

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

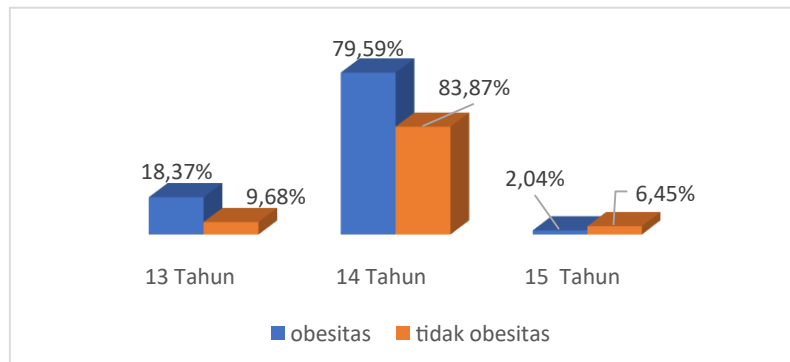
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMP Ganesha Denpasar terletak di Jl. Batas Dukuh Sari No.42, Pedungan, Denpasar Selatan. Didirikan pada tahun 2008, SMP Ganesha Denpasar berlokasi strategis dan mudah dijangkau dengan berbagai moda transportasi. Sekolah meliputi area seluas 4300 meter persegi, dengan kondisi struktur yang wajar dan jauh dari kebisingan. Siswa dapat menggunakan fasilitas sekolah seperti ruang belajar, perpustakaan, ruang IPA, ruang komputer, dan ruang bahasa. Sarana penunjang lainnya seperti buku pelajaran lab IPA, pembaca, ruangan, alat, dan perlengkapan praktikum. Kondisi fisik lingkungan sekolah nyaman, bersih dan memudahkan proses pembelajaran. SMP Ganesha memiliki dua kafetaria yang menjual berbagai jenis makanan termasuk junk food, salah satu contohnya seperti ayam goreng, kentang goreng, donut, minuman soda/minuman manis dan pizza roti.

2. Karakteristik Sampel

a. Umur Sampel

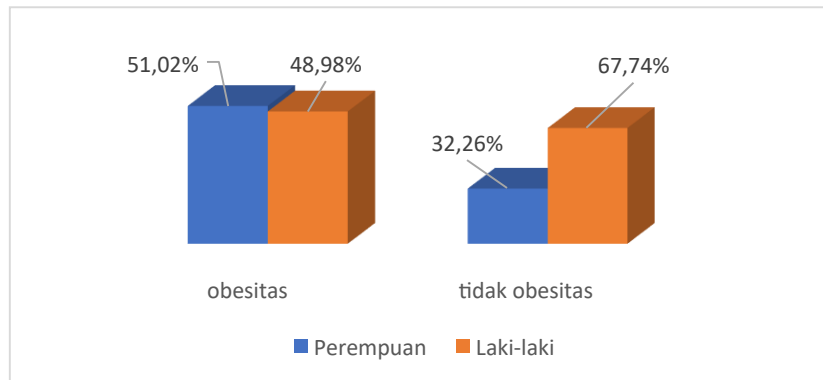
Sebaran umur sampel di SMP Ganesha Denpasar yang mengalami obesitas diperoleh sebanyak 9 (18,37%) berusia 13 tahun, sebanyak 39 (79,59%) berusia 14 tahun dan 1 (2,04%) berusia 15 tahun. Untuk sebaran umur sampel dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3 Sebaran Umur Sampel

