

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran umum lokasi penelitian

a. Kondisi Lokasi SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung

SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang ada di Dalung dan sudah berdiri sejak tahun 1959. Sekolah ini terletak di jalan raya untal-untal no 9, Kecamatan Kuta Utara Badung dengan luas secara keseluruhan 5.156 m², kebun sekolah seluas 225 m².

b. Sarana dan Fasilitas Sekolah

Secara keseluruhan SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung memiliki 17 ruangan untuk tempat belajar. Fasilitas lainnya yang dimiliki oleh SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung adalah satu ruangan untuk kepala sekolah, satu ruangan untuk ruang guru, satu ruangan untuk tata usaha, satu ruangan untuk ruang tamu, satu ruangan untuk ruang Bimbingan Konseling (BK), satu ruangan untuk perpustakaan, satu ruangan untuk ruang komputer, satu ruangan untuk ruang UKS, satu ruangan untuk ruang lab IPA, satu ruangan untuk Aula, dan empat ruang kantin.

c. Jumlah Siswa

Jumlah siswa SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung tahun ajaran 2017/2018 berjumlah 662 siswa yang terbagi menjadi tiga kelas dengan jumlah siswa terbanyak adalah kelas IX yaitu 237 orang (35,80%).

Tabel 5
Sebaran Jumlah Siswa Menurut Kelas
di SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung

No	Kelas	Jumlah	%
1.	VII	227	34,30
2.	VIII	198	29,90
3.	IX	237	35,80
Jumlah		662	100

Sumber: SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung. *Data Profil SMPK 2 Harapan Untal-Untal. Tahun 2017/2018*

d. Ketenagaan

Tenaga pengajar di SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung sebanyak 35 orang dengan latar belakang pendidikan yang hampir keseluruhannya sarjana (S-1).

Tabel 6
Sebaran Tingkat Pendidikan Tenaga Pengajar
di SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah dan Status Guru				Jumlah
		PNS		Guru Honor		
		L	P	L	P	
1	S2	1	7	0	1	9
2	S1	7	8	4	0	19
3	D1	1	0	0	0	1
4	D3	0	1	0	0	1
5	SMA/Sederajat	0	0	4	1	5
Jumlah		9	16	8	2	35

Sumber: SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung. *Data Profil SMPK 2 Harapan Untal-Untal. Tahun 2017/2018*

e. Kantin Sekolah

Mengingat waktu belajar siswa cukup panjang yaitu 8 jam dalam sehari tambah dengan kegiatan ekstrakurikuler oleh karena itu disediakan kantin sekolah yang menyediakan berbagai jenis makanan yang dijual bagi siswanya pada saat jam istirahat. Di SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung terdapat 4 (empat) buah kantin yang dikelola oleh pihak sekolah. Letak kantin tersebut berada di sebelah ruang aula dan didepan lapangan upacara bendera sekolah dengan ruang kantin yang cukup besar untuk dapat memenuhi siswa yang jumlahnya cukup banyak.

Pihak sekolah melarang siswanya untuk membeli makanan di luar sekolah pada saat jam istirahat berlangsung. Para siswa memanfaatkan hal-hal tersebut untuk membeli dan mengkonsumsi makanan yang disediakan oleh kantin sekolah. Adapun jenis-jenis makanan yang di jual oleh kantin sekolah adalah berupa snack, nasi soto, nasi campur, nugget, mie goreng, siomay, donat dan aneka minuman.

