

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran umum Desa Sumerta

Penelitian ini dilakukan di Desa Sumerta yang beralamatkan di Kecamatan Denpasar Timur, Kota Denpasar. Berjarak 5 km dari ibukota dengan jarak tempuh 10 menit. Desa Sumerta memiliki luas 0,52 km² dengan jumlah penduduk mencapai 2.101 jiwa. Memiliki batas wilayah yaitu sebelah utara dan timur berbatasan dengan Kelurahan Kesiman, sebelah Selatan berbatasan dengan Desa Sumerta Kelod dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Sumerta Kauh. Desa Sumerta dinamakan demikian karena dipilih oleh tokoh-tokoh setempat karena posisinya di sebelah barat Puri (Kerajaan Kesiman). Nama ini dipilih untuk mempermudah pengucapannya. Pada tahun 1979, Desa Sumerta diresmikan sebagai Desa Persiapan berdasarkan Surat Keputusan Bupati Kepala Daerah Tingkat II Badung Nomor 167/Pem.15/166/1979 tanggal 1 Desember 1979. Kemudian, melalui Surat Keputusan Gubernur Kepala Daerah Tingkat I Bali Nomor 57 Tahun 1982 tertanggal 1 Juni 1982, desa ini ditetapkan menjadi Desa Definitif.

2. Karakteristik subyek penelitian di Desa Sumerta

Karakteristik subyek pada penelitian ini yaitu berdasarkan usia, frekuensi makan makanan instan dan kadar hemoglobinnya.

a. Distribusi responden berdasarkan usia

Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik responden dibagi berdasarkan usia seperti yang tercantum dalam Tabel 4 berikut ini:

Tabel 4.
Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Remaja awal (usia 13-17)	2	5,6
Remaja lanjut (usia 17-21)	34	94,4
Total	36	100

Dari Tabel 4 tersebut, dapat disimpulkan bahwa dari 36 responden remaja putri, sebagian besar berusia 17-21 tahun, yang termasuk dalam kategori remaja lanjut dengan persentase mencapai 94,4%. Rentang usia responden dalam penelitian ini mulai dari 14 tahun hingga 21 tahun.

- b. Distribusi responden berdasarkan frekuensi konsumsi makanan instan
- Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik responden berdasarkan frekuensi konsumsi makanan instan dapat dilihat pada Tabel 5 di bawah ini.:

Tabel 5.
Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makanan Instan

Frekuensi Konsumsi Makanan Instan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jarang: <1x/bulan	0	0
Normal: 2-4x/bulan	11	30,6
Sering: >4x/bulan	25	69,4
Total	36	100

Berdasarkan tabel 5 diatas dapat diketahui frekuensi konsumsi makanan instan responden remaja putri, sebagian besar termasuk kedalam kategori sering (>4x/bulan) dengan presentase 69,4%.

3. Hasil Pengamatan Terhadap Subyek Penelitian Berdasarkan Variabel Penelitian

Kejadian anemia pada responden remaja putri dideskripsikan berdasarkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang akan dikategorikan menjadi tidak anemia (≥ 12 gr/dL), anemia ringan (11,0 – 11,9 gr/dL), anemia sedang (8,0 – 10,9 gr/dL),

dan anemia berat ($<8,0$ gr/dL). Distribusi frekuensi masing-masing karakteristik adalah sebagai berikut:

- a. Distribusi frekuensi kejadian anemia berdasarkan kadar hemoglobin

Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik responden berdasarkan kategori kadar hemoglobin dapat dilihat pada Tabel 6 berikut :

Tabel 6.
Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Berdasarkan Kadar Hemoglobin

Kejadian Anemia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak anemia (≥ 12 gr/dL)	9	25
Anemia ringan (11,0 – 11,9 gr/dL)	12	33,3
Anemia sedang (8,0 – 10,9 gr/dL)	15	41,7
Anemia berat ($<8,0$ gr/dl)	0	0
Total	36	100

Berdasarkan Tabel 6 diatas dapat diketahui sebagian besar responden remaja putri yang mengonsumsi makanan instan mengalami anemia sedang (kadar hemoglobin 8,0 – 10,9 gr/dL) dengan persentase 41,7%.

