

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi

Akper Kesdam IX Udayana merupakan salah satu Perguruan Tinggi Swasta di Bali yang berada di bawah naungan Perwakilan Yayasan Wahana Bakti Karya Husada Daerah Bali dan dibawah Pengawasan Kepala Kesehatan Daerah Militer IX Udayana, yang berlokasi di Jl. Taman Kanak-kanak Denpasar Bali. Pada tahun 1960 Sekolah ini sebelumnya bernama Sekolah Juru Kesehatan, yang mendidik siswa juru Kesehatan.

Pada TA 2008/2009 SPK Kesdam IX Udayana, dikonversi menjadi Akper Kesdam IX Udayana, dengan Nomor izin operasional Menkes RI Nomor HK.03.051/14/4527/2008, tanggal 11 September 2008. Akper Kesdam sejak dahulu hingga saat ini menerapkan sistem asrama pada mahasiswanya. Di dalam lingkungan asrama Akper Kesdam IX Udayana terdapat gedung khusus untuk asrama laki-laki, gedung khusus untuk asrama perempuan, ruang makan, dapur, dan kantin. Jumlah seluruh mahasiswa yang diasramakan adalah 72 orang mahasiswa. Mahasiswa diasramakan selama 1 tahun.

VISI:

Menjadi lembaga pendidikan yang tenaga perawat tanggap, tanggon, trengginas dan disiplin tinggi pada tahun 2020

MISI:

1. Menyelenggarakan pendidikan tinggi keperawatan dengan menggunakan kurikulum berbasis kompetensi serta berorientasi ke masa depan
2. Menyiapkan SDM yang memiliki sikap peka terhadap kepentingan orang lain, tangguh cekatan dan disiplin tinggi
3. Melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan masyarakat
4. Meningkatkan sarana dan prasarana yang mendukung peningkatan mutu penyelenggaraan pendidikan

Rencana Menu Makanan yang terdapat di Asrama Akper Kesdam IX Udayana yaitu

2. Gambaran Umum Sampel

Sampel pada penelitian ini merupakan mahasiswa tingkat I yang tinggal di Asrama Akper Kesdam IX Udayana sehingga dalam penelitian ini diperoleh sampel sebanyak 72 sampel yang telah memiliki kriteria. Adapun data identitas sampel penelitian meliputi jenis kelamin, umur yang dapat dijabarkan sebagai berikut

a. Jenis Kelamin

Tabel 4.
Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	19	26,39
Perempuan	53	73,61
Jumlah	72	100

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 72 sampel penelitian 19 orang berjenis kelamin laki-laki (26,39%) dan 53 orang berjenis kelamin perempuan (73,61%).

b. Umur

Tabel 5.
Sebaran Sampel Berdasarkan Umur

Umur (tahun)	f	%
18-20	63	87,5
21-27	0	0
28-39	9	12,5
Jumlah	72	100

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa dari 72 sampel penelitian, sampel yang berumur 18-20 tahun sejumlah 63 orang dengan presentase 87,5% dan sampel yang berumur 28-39 tahun sejumlah 9 orang dengan presentase 12,5%.