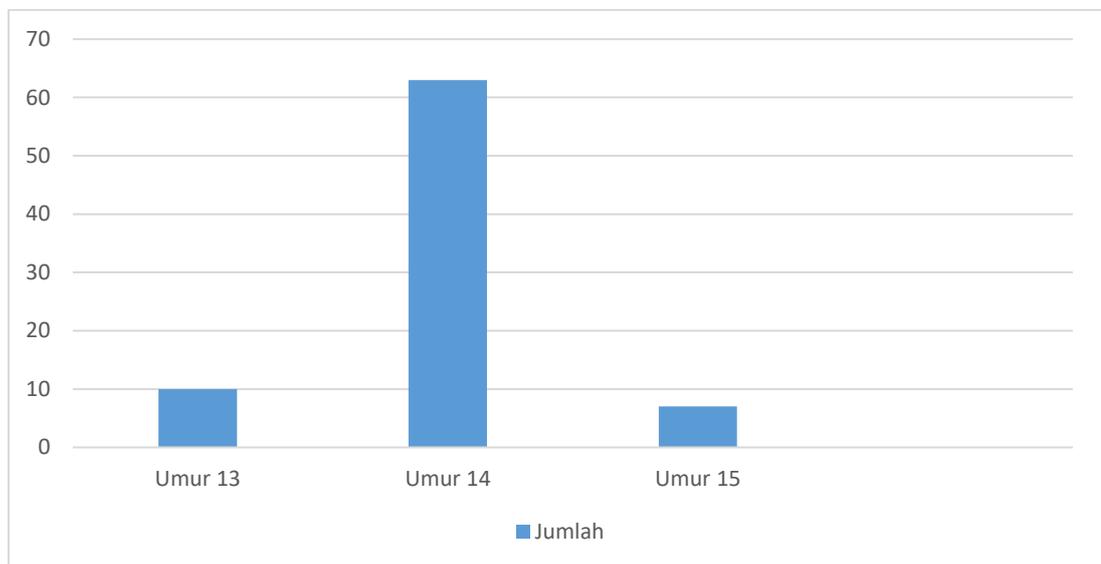
2. Gambaran Umum Sampel

a. Kelas

Sampel yang diambil di dua kelas, yaitu kelas VIII A sebanyak 40 orang dan kelas VIII D sebanyak 40 orang

b. Umur

Rata-rata umur sampel adalah 14 tahun, sampel yang paling muda adalah 13 tahun dan yang paling tua berumur 15 tahun, adapun selengkapnya umur sampel dapat dilihat pada gambar 2

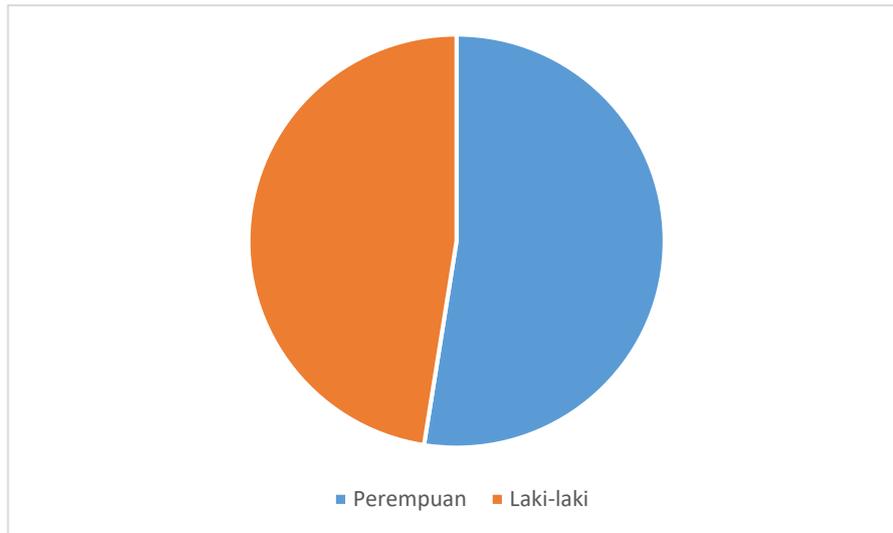


Gambar 2

Sebaran Sampel Menurut Umur

c. Jenis Kelamin

Jika dilihat dari jenis kelamin sampel sebagian besar adalah perempuan sebanyak 42 orang dan laki-laki 38 orang siswa. Adapun selengkapnya jenis kelamin sampel dapat dilihat pada gambar 3



