

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

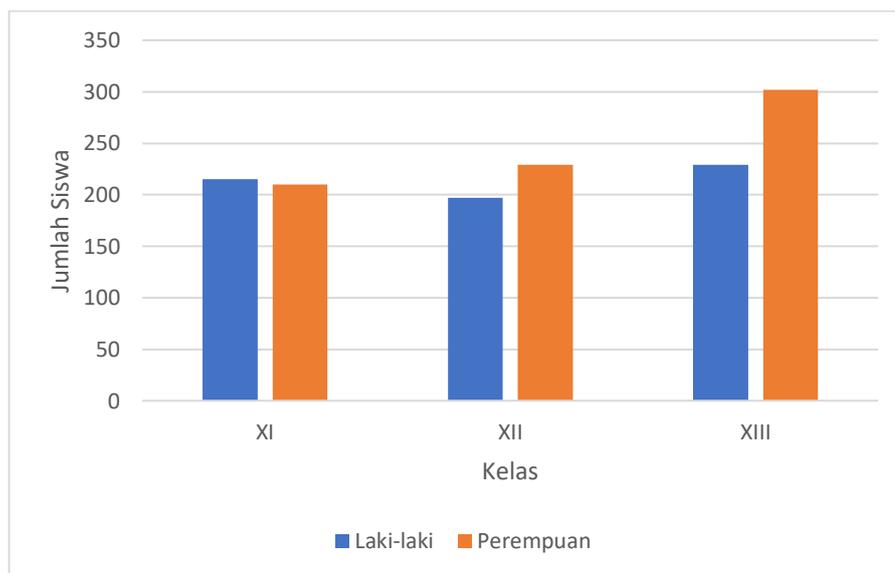
1. Gambaran umum mengenai lokasi penelitian

SMA Negeri 5 Kota Kupang terletak di Jalan Thamrin No.7, Oebufu, Oebobo, Kota Kupang, Nusa Tenggara Tim. 85111, Indonesia. Status kepemilikan sekolah adalah Pemerintah Daerah dengan SK pendirian tanggal 15-07-2997 dan SK izin operasional tanggal 08-01-2021. Jumlah siswa yang menempati gedung SMA Negeri 5 Kota Kupang sebanyak 1.382 siswa, dengan rincian putra 641 siswa dan putri 741 siswa.

Tabel 10. Data Jumlah Siswa SMA Negeri 5 Kota Kupang

No	Kelas	Jumlah Siswa		Total
		Laki-laki	Perempuan	
1.	XI	215	210	425
2	XII	197	229	426
3	XIII	229	302	531
TOTAL		641	741	1.382

Sumber: Data Sekunder SMA Negeri 5 Kota Kupang Tahun 2024



Grafik 1. Data Jumlah Siswa SMAN 5 Kota Kupang Tahun 2024

Adapun jumlah fasilitas yang ada pada SMANegeri5 Kota Kupang dapat dilihat pada Tabel 11

Tabel. 11 Fasilitas SMA Negeri 5 Kota Kupang

No	Fasilitas	Jumlah
----	-----------	--------

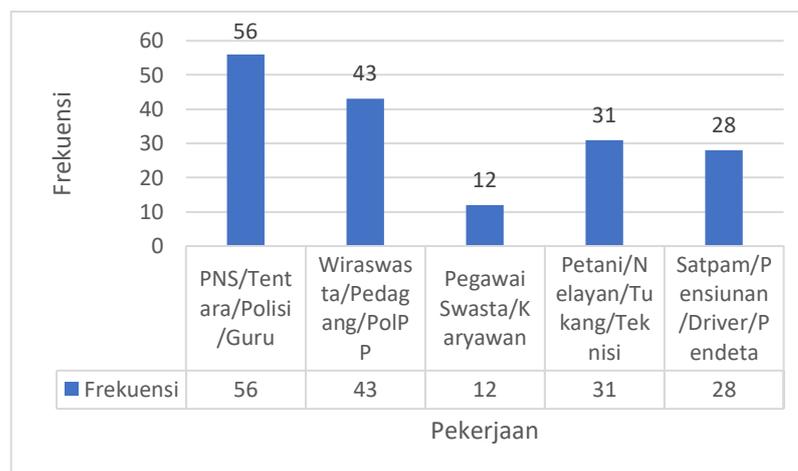
1.	Ruang Kelas	32
2.	Laboratorium Biologi	1
3.	Laboratorium Fisika	1
4.	Laboratorium Bahasa	2
5.	Laboratorium Komputer	1
6.	Perpustakaan	1
7.	Sanitasi Guru	2
8.	Sanitasi Siswa	4
TOTAL		44