c. Agama

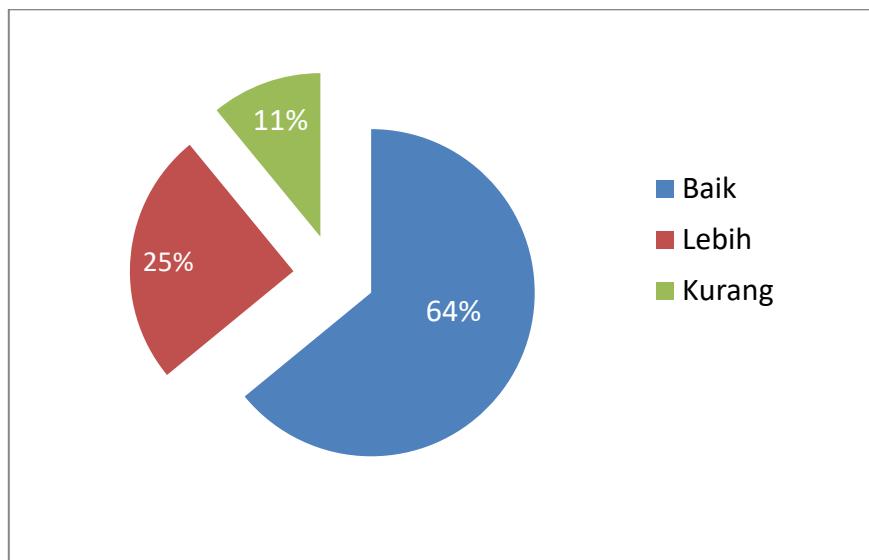
Tabel 6.
Sebaran Sampel Berdasarkan Agama

Agama	f	%
Hindu	65	90,2
Islam	7	9,8
Jumlah	72	100

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa dari 72 sampel penelitian, sampel yang beragama Hindu sejumlah 65 orang dengan presentase 87,5% dan beragama Islam 7 orang dengan presentase 12,5%.

3. Tingkat Konsumsi Energi

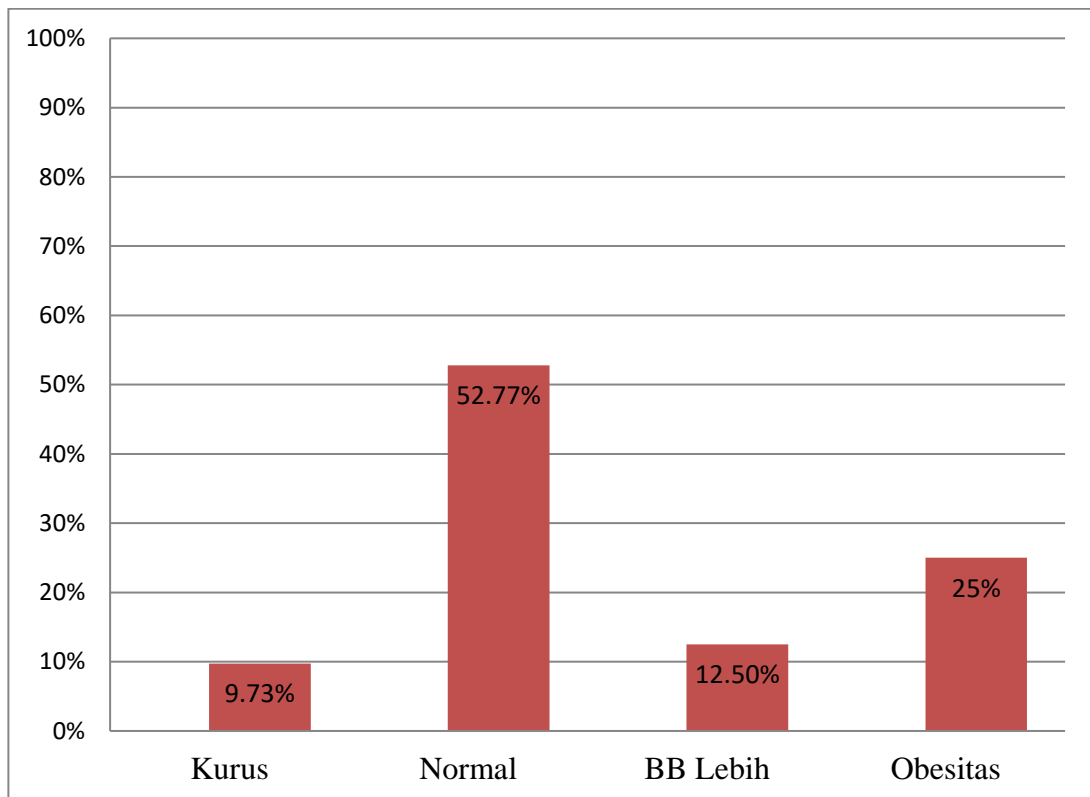
Tingkat konsumsi adalah perbandingan kandungan zat gizi yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang yang dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) sesuai umur. Tingkat konsumsi pada subyek penelitian ini diukur menggunakan metode recall 2x24 jam. Dari hasil penelitian ini didapatkan rata-rata tingkat konsumsi sampel sebesar 2666 Kkal. Frekuensi tingkat konsumsi energi sampel pada kategori baik 64%, tingkat konsumsi lebih 25% dan tingkat konsumsi kurang 11%. Frekuensi tingkat konsumsi energi disajikan pada gambar 2 berikut ini.