b. Jenis Kelamin Sampel

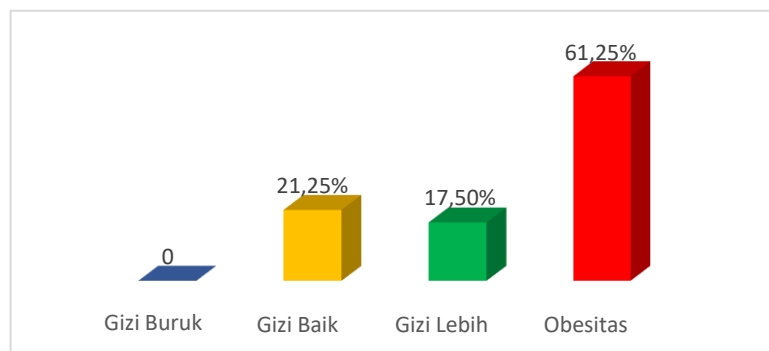
Sebaran jenis kelamin sampel menunjukkan dari 49 sampel yang mengalami obesitas diperoleh 24 (48,98%) jenis kelamin sampel laki-laki dan jenis kelamin perempuan 25 (51,02%) sampel. Untuk sebaran jenis kelamin pada sampel dapat dilihat pada gambar 4.



Gambar 4 Sebaran Jenis Kelamin Sampel

3. Status Gizi Berdasarkan Indeks IMT/U

Status gizi yang didapatkan berdasarkan indeks IMT/U yakni kategori obesitas dengan rentang pada z-score $> +2SD$. Sebaran status gizi dilihat berdasarkan indeks IMT/U pada sampel di SMP Ganesha Denpasar dari 80 sampel diperoleh 49 (61,25%) sampel dengan status gizi obesitas. Untuk sebaran status gizi sampel dapat dilihat pada gambar 4.

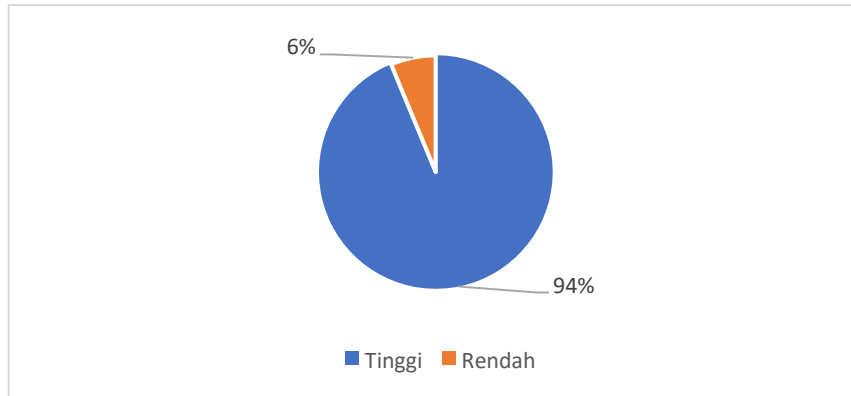


Gambar 5 Sebaran Status Gizi Sampel

4. Pola Konsumsi Junk Food Pada Siswa

a. Sebaran Jenis *Junk Food*

Ditunjukkan sebaran jenis *junk food* yang dikonsumsi oleh siswa di SMP Ganesha Denpasar yaitu sebanyak (94%) dengan kategori tinggi. Untuk sebaran jenis *junk food* dapat dilihat pada gambar 6.



Gambar 6 Sebaran Jenis *Junk Food*

b. Jumlah *Junk Food*

1) Konsumsi Energi

Berdasarkan konsumsi energi siswa dengan rata-rata konsumsi energi 3.050 Kkal, konsumsi tertinggi 3.745 Kkal dan konsumsi terendah 2.087 Kkal. Siswa sebagian besar mengonsumsi energi lebih yaitu (63,75%). Dalam sebaran pada konsumsi energi pada siswa didapat pada tabel 3.