Sumber: *Data Sekunder SMA Negeri 5 Kota Kupang Tahun 2024*

1. Karakteristik Responden

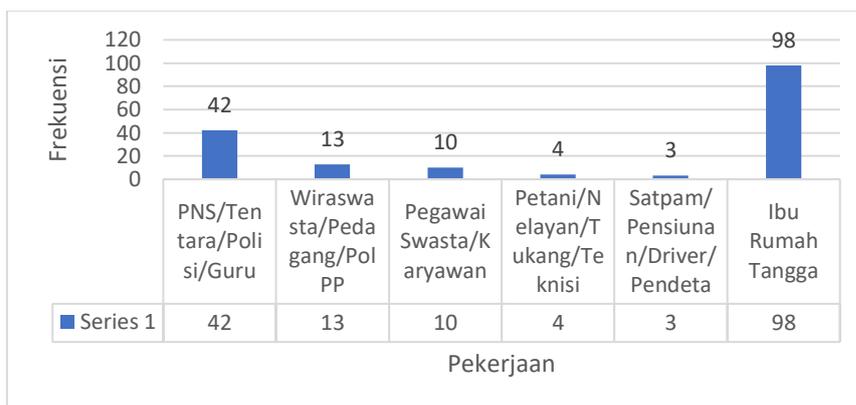
a. Karakteristik Pekerjaan Orangtua

Berdasarkan grafik 2 terlihat bahwa dari 170 responden, persentase ayah tertinggi yang berprofesi sebagai PNS/TNI/Polri/guru sebanyak 56 orang (32,9%), sedangkan persentase terendah adalah pegawai/pegawai swasta sebanyak 12 orang (7,1 %). Grafik karakteristik pekerjaan orang tua ayah dapat dilihat pada tabel dibawah ini.



Grafik2.PekerjaanAyah Responden

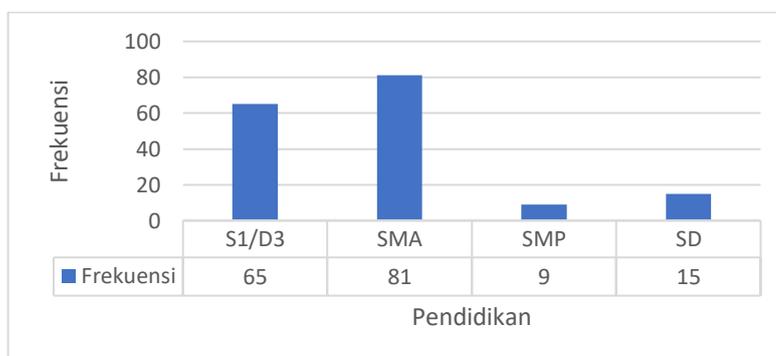
Berdasarkan grafik 3 terlihat bahwa dari 170 responden ibu, persentase tertinggi bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 98 orang (57,6%), sedangkan persentase terendah adalah Satpam/Pensiunan/Sopir/Pendeta sebanyak 3 orang (1,8%) . Grafik karakteristik pekerjaan orang tua ibu dapat dilihat pada tabel dibawah ini.