4. Hasil analisis hubungan antara konsumsi makanan instan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sumerta Denpasar Timur

Pada penelitian ini dilakukan analisis hubungan konsumsi makanan instan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sumerta, Denpasar Timur. Karakteristik responden dalam penelitian ini dibagi berdasarkan usia dan frekuensi konsumsi makanan instan. Analisis dilakukan menggunakan uji statistik chi-square dengan bantuan perangkat lunak komputer IBM SPSS 23.0, dengan tingkat kepercayaan 95% dan α 0,05.

Tujuan analisis adalah untuk mengkaji hubungan antara konsumsi makanan instan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sumerta, Denpasar Timur.. Hasil uji *chi square* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 7.
Hasil Uji Chi Square Analisis Hubungan Konsumsi Makanan Instan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Sumerta Denpasar Timur

Frekuensi Konsumsi Makanan Instan	Kejadian Anemia Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin						Jumlah		P value
	Tidak anemia		Anemia ringan		Anemia sedang				
	(≥ 12gr/dL)		(11,0-11,9 gr/dL)		(8,0-10,9gr/dL)				
	n	%	N	%	N	%	N	%	
Jarang:	0	0	0	0	0	0	0	0	0.002
Normal: 1-4x/bulan	7	19,44	2	5,56	2	5,56	11	30,56	
Sering:	2	5,56	10	27,77	13	36,11	25	69,44	
Total	9	25	12	33,33	15	41,67	36	100	

Berdasarkan Tabel 7 diatas dapat diketahui sebagian besar responden remaja putri yang mengonsumsi makanan instan mengalami anemia sedang (kadar hemoglobin 8,0-10,9gr/dL) dengan persentase 41,67%. Persentase kejadian anemia berbanding lurus dengan frekuensi konsumsi makanan instan. Hasil uji chi-square menunjukkan nilai signifikansi probabilitas (p-value) sebesar 0,002. Nilai probabilitas (0,002) lebih kecil dari α (0,05), yang menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi mengonsumsi makanan instan dengan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sumerta Denpasar Timur

B. Pembahasan

1. Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makanan Instan

Perilaku makan remaja dapat dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi jumlah dan karakteristik keluarga, peran orang tua, teman sebaya sosial, nilai dan norma, media massa, *instant food*, dll. Perilaku makan pada remaja yang lebih menyukai makanan ringan (*snack*), serta sengaja tidak makan karena menginginkan bentuk tubuh yang diidamkan, dan karena kesibukan beraktifitas seseorang menjadi lupa makan lalu hanya konsumsi makanan instan (Sartika, 2020). Kecepatan pertumbuhan yang cukup tinggi menyebabkan remaja membutuhkan energi dan protein yang tinggi pula. Pasalnya di masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik, mental dan aktivitas sehingga kebutuhan makanan yang mengandung zat-zat gizi menjadi cukup besar. Remaja putri banyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi makanan sehari-harinya. Kebutuhan zat besi dianggap penyebab paling umum dari anemia secara global (Sitanggang, 2019).

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui frekuensi konsumsi makanan instan responden remaja putri, sebagian besar termasuk kedalam kategori sering ($>4x/bulan$) dengan presentase 69,4%. Hal ini membuktikan bahwa masih banyak remaja putri yang sering mengonsumsi makanan instan, didukung dari penelitian Kurniawan, Briawan dan Caraka (2015) menunjukkan bahwa adanya perbedaan perilaku makan pada remaja laki-laki dan putri.

Dimana remaja putri cenderung memiliki perilaku makan tidak sehat dibanding dengan remaja laki-laki karena remaja putri merasa tidak puas dengan keadaan tubuhnya karena penambahan lemak tubuh. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Widyantara, Zuraida dan Wahyuni (2013) pada siswa medis Universitas Lampung diketahui bahwa 58,4% siswa medis mempunyai kebiasaan makan makanan instan secara sering (Firdianty & Soviana, 2020). Masalah lain yang terjadi pada remaja adalah kebiasaan makan banyak hanya untuk merasa kenyang, dengan mengonsumsi makanan tinggi lemak dan karbohidrat tanpa memperhatikan kandungan gizinya. Pola makan ini dapat berdampak pada kesehatan remaja, termasuk risiko timbulnya kasus kekurangan gizi salah satunya kekurangan zat besi (Purnama, 2019).

2. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Berdasarkan Kadar Hemoglobin
Penyebab anemia pada remaja putri disebabkan oleh kebiasaan pola makan yang tidak teratur, seperti tidak sarapan setiap pagi sebelum berangkat sekolah, konsumsi fast food, dan makanan instan yang mengandung bahan kimia. Selain itu, kebiasaan mengonsumsi mie instan secara berlebihan juga dapat menyebabkan rendahnya asupan zat gizi, baik dari sumber hewani maupun nabati yang penting untuk pembuatan hemoglobin, komponen utama dari sel darah merah. Asam folat dan vitamin B12 juga penting untuk proses ini, namun sering kali kurang tersedia dalam mie instan karena kandungannya yang tinggi kalori namun rendah gizi (Kemenkes RI, 2016).

Berdasarkan Tabel 6 dapat diketahui sebagian besar responden remaja putri yang mengonsumsi makanan instan mengalami anemia sedang (kadar hemoglobin 8,0 – 10,9 gr/dL) dengan persentase 41,7%. Hal ini membuktikan bahwa remaja putri dengan pola makan yang tidak baik dan sering mengonsumsi makanan

instan cenderung terkena anemia. Hal ini sejalan dengan penelitian Fitriani dan Rita (2014) yang membuktikan adanya hubungan asupan makanan dengan kejadian anemia pada siswi kelas XI SMKN 1 kecamatan Buduran kabupaten Sidoarjo sesuai persen AKG (Angka Kecukupan Gizi). Penelitian ini juga sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Antono dan rekan (2020), yang melibatkan 66 responden. Dalam studi tersebut, 8 orang (12,1%) memiliki pola makan baik dan tidak mengalami anemia, sementara 58 responden lainnya (87,9%) dengan pola makan kurang baik, di mana 25 responden (37,9%) mengalami anemia.

3. Hubungan Konsumsi Makanan Instan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Sumerta Denpasar Timur

Remaja putri sering mengalami perilaku makan tidak sehat karena mereka sering merasa memiliki kelebihan berat badan atau cenderung gemuk, yang menyebabkan mereka sering melakukan diet dengan cara yang tidak tepat dengan pilihan tidak mengonsumsi makan sama sekali. Mereka lebih memilih untuk memasak makanan instan yang cepat dan praktis dengan menambahkan beberapa protein dan serat seperti daging, telur dan sayur agar terlihat memenuhi asupan gizi sehari-hari dan mengenyangkan lebih lama. Perilaku makan tidak sehat ini sering terjadi dikala remaja putri memiliki tuntutan untuk mempunyai bentuk tubuh yang ideal akan tetapi menggunakan persepsi yang salah. Berdasarkan Tabel 7 diatas dapat diketahui sebagian besar responden remaja putri yang mengonsumsi makanan instan mengalami anemia sedang (kadar hemoglobin 8,0-10,9gr/dL) dengan persentase 41,67%.

Persentase kejadian anemia berbanding lurus dengan frekuensi konsumsi makanan instan. Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa nilai signifikansi probabilitas (p-value) adalah 0,002. Karena nilai probabilitas (0,002) lebih kecil dari tingkat signifikansi α (0,05), ini mengindikasikan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi mengonsumsi makanan instan dengan dengan kejadian anemia pada remaja putri di desa Sumerta Denpasar Timur.

Temuan ini konsisten dengan penelitian oleh Sulistyoningtyas (2018), yang menunjukkan bahwa remaja yang sering mengonsumsi mie instan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan dengan mereka yang menjaga pola makan sehat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari seluruh responden yang mengonsumsi mie instan, 64 dari 92 responden (54,5%) mengalami anemia, menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi mie instan dan anemia pada remaja. Studi ini juga mendukung temuan dari penelitian Hamidiyah (2020) yang melibatkan 86 responden dengan tingkat anemia mencapai 72,1%, menunjukkan bahwa pola konsumsi mie instan yang berlebihan dapat menyebabkan kurangnya asupan nutrisi pada remaja (Sartika, 2020).