Gambar 2.
Frekuensi Tingkat Konsumsi Energi

4. Status Gizi

Untuk menilai status giziusia remaja digunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan dapat dikategorikan menjadi 4 yaitu kurus, normal, berat badan lebih dan obesitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 72 sampel terdapat 38 sampel (52,77%) yang memiliki status gizi normal, 18 sampel (25%) status gizi obesitas, 9 sampel (12,5%) status gizi lebih dan 7 sampel (9,73) status gizi kurus. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3.
Frekuensi Status Gizi

5. Gambaran Sampel Berdasarkan Status Gizi Menurut Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan gambaran status gizi menurut jenis kelamin, dari total jumlah sampel yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 19 sampel, yang memiliki status gizi kurus sebanyak 1 sampel (5,26%), normal 7 sampel (36,84%), berat badan lebih 4 sampel (21,05%) dan obesitas sebanyak 7 sampel (36,84%). Sedangkan sampel yang berjenis kelamin perempuan dengan total jumlah sampel yaitu 53 sampel, mempunyai status gizi kurus sejumlah 6 sampel (11,32%), normal 31 sampel (58,49%), berat badan lebih 5 sampel (9,43%) dan obesitas 11 sampel (57,59%). Agar lebih jelas dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7.
Gambaran Sampel Berdasarkan Status Gizi Menurut Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Status Gizi								Total	
	Kurus		Normal		BB Lebih		Obesitas			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	1	5,26	7	36,84	4	21,05	7	36,84	19	100
Perempuan	6	11,32	31	58,49	5	9,43	11	20,75	53	100
Total	7	16,58	38	95,33	9	30,48	18	57,59	72	100

6. Gambaran Sampel Berdasarkan Status Gizi Menurut Umur

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa gambaran status gizi menurut umur, untuk umur 18-20 tahun dengan total 63 sampel, memiliki 7 sampel (11,11%) dengan status gizi kurus, 34 sampel (53,96%) normal, 8 sampel (12,7%)

berat badan lebih dan 14 sampel (22,23%) obesitas. Sedangkan sampel yang berumur 23-39 tahun berjumlah 9 sampel (12,5%) mempunyai status gizi normal sebanyak 4 sampel (44,4%), 1 sampel (11,11%) berat badan lebih dan 4 sampel (22,23%) obesitas.

Tabel 8.
Gambaran Sampel Berdasarkan Status Gizi Menurut Umur

Umur (tahun)	Status Gizi								Total	
	Kurus		Normal		BB Lebih		Obesitas			
	f	%	f	%	F	%	F	%	f	%
18-20	7	11,11	34	53,96	8	12,70	14	22,23	63	100
21-27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23-39	0	0	4	44,45	1	11,1	4	44,45	9	100
Total	7	11,11	38	98,41	9	23,8	18	66,68	72	100

7. Gambaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi menurut Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa gambaran tingkat konsumsi energi menurut jenis kelamin, untuk jenis kelamin laki-laki dengan total 19 sampel, memiliki 4 sampel (21,05%) dengan tingkat konsumsi energi lebih, 14 sampel (73,7%) tingkat konsumsi energi baik, 1 sampel (5,25%) dengan tingkat konsumsi energi kurang. Sedangkan sampel yang berjenis kelamin perempuan dengan total sampel 53 sampel, mempunyai tingkat konsumsi energi lebih sebanyak 9

sampel (16,98%), 41 sampel (77,53%) tingkat konsumsi energi baik dan 3 sampel (5,66%) obesitas.