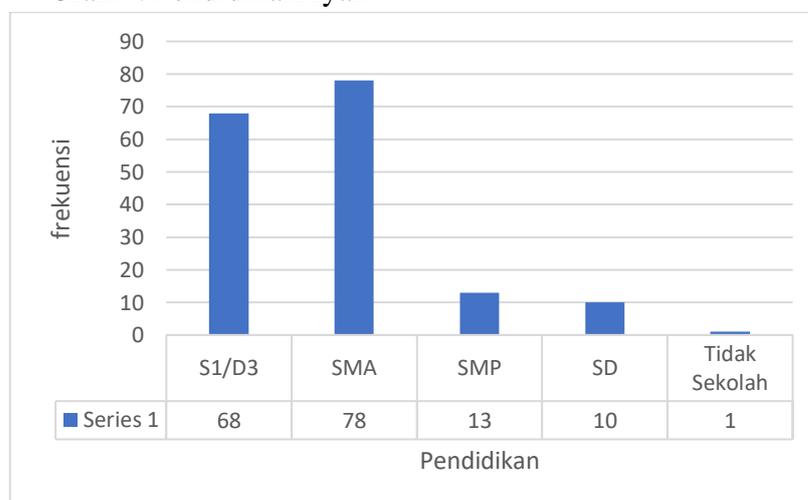
Grafik3. PekerjaanIbu

b. Karakteristik Pendidikan Terakhir Orang Tua

Berdasarkan grafik 4 terlihat bahwa dari 170 responden ayah, persentase tertinggi tamat SMA sebanyak 81 ayah (47,6%), sedangkan persentase terendah SLTP sebanyak 9 orang (5,3%). Gambaran karakteristik pendidikan terkini orang tua ayah dapat dilihat pada tabel di bawah ini.



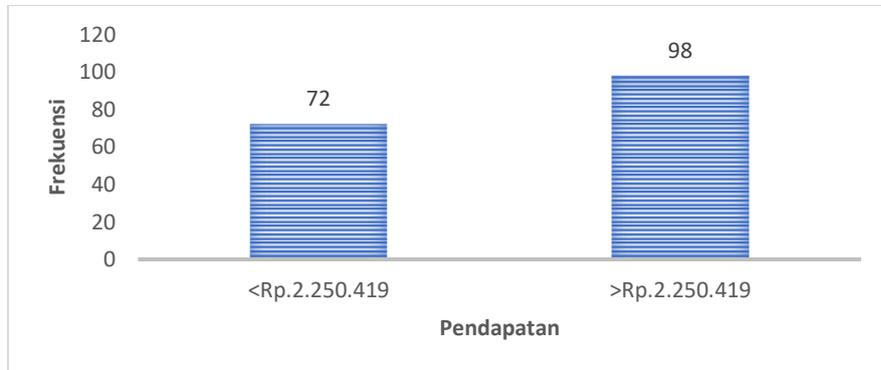
Graik4. PendidikanAyah



Grafik5. PendidikanIbu

c. Karakteristik Pendapatan Orang Tua

Berdasarkan grafik 6 terlihat bahwa dari 170 orang responden pendapatan orang tua persentase pendapatan dibawahnya >Rp2.250.419 sebanyak 98 orang (57.6%), sedangkan persentase <Rp2.250.419 sebanyak 72 orang (42.4%) . Gambaran karakteristik pendapatan orang tua dapat dilihat pada tabel di bawah ini.



Grafik6.PendapatanOrangtua

2. Status Gizi

Berdasarkan grafik7. Diketahui bahwa dari 170 orang responden di dapatkan siswi yang memiliki kategori status gizi kurang 22 orang (12,9%), status gizi baik 140 orang (82,4%), status gizi lebih 5 orang (2,9%) dan status gizi obesitas 3 orang (1,8%).



Grafik7. StatusGizi

3. Pengetahuan Gizi

Berdasarkan Tabel 12 diketahui bahwa dari 170 orang responden di dapatkan siswi yang memiliki kategori pengetahuan gizi baik 80 orang (47,1%), cukup 58 orang (34,1%) dan kurang 32 orang (18,8%).

Tabel.12 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi

No	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase %
1.	Baik	80	47,1
2.	Cukup	58	34,1
3.	Kurang	32	18,8
Total		170	100

Sumber : Data Primer 2024

4. Asupan Zat Gizi

a. Asupan Protein

Berdasarkan Tabel 13 diketahui bahwa dari 170 responden, terdapat 103 siswa (60,6%) yang asupan proteinnya kurang, 48 siswa (28,2%) yang asupan proteinnya cukup, dan 19 siswa (11,2%) yang asupan proteinnya lebih dari cukup.

Tabel.13 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Protein

No	Protein	Frekuensi (n)	Persentase %
1.	Kurang	103	60,6
2.	Cukup	48	28,2
3.	Lebih	19	11,2
Total		170	100

Sumber : Data Primer 2024

b. Asupan Lemak

Berdasarkan Tabel 14 diketahui bahwa dari 170 responden, terdapat 134 siswa (78,8%) yang asupan lemaknya kurang, 26 siswa (15,3%) yang asupan lemaknya cukup, dan 10 siswa (5,9%) yang asupan lemaknya lebih dari cukup.