Gambar 3
Sebaran Sampel Menurut Jenis Kelamin

3. Hubungan Antar Variabel yang diteliti

Tabel 7
Sebaran Sampel Menurut Status Gizi
Berdasarkan Indeks Masa Tubuh

Kategori	f	%
Kurus	-	-
Normal	47	58,75
Gemuk	13	16,25
Obesitas	20	25
Jumlah	80	100

Berdasarkan tabel 6, dapat dilihat hasil penentuan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh dibagi 4 kategori yaitu kurus, normal, gemuk dan obesitas. Berdasarkan penelitian bahwa tidak ada yang kurus. Untuk kategori normal adalah sebanyak 47 orang dengan presentase 58,75%, gemuk sebanyak 13 orang dengan presentase 16,25% dan obesitas sebanyak 20 orang dengan presentase 25%.

Berdasarkan hasil pengamatan tingkat konsumsi *junk food* sampel diketahui rata-rata konsumsi *junk food* sampel adalah 212 kkal per minggu dengan konsumsi tertinggi 455 kkal per minggu dan terendah 66 kkal per minggu. Apabila dibuat kategori dengan nilai pembatas 400 kkal, maka sebagian besar konsumsi energi dari *junk food* sampel berada dalam kategori kurang. Untuk keperluan analisis selanjutnya kategori konsumsi energi dan protein *junk food* digunakan dengan pendekatan nilai rata-rata sehingga diperoleh hasil pengamatan pada tabel 7

Tabel 8
Sebaran Pola Konsumsi *Junk Food*

Variabel	Kategori	Hasil	
		f	%
Frekuensi	Dibawah rata-rata	43	53,75
	Diatas rata-rata	37	46,25
Tingkat Konsumsi Energi	Dibawah rata-rata	42	52,5
	Diatas rata-rata	38	47,5
Tingkat Konsumsi Protein	Dibawah rata-rata	50	62,5
	Diatas rata-rata	30	37,5

Berdasarkan tabel 7 terdapat frekuensi dibawah rata-rata 43 sampel (53,75%), dan diatas rata-rata 37 sampel (46,25%), tingkat konsumsi energi dibawah rata-rata 42 sampel (52,5%), dan diatas rata-rata 38 sampel (47,5%), tingkat konsumsi protein dibawah rata-rata 50 sampel (62,5%), dan diatas rata-rata 30 (37,5%).

Tabel 9
Sebaran IMT Sampel Berdasarkan Frekuensi
Konsumsi *Junk Food*

Frekuensi <i>Junk Food</i>	IMT					
	Normal		Gemuk		Obesitas	
	f	%	f	%	f	%
Dibawah rata-rata	29	61,7	5	38,46	9	45
Diatas rata-rata	18	38,29	8	61,53	11	55
Jumlah	47	100	13	100	20	100

Pada kelompok sampel yang gemuk diketahui terdiri 8 sampel (61,53%) yang konsumsi *junk foodnya* diatas rata-rata. Demikian pula pada kelompok yang obesitas 11 sampel (55%) yang frekuensi konsumsi *junk foodnya* diatas rata-rata. Sedangkan pada kelompok status gizi yang normal terdapat 18 sampel (38,29%) yang frekuensi *junk foodnya* diatas rata-rata. Dengan demikian terdapat kecenderungan bahwa proporsi mereka yang tingkat konsumsi frekuensi *junk foodnya* diatas rata-rata lebih banyak yang gemuk atau obesitas dibandingkan yang normal.

Tabel 10
Sebaran IMT Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi

Tingkat Konsumsi Energi	Normal		Gemuk		Obesitas	
	f	%	f	%	f	%
Dibawah rata-rata	29	61,7	4	30,76	9	45
Diatas rata-rata	18	38,29	9	69,23	11	55
Jumlah	47	100	13	100	20	100

Pada kelompok sampel yang gemuk diketahui terdiri 9 sampel (69,23%) yang tingkat konsumsi energi *junk foodnya* diatas rata-rata. Demikian pula pada kelompok yang obesitas 11 sampel (55%) yang tingkat konsumsi energi *junk foodnya* diatas rata-rata. Sedangkan pada kelompok sampel yang normal 18 sampel

(38,29%) yang tingkat konsumsi energi *junk food*nya diatas rata-rata. Dengan demikian terdapat kecenderungan bahwa proporsi mereka yang tingkat konsumsi energi *junk food*nya diatas rata-rata lebih banyak yang gemuk atau obesitas dibandingkan yang normal.