Tabel 9.
Gambaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi menurut Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Tingkat Konsumsi Energi						Total	
	Lebih		Baik		Kurang			
	F	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	4	21,05	14	73,7	1	5,25	19	100
Perempuan	9	16,98	41	77,35	3	5,66	53	100
Total	13	38,03	57	151,05	2	10,91	72	100

8. Gambaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi menurut Umur

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa gambaran tingkat konsumsi energi menurut umur, untuk umur 18-20 tahun dengan total 63 sampel, memiliki 13 sampel (20,63%) dengan tingkat konsumsi energi lebih, 48 sampel (76,2%) tingkat konsumsi energi baik, dan 2 sampel (3,17%) tingkat konsumsi energi kurang. Sedangkan sampel yang berumur 23-39 tahun berjumlah 9 sampel, yang keseluruhan mempunyai tingkat konsumsi energi baik (100%).

Tabel 10.
Gambaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi menurut Umur

Umur (tahun)	Tingkat Konsumsi Energi						Total	
	Lebih		Baik		Kurang		f	%
	f	%	f	%	f	%		
18-20	13	20,63	48	76,2	2	3,17	63	100
21-27	0	0	0	0	0	0	0	0
23-39	0	0	9	100	0	0	9	100
Total	13	20,63	57	76,2	2	3,17	72	100

9. Gambaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi dan Status Gizi

Pada tabel 7 dapat dilihat dari 72 sampel, tingkat konsumsi energi lebih sebanyak 16 sampel (22,3%) memiliki status gizi kurus sejumlah 1 sampel (6,25%), status gizi normal 2 sampel (12,5%), status gizi BB lebih 5 sampel (31,25%), status gizi obesitas 8 sampel (50%). Sedangkan konsumsi energi baik sejumlah 54 sampel (72,3%), mempunyai status gizi kurus sebanyak 6 sampel (11,11%), status gizi normal 34 sampel (62,7%), status gizi BB lebih 4 sampel (7,40%), status gizi obesitas 10 sampel (18,51%). Kemudian 2 sampel (1%) dengan tingkat konsumsi energi kurang mempunyai status gizi normal.

Tabel 11.
Gambaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi dan Status Gizi

Konsumsi Energi	Status Gizi								Total	
	Kurus		Normal		BB Lebih		Obesitas			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Lebih	1	6,25	2	12,5	5	31,25	8	50	16	22,22
Baik	6	11,11	34	62,7	4	7,40	10	18,51	54	75
Kurang	0	0	2	1	0	0	0	0	2	2,78
Total	7	17,36	38	75,2	9	38,65	18	68,51	72	100

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di Asrama Akademi Keperawatan Kesdam IX Udayana Denpasar untuk jenis kelamin laki-laki berjumlah 19 orang (23,39%) dan perempuan berjumlah 53 orang (73,61%). Sedangkan menurut umur yaitu umur 18-20 tahun sebanyak 63 orang (87,5%), umur 28-39 tahun sebanyak 9 orang 12,5%. Kemudian sebasaran sampel berdasarkan agama sebanyak 65 orang (90,2%) beragama Hindu dan 7 orang 9,8% beragama Islam.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat konsumsi energi sampel selama tinggal di asrama yaitu sebesar 2666 kkal. Berdasarkan tingkat konsumsi energi kategori yang paling tinggi yaitu tingkat konsumsi energi baik dengan persentase sebesar 64%. Pemenuhan zat gizi energi sampel juga dibantu oleh makanan yang dibeli diluar asrama. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Utari Diahningtias (2016) di pesantren Al-hamidiyah Depok menyatakan bahwa sebagian