Tabel 3 Sebaran Konsumsi Energi

Konsumsi Energi	f	%
Defisit	0	0
Kurang	0	0
Sedang	0	0
Baik	29	36.25
Lebih	51	63.75
Jumlah	80	100

2) Konsumsi Protein

Berdasarkan pada konsumsi protein siswa dengan rata-rata konsumsi protein 101,86 gram, konsumsi tertinggi 129 gram dan konsumsi terendah 65,37 gram. Siswa sebagian besar konsumsi protein lebih sebanyak

(72,5%). Untuk sebaran konsumsi protein pada siswa dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4 Sebaran Konsumsi Protein

Konsumsi Protein	F	%
Defisit	0	0
Kurang	0	0
Sedang	0	0
Baik	22	27.5
Lebih	58	72.5
Jumlah	80	100

3) Konsumsi Lemak

Berdasarkan asupan lemak siswa rata-rata konsumsi lemak 135,67 gram, asupan tertinggi 145,5 gram dan asupan terendah 83,43 gram, dengan sebagian besar siswa mengonsumsi lemak lebih banyak (78,75%). Tabel 5 menunjukkan distribusi asupan lemak pada siswa.

Tabel 5 Sebaran Konsumsi Lemak

Konsumsi Lemak	F	%
Defisit	0	0
Kurang	0	0
Sedang	0	0
Baik	17	21.25
Lebih	63	78.75
Jumlah	80	100

4) Konsumsi Karbohidrat

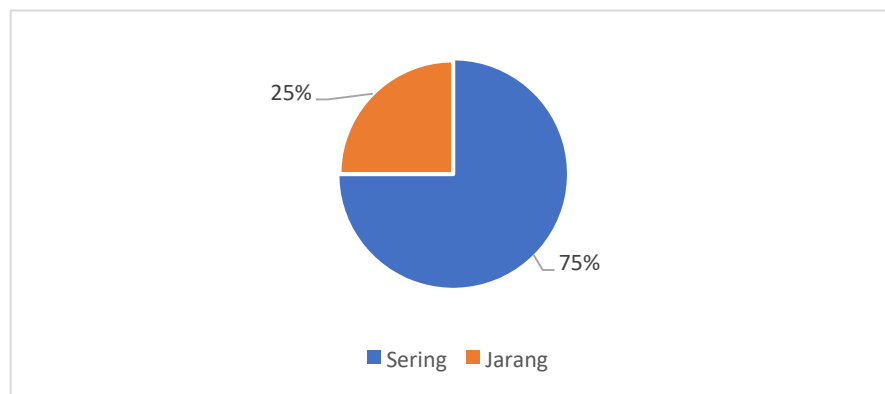
Dilihat dari konsumsi karbohidrat siswa dengan rata-rata konsumsi karbohidrat 467,78 gram, konsumsi tertinggi 507,4 gram dan konsumsi terendah 358,04 gram. Siswa sebagian besar konsumsi karbohidrat lebih sebanyak (51,25%). Untuk sebaran konsumsi karbohidrat pada siswa dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6 Sebaran Konsumsi Karbohidrat

Konsumsi Kh	f	%
Defisit	0	0
Kurang	0	0
Sedang	0	0
Baik	39	48.75
Lebih	41	51.25
Jumlah	80	100

c. Frekuensi *Junk Food*

Berdasarkan hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebaran frekuensi *junk food* yang dikonsumsi oleh siswa di SMP Ganesha Denpasar dengan frekuensi $\geq 2x$ /minggu sebanyak (75%) dengan kategori sering. Untuk sebaran frekuensi *junk food* dapat dilihat pada gambar 7.



Gambar 7 Sebaran Frekuensi *Junk Food*

B. Pembahasan

Status gizi merupakan keadaan yang disebabkan oleh penyerapan zat gizi dari makanan dan keseimbangan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Dilihat jumlah sampel yaitu sebanyak 80 orang dengan kategori obesitas sebanyak 49 (61,25%). Status gizi siswa kelas VIII di SMP Ganesha Denpasar Selatan dari 80 sampel 61,25% dengan status gizi obesitas dan 17,50% memiliki status gizi lebih. Perilaku konsumen adalah serangkaian informasi yang memberikan gambaran tentang jumlah, jenis, dan frekuensi makan makanan yang dikonsumsi oleh sekelompok orang tertentu setiap hari. Status gizi dari 80

sampel berdasarkan pola konsumsi yaitu jumlah asupan junk food yang dikonsumsi masuk dalam kategori lebih ditandai sebanyak 63,75% siswa dengan konsumsi energi termasuk dalam kategori lebih, sebanyak 72,5% siswa dengan konsumsi protein termasuk dalam kategori lebih, sebanyak 78,75% siswa dengan konsumsi lemak termasuk dalam kategori lebih dan sebanyak 51,25% siswa dengan konsumsi karbohidrat termasuk kategori lebih.