Tabel 11
Sebaran IMT Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein

Tingkat Konsumsi Protein	Normal		Gemuk		Obesitas	
	f	%	f	%	f	%
Dibawah rata-rata	33	70,21	6	46,15	11	55
Diatas rata-rata	14	29,7	7	53,84	9	45
Jumlah	47	100	13	100	20	100

Pada kelompok sampel yang gemuk diketahui terdiri 7 sampel (53,84%) yang tingkat konsumsi protein *junk food*nya diatas rata-rata. Demikian pula pada kelompok yang obesitas 9 sampel (45%) yang tingkat konsumsi protein *junk food*nya diatas rata-rata. Sedangkan pada kelompok sampel yang normal 14 sampel (29,7%) yang tingkat konsumsi protein *junk food*nya diatas rata-rata. Dengan demikian terdapat kecenderungan bahwa proporsi mereka yang tingkat konsumsi protein *junk food*nya diatas rata-rata lebih banyak yang gemuk atau obesitas dibandingkan yang normal.

B. Pembahasan

Penelitian ini menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) sebagai pengukur status gizi yaitu berupa hasil dari pengukuran berat badan dan tinggi badan. Penilaian status gizi merupakan penjelasan yang berasal dari data yang diperoleh dengan menggunakan berbagai macam cara untuk menemukan suatu populasi atau individu yang memiliki risiko status kegemukan. Berdasarkan pada pendapat tersebut, maka telah dilakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan pada siswa SMPK 2 Harapan Untal-Untal Dalung Kecamatan Kuta Utara Badung untuk mengetahui gambaran status gizi.

Pada penelitian ini yang dilakukan dikelas VIII , prevalensi kegemukan yang ditemukan sebanyak 16,25%. Prevalensi kegemukan yang tinggi ini karena SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung terletak di Badung yang sebageian besar wilayahnya daerah perkotaan. Hal ini dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Andrissi et al pada tahun 2013, bahwa gizi lebih (kegemukan) ditemukan lebih banyak pada daerah urban jika dibandingkan dengan daerah rural.

1. Gambaran Konsumsi *Junk Food* pada Siswa SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung

Semua responden dalam penelitian ini mengonsumsi *junk food*. Rata-rata frekuensi konsumsi *junk food* pada responden adalah 2-3 kali per minggu, frekuensi minimum 2-3 kali per minggu, dan frekuensi maksimum adalah 9-10 kali per minggu. Rata-rata asupan energi *junk food* pada responden adalah 116,49 kkal per minggu, asupan energi minimum 66 kkal per minggu, dan asupan energi maksimum 455 kkal per minggu. Rata-rata asupan protein *junk food* pada responden adalah

6,12 gr per minggu, asupan protein minimum 1,27 gr per minggu, dan asupan protein maksimum 14,22 gr per minggu. Beberapa faktor penyebab tingginya frekuensi konsumsi *junk food* pada siswa sekolah dasar antara lain pengaruh dari lingkungan, baik itu lingkungan keluarga, sekolah, ataupun lingkungan sekitar. Faktor yang menyebabkan banyaknya responden yang sering mengonsumsi *junk food* adalah lokasi SMPK 2 Harapan Untal-Untal Kecamatan Kuta Utara Badung yang dekat dengan berbagai macam tempat gerai *junk food* sehingga memudahkan akses untuk mendapatkannya. Selain mudahnya akses, adanya perubahan pengetahuan, sikap, perilaku dan gaya hidup, serta perubahan pola makan merupakan penyebab tingginya frekuensi konsumsi *junk food* pada anak remaja.