dari kecukupan energi dan zat gizi dipenuhi dari makanan di luar penyelenggaraan makanan pesantren. Namun, asupan energi yang disumbangkan dari makanan yang didapatkan pesantren atau asrama lebih banyak dibandingkan makanan yang didapat dari luar pesantren atau asrama. Hal tersebut dikarenakan makanan utama (pagi, siang, dan malam) disediakan oleh asrama sehingga untuk makanan diluar asrama hanya menyumbangkan sedikit energi. Oleh sebab itu kebutuhan energi sampel semakin terpenuhi bila ditambahkan dari makanan atau jajanan dari luar asrama.

Namun hasil penelitian juga menunjukkan bahwa masih ada sampel yang memiliki tingkat konsumsi lebih yaitu sebesar 25% dan kurang sebesar 11%. Tingkat konsumsi yang lebih disebabkan karena untuk makanan pokok yaitu nasi, dibebaskan untuk mengambil sesuka sampel, namun untuk lauk hewani, nabati dan sayuran di ambilkan oleh pramusaji. Nasi adalah sumber karbohidrat yang menyumbangkan sumber energi terbesar diantara zat gizi makro lainnya, maka dari itu ada beberapa sampel yang memiliki tingkat konsumsi lebih, disebabkan oleh sumber karbohidrat yang berlebih dan tidak sesuai dengan kebutuhan masing-masing sampel. Tetapi ada juga sampel yang memiliki tingkat konsumsi kurang. Hal ini disebabkan karena menu yang disajikan kurang bervariasi dari segi pengolahan, dimana dapat kita lihat pada siklus menu yaitu salah satu contoh olahan tempe yang sangat sering diolah menjadi tempe manis, serta buah yang tidak diolah secara bervariasi setiap harinya, hanya disajikan dalam bentuk buah potong. Ini menjadi alasan bagi sampel merasa jenuh atau bosan terhadap menu-menu yang disajikan di asrama, tentu hal itu menjadi faktor bagi beberapa sampel yang memiliki tingkat konsumsi kurang.

Berdasarkan hasil penelitian sampel yang memiliki status gizi kurus sebanyak 7 sampel 9,72%, gizi normal 38 sampel 52,78%, gizi lebih 9 sampel 12,5% dan obesitas sebanyak 18 sampel 25%. Hal ini sudah jelas terlihat bahwa sebagian besar mahasiswa yang tinggal di asrama Akper Kesdam IX Udayana Denpasar mempunyai status gizi normal. Seperti kita ketahui berat badan ideal adalah dambaan setiap orang baik laki-laki maupun perempuan. Status gizi merupakan bagian salah satu indikator untuk menilai bahwa seseorang tersebut dikatakan sehat karena status gizi akan berhubungan langsung asupan nutrisi dan gizi bagi tubuh.

Menurut Carl and Levinson salah satu faktor yang secara langsung mempengaruhi status gizi adalah konsumsi makanan, terbukti pada penelitian ini didapatkan hasil ada beberapa sampel yang mengalami status gizi kurus sebanyak 7 orang 9,72% karena sampel memang merasa jenuh atau bosan dengan apa yang disajikan di asrama, tidak ada variasi saat pengolahan, penampilan makanan yang kurang menarik, sehingga sampel hanya mengonsumsi sedikit makanan yang didapatkan dari asrama hanya sekedar untuk menghilangkan rasa lapar. Padahal hal tersebut akan berdampak pada status gizinya.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada beberapa sampel yang memiliki status gizi lebih 12,5% dan status gizi obesitas 25%. Hal ini tentu juga dipengaruhi oleh konsumsi makanan, yang mana sampel yang memiliki status gizi lebih dan obesitas, di dapatkan dari konsumsi zat gizi makro yaitu karbohidrat atau nasi yang berlebih karena di bebaskan mengambil sesuka sampel. Hal ini didukung juga dari makanan yang di beli di luar asrama, makanan yang dibeli juga mengandung zat gizi karbohidrat seperti mie instan, kentang goreng, gorengan yang berbahan dasar

