# BAB V

# HASIL DAN PEMBAHASAN

## A. Hasil Penelitian

### 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

TK Harapan Nusantara Denpasar berlokasi di jalan Cargo Sari III No 3, Ubung Kaja Denpasar Utara. TK Harapan Nusantara memiliki 4 guru dan 1 kepala sekolah dan 3 guru ekstra. Sampai saat ini TK Harapan Nusantara telah mendidik 665 orang anak.

Tujuan TK Harapan Nusantara adalah menanamkan dan mengembangkan sikap prilaku dan kepribadian sesuai dengan norma norma agama, membantu anak didik dalam mengembangkan berbagai potensi baik psikis dan fisik yang meliputi moral dan nilai-nilai agama, seni, kogitif, Bahasa, social emosional dan kemandirian, membangun dan mengembangkan sikap kreatif, aktif dan inovatif dan menyiapkan untuk memasuki jenjang pendidikan dasar.

### 2. Gambaran Umum Sampel

Penelitian ini dilaksanakan pada mei 2019 dengan jumlah sampel 82 orang. Dimana sampel yaitu perempuan sebanyak 36 orang dan laki laki sebanyak 46 orang.

**Tabel 4**

**Distribusi sampel menurut jenis kelamin**

| Jenis Kelamin | Jumlah | |
|---|---|---|
| | **n** | **%** |
| Perempuan | 36 | 43,9 |
| Laki laki | 46 | 56,1 |
| **Jumlah** | **82** | **100** |

Distribusi sampel menurut jenis kelamin table diatas terlihat bahwa jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 43,9% dan jenis kelamin laki laki yaitu sebanyak 56,1%.

**Tabel 5**

**Distribusi sampel menurut umur**

| Umur | Jumlah | |
|---|---|---|
| | **n** | **%** |
| 6 tahun | 59 | 72,0 |
| 7 tahun | 23 | 28,0 |
| **Jumlah** | **82** | **100** |

Distribusi sampel menurut umur terlihat bahwa umur 6 tahun yaitu sebanyak 72,0% dan umur 7 tahun yaitu sebanyak 28,0%.

**Tabel 6**

**Distribusi sampel menurut status gizi dinilai berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT/U)**

| Status Gizi | Jumlah | |
|---|---|---|
| | **n** | **%** |
| Gemuk | 4 | 4,9 |
| Normal | 71 | 86,6 |
| Kurus | 7 | 8,5 |
| **Jumlah** | **82** | **100** |

Distribusi sampel menurut table diatas terlihat bahwa status gizi normal yaitu sebanyak 86,6% sedangkan yang berstatus gizi gemuk sebanyak 4,9% dan yang berstatus gizi kurus 8,5%.

3. Jenis makan pagi

Sebagaian besar anak yang terbiasa makan pagi yaitu sebanyak 58 anak dan yang tidak terbiasa makan pagi yaitu sebanyak 24 anak. Berdasarkan hasil penelitian dari anak TK yang terbiasa dengan makan pagi diperoleh berbagai jenis makanan. Jenis makanan yang paling banyak yaitu roti sebanyak 19.

**Tabel 7**

**Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Makan Pagi**

| No | Jenis Makan Pagi | Jumlah | |
|---|---|---|---|
| | | Jumlah | Persentase (%) |
| 1 | Roti | 19 | 23.17 |
| 2 | Mie Goreng | 10 | 12.19 |
| 3 | Nasi Kuning | 3 | 3.65 |
| 4 | Nasi Goreng | 11 | 13.41 |
| 5 | Nasi dan ayam goreng | 5 | 6.09 |
| 6 | Nasi dan Nugget | 9 | 10.97 |
| 7 | Nasi dan sosis | 8 | 9.75 |
| 8 | Nasi dan Telur ayam | 5 | 6.09 |
| 9 | Susu | 12 | 14.63 |
| | **Jumlah** | **82** | **100** |

4. Distribusi Sampel Menurut Makan Pagi

Distribusi sampel menurut makan pagi pada anak TK dapat dilihat pada table berikut

**Tabel 8**

**Distribusi Sampel Menurut Makan Pagi**

| Jumlah Makan Pagi | Jumlah | |
|---|---|---|
| | n | % |
| Baik | 42 | 57,2 |
| Kurang | 40 | 48,8 |
| **Jumlah** | **82** | **100** |

Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa anak yang memiliki kategori baik dalam makan pagi yaitu 57,2% dan anak yang memiliki kategori kurang dalam makan pagi yaitu 48,8%.