Tabel.14 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Lemak

No	Lemak	Frekuensi (n)	Persentase %
1.	Kurang	134	78,8
2.	Cukup	26	15,3
3.	Lebih	10	5,9
Total		170	100

Sumber : Data Primer 2024

c. Asupan Karbohidrat

Berdasarkan Tabel 15 diketahui bahwa dari 170 responden, terdapat 120 siswa (69,4%) yang asupan karbohidratnya kurang, 55 siswa (32,4%) yang asupan karbohidratnya cukup, dan 14 siswa (8,2%) yang asupan karbohidratnya lebih dari cukup.

Tabel.15 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Karbohidrat

No	Karbohidrat	Frekuensi (n)	Persentase %
1.	Kurang	101	69,4
2.	Cukup	55	32,4
3.	Lebih	14	8,2
Total		170	100

Sumber : Data Primer 2024

d. Asupan Zat Besi

Berdasarkan Tabel 16 diketahui bahwa dari 170 responden, terdapat 160 siswa (94,1%) yang asupan proteinnya kurang, 7 siswa (4,1%) yang asupan proteinnya cukup, dan 3 siswa (1,8%) yang asupan proteinnya lebih dari cukup.

Tabel.16 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Zat Besi

No	Besi	Frekuensi (n)	Persentase %
1.	Kurang	160	94,1
2.	Cukup	7	4,1
3.	Lebih	3	1,8
Total		170	100

Sumber : Data Primer 2024

5. Analisis terhadap temuan penelitian

a. Hubungan Status Gizi dengan Pengetahuan

Berdasarkan Tabel 17 Uji chi-square menghasilkan nilai (p value 0,100) pada hasil pengujian. Berdasarkan temuan tersebut maka H0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan pengetahuan.

Tabel.17 Distribusi Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi

Pengetahuan Gizi	StatusGizi								Total	P Value	
	GiziKurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas				
	n	%	n	%	n	%	n	%			
Baik	7	4,1	67	39,4	5	2,9	1	0,6	80	47,1	0,100
Cukup	12	7,1	45	26,5	0	0	1	0,6	58	34,1	
Kurang	3	1,8	28	16,5	0	0	1	0,6	32	18,8	
Total	22	12,9	140	82,4	5	2,9	3	1,8	170	100	

A. Hubungan Status Gizi dengan Asupan Gizi Karbohidrat

Berdasarkan tabel 18, hasil uji chi-square menghasilkan nilai (p value 0,489). Hasil ini menyatakan bahwa H0 diakui, dan ini berarti tidak ada hubungan penting antara konsumsi suplemen gula dan status kesehatan.

Tabel.18 Distribusi Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi

Karbohidrat	StatusGizi								Total	P Value	
	GiziKurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas				
	n	%	n	%	N	%	n	%			
Kurang	15	8,8	80	47,1	5	2,9	1	0,6	101	59,4	0,489
Baik	6	3,5	47	27,6	0	0	2	1,2	55	32,4	
Lebih	1	0,6	13	7,6	0	2,9	0	0	14	8,2	
Total	22	12,9	140	82,4	5	2,5	3	1,8	170	100	

a. Hubungan Asupan Zat Gizi Protein Dengan Status Gizi

Berdasarkan tabel 19. Hasil pengujian dengan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai (p value 0,501). Hasil tersebut menyatakan H0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan zat gizi protein dengan status gizi.

Tabel.19 Distribusi Hubungan Asupan Zat Gizi Protein Dengan Status Gizi

Protein	StatusGizi								Total	P Value
	GiziKurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas			
	N	%	n	%	N	%	n	%		
Kurang	13	7,6	85	50	2	1,2	3	1,8	103	60,6
Baik	8	4,7	37	21,8	3	1,8	0	0	48	28,2
Lebih	1	0,6	18	19,6	0	0	0	0	19	11,2
Total	22	12,9	140	82,4	5	2,9	3	1,8	170	100

0,501

b. Hubungan Status Gizi dengan Asupan Gizi Lemak menggunakan tabel 20. Hasil uji chi-square menghasilkan nilai (p value 0,699). Berdasarkan temuan tersebut maka H0 dapat diterima, hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan asupan zat gizi lemak.