Pada penelitian Grunseit et al di Sydney pada tahun 2010 juga ditemukan bahwa seluruh sampel penelitian yaitu anak usia 6 – 14 tahun di Sydney mengonsumsi *junk food* . Hal ini terjadi karena anak remaja cenderung mengonsumsi *junk food* sebagai makanan tambahan. Penelitian King et al pada tahun 2012 disebutkan bahwa konsumsi *junk food* pada anak dapat meningkat pada waktu tertentu, seperti sewaktu anak berkumpul ataupun bermain. Hasil yang sama juga didapatkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Mushtaq et al pada tahun 2009 yaitu seluruh anak sekolah dasar di Lahore, Pakistan mengonsumsi *junk food* setidaknya 1 kali dalam seminggu. Faktor sosiodemografi berperan terhadap kebiasaan konsumsi *junk food* pada siswa sekolah menengah keatas, terutama anak remaja yang tinggal di daerah urban.

2. Hubungan Frekuensi *Junk Food* dengan Kegemukan

Berdasarkan hasil penelitian terdapat kecenderungan bahwa mereka yang tingkat konsumsi frekuensi *junk food*nya diatas rata-rata lebih banyak yang gemuk dibandingkan dengan yang normal. Pada penelitian yang dilakukan oleh Darvishi et al pada tahun 2013, persentase kegemukan ditemukan pada anak remaja yang mengonsumsi *junk food* setidaknya 6 kali per hari. Frekuensi konsumsi junk food yang tinggi seperti minuman dan makanan ringan (>1x per hari) dapat menyebabkan gizi lebih (kegemukan). Peluang peningkatan kegemukan dapat mencapai hingga 20,3%. Hal lain juga disebutkan pada penelitian yang dilakukan oleh Bashkar di India pada tahun 2012, bahwa selain *junk food* yang berjenis minuman dan makanan ringan, jenis makanan manis seperti kue, biscuit dan sirup juga dapat menyebabkan kegemukan. Kecenderungan anak remaja untuk mengonsumsi *junk food* salah satunya karena zat adiktif yang terdapat dalam *junk food* dapat menyebabkan ketergantungan. Zat adiktif ini dapat menyebabkan over eating dan akan meningkatkan risiko terjadinya kegemukan pada anak remaja.

3. Hubungan Asupan zat gizi *Junk Food* dengan kegemukan

Berdasarkan hasil penelitian terdapat kecenderungan bahwa mereka yang tingkat konsumsi frekuensi *junk food*nya diatas rata-rata lebih banyak yang gemuk dibandingkan dengan yang normal.

Pada penelitian ini didapatkan hubungan yang bermakna antara asupan zat gizi *junk food* dengan kejadian gizi lebih (kegemukan), artinya asupan zat gizi *junk food* juga dapat berperan sebagai faktor risiko terhadap kejadian kegemukan. Selain faktor pola makan di rumah, faktor aktivitas fisik juga berpengaruh terhadap status gizi remaja. Dalam penelitian ini kemungkinan responden memiliki aktivitas fisik

yang sesuai dengan asupan energi yang dikonsumsi. Hal ini juga ditemukan dalam penelitian Hook dan Altman 2011, bahwa asupan energi *junk food* dan ketersediaan *junk food* di sekolah dapat mempengaruhi status kegemukan pada siswa SMP.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ashlesa dan Nancy pada tahun 2009 juga ditemukan bahwa konsumsi *junk food* mempengaruhi IMT pada remaja dimana didapatkan hanya 20% remaja yang banyak mengonsumsi *junk food* dan mengalami kegemukan. Hal ini membuktikan bahwa seberapa besar asupan energi *junk food* yang dikonsumsi anak di sekolah jika diimbangi dengan aktivitas fisik yang seimbang, maka akan mempengaruhi status gizi. Faktor genetik juga berperan terhadap kejadian gizi lebih (kegemukan) pada anak remaja. Hal ini telah dibuktikan oleh penelitian Shalata et al pada tahun 2013 bahwa genetik merupakan salah satu faktor risiko yang berperan terhadap kejadian kegemukan. Dapat disimpulkan bahwa tidak hanya asupan energi *junk food* saja yang mempengaruhi kegemukan, namun faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti gaya hidup dan genetik juga berpengaruh terhadap kejadian kegemukan pada remaja.