tepung. Semua itu tentu akan berpengaruh pada tingkat konsumsi energi sampel yang berdampak pada status gizi sampel.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa gambaran status gizi menurut jenis kelamin, status gizi kurus tertinggi pada jenis kelamin perempuan yaitu 11,32%. Hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Yolanda & dkk,2016) , yang mana status gizi kurus paling tinggi terjadi pada jenis kelamin perempuan. Hal ini disebabkan karena pada usia remaja perempuan akan sangat menjaga penampilannya, seperti program diet yang dilakukan secara ketat hingga berat badan menjadi turun dan mempunyai status gizi yang kurus. Namun pada penelitian ini dapat dilihat juga bahwa status gizi obesitas paling tinggi terjadi pada jenis kelamin perempuan. Hal ini selaras juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Apriani,2014), dimana faktor penyebabnya yaitu karena beberapa sampel yang obesitas, selain mengonsumsi makanan yang didapatkan dari asrama, makanan juga dibeli di luar asrama sehingga konsumsi energinya menjadi berlebih.

Berdasarkan hasil penelitian gambaran status gizi menurut umur, bahwa status gizi kurus maupun obesitas paling tinggi terjadi pada umur kisaran 18-20 tahun dibandingkan dengan umur 23-39 tahun, yaitu status gizi kurus sejumlah 11,11% dan status gizi obesitas sebanyak 22,23%. Penelitian ini selaras juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erpridawati, 2012). Umur akan mempengaruhi pengalaman atau pengetahuan seseorang, semakin tinggi umur kemungkinan semakin tinggi pengalaman atau pengetahuan yang didapatkan. Walaupun pengetahuan merupakan faktor yang tidak langsung mempengaruhi status gizi, tetapi pengetahuan adalah salah satu faktor penting yang tidak bisa diabaikan, bila pengetahuan seseorang yang

dimiliki itu lebih tentang gizi, kecenderungan untuk mengaplikasikannya ke kehidupan sehari-hari lebih besar. Makan dari itu umur yang lebih besar, kemungkinan akan mempunyai lebih banyak pengalaman atau pengetahuan, yang tentunya sudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini juga menggambarkan mengenai tingkat konsumsi energi menurut jenis kelamin, yang mana tingkat konsumsi energi lebih, paling tinggi terjadi pada sampel berjenis kelamin perempuan dibandingkan dengan sampel berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah sampel 16,98%. Walaupun porsi dalam makan lebih banyak adalah kaum laki-laki, tetapi seperti mengonsumsi snack, jajanan atau makanan ringan akan lebih banyak dilakukan oleh seorang perempuan, maka tingkat konsumsi energi pun akan semakin meningkat. Tetapi tingkat konsumsi energi kurang, yang paling tinggi juga terjadi pada jenis kelamin perempuan yaitu sebesar 5,66%, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Yolanda & dkk, 2016), menyatakan bahwa tingkat konsumsi energi kurang yang disebabkan karena seorang perempuan apalagi masih remaja, akan menjaga penampilan tubuhnya, menjalani diet mengurangi porsi makan tapi melakukan aktivitas yang berat, sehingga mengakibatkan pemasukan makanan dengan apa yang diterima oleh tubuh tidak sesuai dengan kebutuhannya.