Tabel.20 Distribusi Hubungan Asupan Zat Gizi Lemak Dengan Status Gizi

Lemak	StatusGizi								Total	P Value
	GiziKurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas			
	N	%	n	%	N	%	n	%		
Kurang	17	10	111	65,3	3	1,8	3	1,8	134	78,8
Baik	4	2,4	20	11,8	2	1,2	0	0	26	15,3
Lebih	1	0,6	9	5,3	0	0	0	0	10	5,9
Total	22	12,9	140	82,4	5	2,9	3	1,8	170	100

0,699

b. Hubungan Asupan Zat Gizi Besi Dengan Status Gizi

Berdasarkan tabel 21. Hasil pengujian dengan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai (p value 0,841). Hasil tersebut menyatakan H0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan bermakna antara asupan zat besi dengan status gizi.

Tabel.21 Distribusi Hubungan Asupan Zat Gizi Besi Dengan Status Gizi

Besi	Status Gizi								Total	P Value
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas			
	N	%	n	%	N	%	n	%		
Kurang	22	12,9	130	76,5	5	2,9	3	1,8	160	94,1
Baik	0	0	7	4,1	0	0	0	0	7	4,1
Lebih	0	0	3	1,8	0	0	0	0	3	1,8
Total	22	12,9	140	82,4	5	2,9	3	1,8	170	100

0,841

A. PEMBAHASAN

1. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi siswi SMA dan pengetahuan gizi tidak berkorelasi signifikan ($p\text{-value} = 0,100$). Hal ini dikarenakan masih sedikitnya responden yang memiliki informasi kurang (18,8%) dan responden yang kurang informasi mempunyai status gizi baik (16,5%). Wawancara mengungkapkan bahwa sekolah telah memberikan informasi tentang pengetahuan gizi umum, namun siswi tersebut tidak memahami atau mempraktikkan informasi tersebut.

Temuan penelitian ini sejalan dengan pernyataan Rochmah (2016) yang menyatakan bahwa pengetahuan gizi tidak berkorelasi signifikan dengan status gizi. Hal ini disebabkan pengetahuan gizi bukan merupakan faktor yang mempengaruhi status gizi secara langsung. Sebaliknya pengetahuan gizi dapat dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran dan rasa ingin tahu serta perbedaan tingkat pemahaman terhadap informasi gizi.

tentang rezeki. Perilaku konsumsi yang buruk bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang gizi; Meskipun pengetahuan siswa sedikit, mereka tetap dapat mempertahankan status gizi normal melalui konsumsi yang baik. Dari segi kesadaran dan pengetahuan gizi, kurangnya pendidikan atau sosialisasi gizi dapat mengakibatkan rendahnya pengetahuan responden. Sikap dan perilaku seseorang terhadap pemilihan makanan dipengaruhi oleh pengetahuan gizinya yang pada akhirnya mempengaruhi status gizinya. Keadaan gizi seseorang akan membaik seiring dengan meningkatnya pengetahuan gizi. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada penelitian Rahmawati dkk. (2023).

Hal ini disebabkan karena responden hanya belajar gizi dari topik tertentu dan tidak memberikan makanan yang cukup. Pertimbangan ketika pendidik memahami materi yang diperkenalkan, selain itu tidak ada penyuluhan dari pekerja kesejahteraan dalam hal informasi pola makan dan memilih informasi yang aman dan sehat, sehingga dilakukan pengarahannya hanya diberikan dalam mata pelajaran topikal. baru saja dilakukan sehubungan dengan perilaku cara hidup. sempurna dan padat, misalnya kebiasaan mencuci tangan saat makan serta strategi menjaga kebersihan individu dan iklim secara umum. Siswa tidak peduli dengan apa yang mereka makan di sekolah karena mereka tidak cukup mengetahui tentang gizi, tidak mengetahui cara makan yang baik, dan tidak mengetahui pengaruh berbagai jenis makanan terhadap gizi mereka.

Konsekuensi penelitian ini tidak sesuai dengan Namira, dkk. (2023). Namira dkk. (2023) menemukan adanya hubungan antara status gizi dengan pengetahuan gizi. Hal ini disebabkan karena responden pada umumnya mempunyai pengetahuan gizi cukup dan status gizi normal. Pengetahuan gizi juga akan meningkat seiring dengan membaiknya status gizi. Berdasarkan pola hubungan status gizi dengan pengetahuan, seseorang akan lebih besar kemungkinannya mengalami masalah gizi bila pengetahuannya mengenai gizi kurang.

2. Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat korelasi antara status gizi siswa SMAN 5 Kota Kupang dengan asupan karbohidrat yang ditemukan kurang (47,1%) dibandingkan cukup (27,6%) pada 170 responden. Dengan nilai p value sebesar 0,489 ($p > 0,05$) dari uji statistik yang dilakukan dengan uji chi-square dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada hubungan antara jumlah karbohidrat yang dikonsumsi dengan status gizi seseorang. Sebab, hasil recall menunjukkan bahwa responden melakukan hal tersebut—bukan melakukan hal tersebut. Nasi, ubi jalar, kentang, dan jagung merupakan sumber karbohidrat yang baik. Makanlah secukupnya.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati (2017) yang tidak menemukan hubungan antara status gizi dengan asupan karbohidrat ($P=0,634$). Sebab, seperti halnya asupan energi, status gizi merupakan cerminan total asupan energi, protein, dan karbohidrat dari sumber makanan. Tentu saja, ada kelebihan dan kekurangan pada profil nutrisi setiap makanan. Ada makanan yang tinggi karbohidrat namun rendah vitamin dan mineral, sehingga jika asupan makanan sehari-hari tidak cukup bervariasi maka akan terjadi ketidakseimbangan antara

masuk dan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk hidup dan bekerja. Dengan kata lain, untuk mendapatkan jumlah nutrisi yang sehat, Anda tidak bisa hanya mengonsumsi satu jenis makanan saja. Sebaliknya, Anda perlu mengonsumsi makanan yang bervariasi. Siswa kesulitan menjaga pola makan yang sehat karena terlalu sibuk dengan berbagai tugas dan aktivitas. Padahal, masyarakat akan lebih perhatian dan mudah belajar jika kebutuhan gizinya terpenuhi. Dari segi jenis makanan yang dikonsumsi, hal ini menunjukkan bahwa siswa harus memperhatikan asupan makanannya.

Temuan penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Dezi Ilham dkk. Berdasarkan temuan penelitian, proporsi penduduk berstatus gizi normal yang mengonsumsi karbohidrat dalam jumlah tidak mencukupi lebih tinggi yaitu sebesar 53,3% dibandingkan dengan proporsi penduduk berstatus gizi normal yang mengonsumsi karbohidrat dalam jumlah cukup, yaitu sebesar 6,7%. Dengan menggunakan uji Chi Square, uji statistik, ditentukan nilai p sebesar 0,002 ($p < 0,05$). Tampaknya ada hubungan penting antara konsumsi pati dan status sehat. Savitri (2015), yang menemukan hubungan signifikan antara asupan karbohidrat dan status gizi, sependapat dengan pernyataan tersebut. Oleh karena itu, disarankan untuk mengonsumsi makanan yang bervariasi untuk mendapatkan semua nutrisi yang Anda butuhkan.

3. Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi.

Berdasarkan temuan penelitian, siswa SMAN 5 Kota Kupang memiliki asupan protein yang lebih rendah (50%) dibandingkan asupan lemak yang cukup (19,6%) di antara 170 orang yang mengikuti penelitian. Hasil uji terukur dengan menggunakan chi-square memperoleh p value sebesar 0,501 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi protein dengan status gizi, karena dari hasil kajian tersebut terwujud bahwa responden tidak mengkonsumsinya. Dia. Sumber protein yang cukup seperti daging, ikan, telur, susu, tahu, tempe.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati (2017) yang tidak menemukan adanya hubungan bermakna ($P=0,162$) antara asupan protein dengan status gizi. Protein merupakan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan pembentukan jaringan tubuh pada anak dan remaja. Selain itu, protein juga berperan sebagai penetrasi dalam tubuh yang melindungi tubuh dari penyakit dan sebagai pembawa zat-zat pembawa nutrisi. Konsekuensi dari penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Zildanti (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara

konsumsi protein dengan status sehat. Asam amino, yang terdiri dari karbon, oksigen, hidrogen, dan nitrogen, dapat ditemukan dalam protein. Menurut Zildanti (2016), tubuh menggunakan protein untuk membangun, tumbuh, memelihara jaringan, melindungi diri, dan mengontrol metabolisme.