5. Distribusi Sampel Berdasarkan Status Gizi

Distribusi sampel berdasarkan status gizi dapat dilihat pada table Berikut :

**Tabel 9**

**Distribusi Sampel Berdasarkan Status Gizi**

| Jumlah Makan Pagi | Gemuk | | Normal | | Kurus | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | n | % | n | % | n | % |
| Baik | 4 | 100 | 37 | 52,1 | 1 | 14,3 |
| Kurang | 0 | 0 | 34 | 47,9 | 6 | 85,7 |
| **Jumlah** | **4** | **100** | **71** | **100** | **7** | **100** |

Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa anak yang berstatus gizi gemuk memiliki kategori baik dalam makan pagi yaitu 4 orang (100%), anak yang berstatus gizi gemuk tidak ada yang memiliki kategori kurang, sedangkan anak berstatus gizi normal yang memiliki kategori baik yaitu 37 orang (52,1%), anak berstatus gizi normal yang memiliki kategori kurang yaitu 34 orang (47,9%) dan anak berstatus gizi kurus yang

memiliki kategori baik yaitu 1 orang (14,3%), anak berstatus gizi kurus yang memiliki kategori kurang yaitu 6 orang (85,7%).

6. Jumlah Energi dan Protein dari Makan Pagi

Setelah mengetahui jenis makan pagi pada sampel maka dapat dihitung jumlah energi yang didapat dari makan pagi. Energi dari makan pagi dengan kategori tertinggi yaitu 34,5% dan energi dengan kategori terendah yaitu 5,16% sedangkan jumlah protein dari makan pagi yang tertinggi yaitu 21.39 gram dan protein terendah yaitu 4 gram

B. Pembahasan Penelitian

Hasil pengolahan data status gizi dengan indeks IMT/U pada umumnya status gizi anak TK berada pada kategori gizi normal yaitu 86.5%. Kategori gizi gemuk yaitu 4.8%. Kategori gizi kurus yaitu 8.5%. Hal ini disebabkan karena jenis makanan yang dikonsumsi oleh sampel tinggi karbohidrat, tinggi lemak, dan rendah serat

Hasil penelitian diketahui sebagian besar anak TK Harapan Nusantara Denpasar yang terbiasa makan pagi yaitu sebanyak 58 anak. Hal ini menunjukan kepedulian orang tua terhadap kesehatan anaknya dengan makanan yang dikonsumsi, sebagian orang tua takut anaknya tidak makan pagi karena tubuh akan cepat lelah, gampang mengantuk dan tidak memperoleh cukup energi, sehingga sebagian orang tua memilih untuk menyiapkan makan pagi untuk anaknya.

Sedangkan anak TK Harapan Nusantara Denpasar yang tidak terbiasa makan pagi yaitu sebanyak 24 anak. Hal ini disebabkan karena keterbatasan waktu yang dimiliki orang tua untuk menyiapkan makan pagi untuk anaknya.

Berdasarkan jenis makan pagi yang di konsumsi anak TK Harapan Nusantara Denpasar, jenis makan pagi roti sebanyak 19 anak. Hal ini dapat diketahui dari hasil wawancara pada saat penelitian dimana anak TK kurang menyukai lauk nabati dan sayuran. Akibatnya, ada beberapa anak TK yang menderita kegemukan. Anak TK kurang menyukai jenis lauk nabati seperti tahu dan tempe disebabkan karena tidak menyukai rasanya. Biasanya tahu dan tempe diolah atau

disajikan hanya dengan cara digoreng. Hal itu akan membuat anak bosan dan malas untuk mengkonsumsi tahu dan tempe, padahal temped an tahu lebih sehat daripada lauk hewani.

Hasil wawancara pada saat penelitian anak TK tidak ada yang suka mengonsumsi sayuran, padahal konsumsi sayuran dapat menjaga keseimbangan gizi, mendukung terciptanya kesehatan yang optimum dan mencegah risiko serang penyakit. Food habits merupakan factor terpenting yang menjadi penyebab rendahnya konsumsi sayuran.

Ditemukan juga jenis makan pagi anak dari sumber karbohidrat yaitu sebanyak 4 orang anak, contohnya mie goring instan. Kandungan MSG pada mie instan yang membuat mie memiliki rasa gurih sehingga anak-anak akan cenderung ketagihan tanpa memikirkan konsumsi makanan lainnya. Tekstur mie instan yang lembek membuat mie mudah sekali disedot, tanpa susah-susah dikunyah adalah factor lain yang membuat anak-anak menggemari makanan yang berasal dari china ini. Mie instan juga merupakan bahan makanan yang membuat perut cepat kenyang. Sehingga anak-anak cenderung malas makan asupan nutrisi yang lain seperti sayuran.

Berdasarkan distribusi sampel menurut makan pagi dapat diketahui bahwa anak yang memiliki kategori baik dalam makan pagi yaitu 57,2% dan anak yang memiliki kategori kurang dalam makan pagi yaitu 48,8%.