Berdasarkan hasil penelitian gambaran mengenai tingkat konsumsi energi menurut umur di dapatkan hasil bahwa tingkat konsumsi energi lebih, tertinggi yaitu umur 18-20 tahun yaitu sebesar 20,63%, sedangkan untuk tingkat konsumsi energi kurang juga terdapat pada umur 18-20 tahun yaitu sebesar 3,17%. Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erpridawati, 2012) karena, umur akan

mempengaruhi pengalaman atau pengetahuan, bila semakin tinggi umur seseorang kemungkinan semakin tinggi pula pengalaman atau pengetahuan yang didapatkan. Walaupun pengetahuan merupakan salah satu faktor yang tidak langsung mempengaruhi status gizi, namun pengetahuan adalah salah satu faktor penting yang tidak bisa diabaikan, bila pengetahuan seseorang yang dimiliki itu lebih tentang gizi, kecenderungan saat mengonsumsi makanan akan sesuai dengan kebutuhannya, tidak kurang ataupun lebih.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 34 sampel 89,6% dengan status gizi normal, memiliki konsumsi energi baik. 8 sampel dengan status gizi obesitas, sebesar 44,4% memiliki tingkat konsumsi lebih. 1 sampel 14,3% dengan status gizi kurus memiliki tingkat konsumsi lebih, 6 sampel 85,7% dengan status gizi kurus memiliki tingkat konsumsi baik. Kemudian, 2 sampel 5,2% dengan status gizi normal memiliki tingkat konsumsi lebih. Lalu, 5 sampel 55,6% dengan status gizi berat badan lebih memiliki tingkat konsumsi lebih, 4 sampel 44,4% dengan status gizi berat badan lebih memiliki tingkat konsumsi baik dan yang terakhir 10 sampel 55,6% dengan status gizi obesitas memiliki tingkat konsumsi yang baik

Sampel dengan status gizi kurus tetapi mempunyai tingkat konsumsi yang lebih 6,25%, hal ini tentu dipengaruhi oleh faktor langsung yaitu penyakit yang mungkin diderita oleh sampel. Tingkat konsumsi energi yang baik tidak dicerna secara optimal oleh tubuhnya, sehingga mengakibatkan status gizi sampel menjadi kurus. Pernyataan ini diperkuat oleh (Supriasa,2012) bahwa penyakit infeksi (bakteri, virus, parasit) mempunyai hubungan yang sangat erat dengan malnutrisi.

Kaitan penyakit infeksi dengan keadaan status gizi kurus merupakan hubungan timbale balik, yaitu hubungan sebab akibat. Penyakit infeksi dapat memperburuk keadaan gizi, dan keadaan status gizi yang buruk dapat mempermudah terkena penyakit infeksi.

Namun ada juga sampel yang memiliki status gizi normal tetapi mempunyai tingkat konsumsi yang lebih 12,5%. Sebab hal itu pasti di dukung oleh aktivitas fisik sampel di kampus maupun diluar kampus yang diiringi dengan peningkatan pemakaian energi secara optimal sehingga asupan yang berlebih tidak menjadi masalah bila diimbangi dengan aktivitas fisik yang sesuai dengan pemasukan energinya. Dari hasil penelitian ada juga sampel yang memiliki status gizi lebih dengan tingkat konsumsi yang baik. Hal itu juga di pengaruhi oleh asupan makanan yang didapatkan di asrama dan makanan yang di peroleh atau dibeli diluar asrama yang sangat mencukupi kebutuhan sampel. Tetapi hal tersebut tidak diimbangi dengan aktivitas fisik sampel. Karena aktivitas fisik yang tinggi akan berpengaruh terhadap kestabilan berat badan atau status gizi sampel. Maka dari itu tingkat konsumsi energi akan sangat berpengaruh terhadap status gizi sampel baik itu status gizi kurang, normal, berat badan lebih maupun obesitas jika tidak diimbangi dengan aktivitas fisik sampel.

Hal ini didukung juga oleh penelitian (Erpridawati, 2012) yang menyatakan bahwa aktivitas fisik akan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Semakin sedikit penggunaan waktu sampel untuk melakukan aktivitas sedang ataupun berat, maka peluang terjadinya berat badan lebih ataupun obesitas semakin besar. Semakin

banyak aktivitas maka semakin banyak pula energi yang digunakan sehingga tubuh menjadi ideal atau justru lebih kurus, tetapi apabila kurang beraktivitas tubuh cenderung menyimpan energi sehingga terjadi kelebihan berat badan.