Hasil pengamatan ini menyatakan bahwa sebagian besar masih dalam kategori lebih dilihat dari kecukupan zat gizi seperti protein, energi, lemak dan karbohidrat yang tergolong lebih dari 120% dikarenakan dari hasil SQ-FFQ sebagian besar siswa kelas VIII di SMP Ganesha Denpasar Selatan yang menjadi sampel mengonsumsi jenis *junk food* dengan kategori tinggi yang meliputi jenis *junk food* adalah kentang goreng, ayam goreng, sosis, nugget, hamburger, pizza, keripik, gorengan, spaghetti, kebab, kornet, hotdog, steak, minuman soda, mie instan, bakso dan donat. Kemudian frekuensi *junk food* yang dikonsumsi dengan kategori sering. Hal ini akan menyebabkan asupan makan siswa menjadi lebih dari segi kualitas maupun kuantitas sehingga rawan terjadi obesitas, seharusnya siswa mengonsumsi *junk food* dengan jenis dan frekuensi yang tidak tinggi dan sering. Hal ini berkaitan dengan kesehatan karena *junk food* adalah makanan yang berkalori tinggi, tinggi garam, tinggi lemak, mengandung bahan beracun (pewarna, pengawet, pemanis buatan, bumbu), makanan yang terlalu panas atau berulang kali dipanaskan, termasuk soda pop. Secara gizi, junk food diartikan sebagai makanan yang kurang gizi, vitamin dan mineral. Kelompok makanan ini juga umumnya tinggi kalori dari lemak dan gula. Junk food dan aneka makanan cepat saji merupakan makanan tidak sehat yang kurang nilai gizi atau kurang serat, vitamin dan mineral..

Hal ini berkaitan dengan lingkungan sekitar sekolah SMP Ganesha Denpasar Selatan terdapat gerai makanan yang menjual berbagai jenis makanan dan lingkungan yang memiliki strategitas senggingga sangat gampang mendapatkan makanan *junk food*. Selain itu, lokasi sekolah berada di dalam pemukiman warga sehingga sebagian besar siswa di SMP Ganesha Denpasar Selatan bertempat tinggal dekat dengan sekolahnya sehingga memudahkan siswa sering mengonsumsi *junk food* bukan hanya saat berada disekolah saja,

tetapi saat sudah pulang sekolah memungkinkan untuk siswa membeli kembalimakanan yang dijual pada sekitaran sekolah dikarenakan jarak sekolah denganrumahnya yang dekat. Hal ini juga berkaitan dengan uang saku jajan yang telah diberikan oleh orang tua berkisaran Rp. 20.000-Rp. 25.000 perhari, alasan siswasering berbelanja pada gerai disekitaran sekolah karena harga yang ditawarkan murah serta penampilan makanan yang menarik serta sebgaaian besar siswa yang menjadi sampel tidak pernah membawa makanan bekal dari rumah.

Dalam penelitian ini didapatkan kendala atau keterbatasan dalam pengamatan pengambilan data, dimana saat pengambilan data waktu yang diberikan oleh pihak sekolah sangat terbatas sehingga pada proses pengambilan data konsumsi tidak semua siswa/siswi SMP Ganesha Denpasar yang dapat peneliti wawancarai. Selain itu, informasi yang diberikan oleh siswa melalui formulir SQ-FFQ belum tentu mencerminkan pendapat siswa yang sebenarnya. Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan ide, asumsi, dan pemahaman dari siswa ke siswa. Untuk faktor lain seperti integritas siswa/mahasiswa mengisi formulir SQ FFQ.