhan gizi setiap individu berbeda-beda menurut usia, jenis kelamin, tingkat aktivitas, berat badan dan tinggi badan (M. Par'i & Tinus, 2017).

Pola konsumsi ditinjau dari 3 kategori yaitu keberagaman bahan makanan, tingkat konsumsi dan frekuensi konsumsi. Pola konsumsi ditinjau dari keberagaman bahan makanan/minuman digolongkan dengan cara melihat jumlah jenis bahan makanan/minuman, frekuensi dan tingkat konsumsi yang dikonsumsi sampel. Berdasarkan hasil penelitian terkait pola konsumsi *soft drink*, didapatkan jenis konsumsi *soft drink* perhari sebanyak 6 sampel (15%) dengan kategori tidak mengonsumsi. Jenis konsumsi yang *soft drink* perhari sebanyak 24 sampel (60%) dengan kategori rendah. Jenis konsumsi yang *soft drink* perhari sebanyak 10 sampel (25%) dengan kategori tinggi. Dalam penelitian ini terdapat 13 jenis *soft drink* yang biasa dikonsumsi sampel yaitu coca – cola, sprite, fanta, flordinina, tebs, pocari, frueat tea, orange water, larudan badak, kuku bima, nutrisari, pepsi, green sands.

Frekuensi konsumsi *soft drink* dengan kategori tidak mengonsumsi *soft drink* sebanyak 6 sampel (15%). Frekuensi konsumsi *soft drink* dengan kategori jarang

mengonsumsi *soft drink* sebanyak 20 sampel (50%). Frekuensi konsumsi *soft drink* dengan kategori sering mengonsumsi *soft drink* sebanyak 14 sampel (35%).

Tingkat konsumsi *soft drink* dengan kategori tidak mengonsumsi *soft drink* sebanyak 6 sampel (15%). Rata - rata kurang dari sama dengan 242 ml perhari sebanyak 8 sampel (20%) dan lainnya dengan rata rata lebih dari sama dengan 242 ml perhari sebanyak 26 sampel (65%).

Berdasarkan hasil keterkaitan pola konsumsi *soft drink* dengan status gizi pada sampel didapatkan jenis konsumsi *soft drink* tidak mengonsumsi dengan status gizi normal sebanyak 5 sampel (16%). Karena pada saat penelitian dalam waktu satu hari sampel tidak ada mengonsumsi dari 13 jenis *soft drink* yang tertulis pada form sqffq. Berdasarkan hasil penelitian sampel yang mengonsumsi jenis soft drink dengan kategori rendah yang kecenderungan memiliki status gizi normal sebanyak 18 sampel (75,0%), namun ada juga yang memiliki gizi kurang sebanyak 2 sampel (8,3%), gizi lebih sebanyak 1 sampel (4,2%) dan obesitas sebanyak 3 sampel (12,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Elvyrah Faisal, 2021) tentang konsumsi jenis *soft drink* bahwa tidak ada keterkaitan antara jenis konsumsi *soft drink* dengan status gizi. Hal ini karena jenis *soft drink* memiliki besar volume yang berbeda.

Berdasarkan hasil penelitian frekuensi sampel yang mengonsumsi soft drink dengan kategori jarang yang kecenderungan memiliki status gizi normal sebanyak 18 sampel (80,0%), namun ada juga yang memiliki gizi kurang sebanyak 1 sampel (5,0%), gizi lebih sebanyak 1 sampel (5,0%) dan obesitas sebanyak 2 sampel (10,0%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan bahwa frekuensi konsumsi sehari tidak ada hubungan dengan kejadian obesitas dimana sampel

memiliki status gizi yang bermasalah bukan dari konsumsi *soft drink* saja melainkan bisa jadi pada keseharian, aktivitas atau konsumsi makan dimasa lampau.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat konsumsi sampel yang mengonsumsi soft drink dengan kategori kurang dari sama dengan 242 ml yang kecendrungan memiliki status gizi normal sebanyak 18 sampel (80,0%), namun ada juga yang memiliki gizi kurang sebanyak 1 sampel (5,0%), gizi lebih sebanyak 1 sampel (5,0%) dan obesitas sebanyak 2 sampel (10,0%). Hal ini sejalan dengan besar zat kandungan energi dalam *soft drink*. Mengonsumsi *soft drink* bisa membuat nafsu makan seseorang berkurang dan asupan makan tidak seimbang dalam sehari ini bisa berdampak pada kesehatan seperti diabetes, karies gigi dan lainnya.