4. Hubungan Asupan Lemak Dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa dari 170 responden terdapat hubungan antara konsumsi daging kambing dengan status gizi pada siswa SMAN 5 Kota Kupang yang asupan lemaknya kurang (65,3%) dibandingkan dengan asupan cukup (11,8%). . . Karena hasil recall menunjukkan bahwa responden lebih sedikit mengonsumsi sumber lemak seperti daging berlemak, mentega, es krim, gorengan, telur, dan keju, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara asupan lemak dan status gizi berdasarkan pada uji chi-square diperoleh nilai p sebesar 0,699 ($p > 0,05$). Penelitian Maria Nova dkk sejalan dengan penelitian ini.

Hasil analisis bivariat yang dilakukan dengan uji Chi-Square menunjukkan bahwa status gizi siswa MT ANNUR Kota Padang tidak dipengaruhi oleh asupan lemak, dengan nilai p value sebesar 0,075 yang menunjukkan tingkat signifikansi lebih besar atau sama dengan 0,05. Makanan yang berasal dari hewan mengandung lemak. Lemak berfungsi sebagai sumber energi dan juga senantiasa menjaga tingkat panas dalam tubuh. Setelah makanan yang mengandung lemak dipecah oleh sistem pencernaan, tubuh menyerap lemak tersebut, membakarnya untuk energi, dan menyimpan sisanya sebagai lemak tubuh. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pola makan sehat adalah mengonsumsi cukup lemak. Memberi anak makanan yang bervariasi setiap hari dapat membantunya mendapatkan cukup lemak. Selain itu,

penelitian ini sejalan dengan temuan Zogara 2024 et al., yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan status gizi. Sebab, dari hasil kajian diketahui bahwa sumber lemak bagi sebagian besar responden tidak hanya sekedar minyak goreng dan minyak goreng saja. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi karena beberapa alasan, antara lain karena hanya sebagian kecil responden yang mengonsumsi sumber lemak dari makanan lain seperti susu, santan, dan daging. Temuan penelitian ini bertentangan dengan temuan Ernawati dkk. (2019) yang menyatakan terdapat hubungan antara asupan lemak dengan status gizi. Nilai p

antara variabel asupan lemak dengan status gizi responden ditemukan kurang dari 0,05 dalam uji statistik dengan tingkat signifikansi (0,05) atau tingkat kepercayaan 95%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara rata-rata konsumsi lemak dengan status gizi responden, namun korelasinya adalah lemah ($p = 0,046$).

5. Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Status Gizi

Berdasarkan temuan penelitian, siswa SMAN 5 Kota Kupang memiliki asupan zat besi yang kurang (4,1%) dibandingkan dengan asupan zat besi yang cukup (76,5%) pada 170 responden. Dengan nilai p value sebesar 0,841 ($p > 0,05$) dari uji statistik yang dilakukan dengan uji Fisher Exact dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara asupan lemak dengan status gizi. Hal ini dikarenakan hasil recall menunjukkan bahwa responden kurang mengonsumsi makanan kaya zat besi seperti bayam, kacang merah, brokoli, daging, dan ikan. Penelitian ini sejalan dengan temuan penelitian Nuryani (2016) yang tidak menemukan hubungan antara status gizi dengan asupan zat besi. Dengan menggunakan uji Chi-Square diperoleh nilai P sebesar 0,327 ($P > 0,05$) dari analisis silang variabel asupan zat besi dan status gizi di Puskesmas Jatiluhur. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan zat besi dengan status gizi. variabel asupan dan status gizi di Puskesmas. memanfaatkan uji Chi-Square, konsumsi zat besi dan status gizi Jatiluhur. Ini mungkin karena Anda masih belum mendapatkan cukup nutrisi lain. Perubahan sejumlah komponen sistem imun yang terjadi ketika terjadi defisiensi besi merupakan bukti bahwa defisiensi besi berhubungan dengan menurunnya fungsi imun. Berbeda dengan penelitian Lestari (2022) yang menggunakan uji Pearson dan uji rho Spearman untuk mengetahui hubungan $p=0,018$ antara status gizi dengan kadar zat besi. Hanya jajanan dan makanan instan saja yang dikonsumsi siswi. Hal inilah yang menyebabkan siswi hanya mengonsumsi sedikit makanan.