

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SDI Multi Story Kelapa Lima I Kota Kupang terletak di Jl. Kelapa Lima, Kec, dan Provinsi Perintis Kemerdekaan Ketiga, Kelapa Lima, Kota Kupang Nusa Tenggara Timur, Indonesia. Dengan SK pendirian tanggal 12-02-1986 dan surat izin operasional tanggal 07-01-1987, sekolah tersebut menjadi milik Pemerintah Daerah. Jumlah siswa yang memiliki gedung SDI 1 Lantai Kelapa Lima sebanyak 312 siswa, dengan rincian 163 siswa laki-laki dan 149 siswa perempuan.

a. Jumlah fasilitas yang terdapat di SDI Bertingkat Kelapa Lima I

Tabel 4. Fasilitas SDI Bertingkat Kelapa Lima 1

No	Fasilitas	Jumlah
1.	Ruang kelas	10
2.	Perpustakaan	1
3.	Ruang guru	1
4.	Ruang Kepala Sekolah	1
	Total	13

Sumber: Data Sekunder 2024

2. Karakteristik Responden

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Berdasarkan Tabel 5. Menunjukkan bahwa dari 120 orang responden dengan kategori umur 6-9 tahun sebanyak 73 orang (60,8%) dan kategori umur 10-12 tahun sebanyak 47 orang (39,2%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa Lima 1

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
6-9 tahun	73	60,8%
10-12 tahun	47	39,2%
Total	120	100%

Sumber: Data Primer 2024

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis kelamin

Berdasarkan Tabel 6. Menunjukkan bahwa dari 120 orang responden dengan kategori jenis kelamin laki-laki sebanyak 62 orang (51%) dan perempuan sebanyak 58 orang (48,3%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa Lima 1

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	62	51%
Perempuan	47	48,3%
Total	120	100%

Sumber: Data Primer 2024

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan

Berdasarkan Tabel 9. Menunjukkan bahwa dari 120 orang responden dengan kategori kurang baik sebanyak 54 orang (45,0%) dan baik sebanyak 66 orang (55,0%).

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kebiasaan Sarapan Pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa Lima 1

Kategori	Frekuensi(n)	Persentase(%)
Kurang baik	54	45,0%
Baik	66	55,0%
Total	120	100%

Sumber: Data Primer 2024

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Jajan

Berdasarkan Tabel 9. Menunjukkan bahwa dari 120 orang responden dengan kategori baik sebanyak 27 orang(22,5%), cukup sebanyak 74 orang(61,7%), dan kurang sebanyak 19 orang (15,8%).

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kebiasaan Jajan Pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa Lima 1

Kategori	Frekuensi(n)	Persentase(%)
Baik	27	22,5%

Cukup	74	61,7%
Kurang	19	15,8%
Total	120	100%

Sumber: Data Primer 2024

e. Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi

Berdasarkan Tabel 8. Menunjukkan bahwa dari 120 orang responden dengan kategori Gizi kurang 46 orang (25%), Gizi baik 68 orang (56,7%), Gizi lebih 6 orang (5,0%).

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi Pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa Lima 1

Kategori	Frekuensi(n)	Persentase(%)
Gizi kurang	46	25%
Gizi baik	68	56,7%
Gizi lebih	6	5,0%
Total	120	100%

Sumber: Data Primer 2024

i. Analisis Hasil Penelitian

a. Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi

Berdasarkan tabel 10. Hasil uji, menggunakan uji Chi-square diperoleh nilai (p value 0,629). Hasil tersebut menyatakan bahwa H0 diterima yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan terhadap Kebiasaan Sarapan dengan status gizi

Tabel 10. Distribusi Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa Lima 1

Kebiasaan sarapan	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Total		P Value
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Baik	23	19,1	28	23,3	3	2,5	54	45	0,629
Kurang baik	23	19,1	40	33,3	3	2,5	66	55	
Total	46	38,3	68	56,6	6	5	120	100	

b. Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada anak sekolah di SDI

Bertingkat kelapa Lima 1

Berdasarkan tabel 11. Hasil uji, menggunakan uji Chi- square diperoleh nilai (p value 0,225). Hasil tersebut menyatakan bahwa H0 diterima yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan terhadap kebiasaan jajan dengan status gizi.

Tabel 11. Distribusi Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa Lima 1

Kebiasaan sarapan	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Total		P Value
	n	%	n	%	n	%	n	%	
	Baik	9	7,5	16	13,3	2	1,6	27	
Cukup	28	23,3	42	35	4	3,3	74	61,6	
Kurang	9	7,5	10	8,3	0	0	19	15,8	
Total	46	38,3	68	56,6	6	5	120	100	

B. PEMBAHASAN

1. Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi siswa (p-value=1,000). Hal ini dikarenakan sebagian besar responden memiliki kebiasaan sarapan yang baik (45%) dan responden yang memiliki kebiasaan sarapan yang buruk sebanyak (55%). Hal ini dikarenakan masih banyak siswa SDI Tingkat Kelapa Lima 1 yang jarang sarapan di rumah karena kebiasaan bangun pagi sehingga tidak sempat sarapan.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan (Dwi dkk, 2022) menunjukkan bahwa 66 (55%) responden tidak biasa sarapan, 54 (45%) responden biasa sarapan. Begitu pula dengan hasil penelitian (Mustikowati dkk, 2022) menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki kebiasaan sarapan yang baik, yaitu 29 responden (64,4%) dan 16 responden (35,6%) yang tidak memiliki kebiasaan sarapan.

Konsekuensinya dari penjelajah iniion tersebut

Sesuai dengan penelitian yang dipimpin oleh (Wardhana, 2019). Hasil eksplorasi menunjukkan sebagian besar 52,8% responden tidak sarapan pagi. Hasil serupa (Al-Faida, 2021) menunjukkan bahwa 20 (55,6%) responden tidak pernah sarapan dan 16 (44,4%) responden sering sarapan. Manfaat utama sarapan bagi tubuh adalah dapat membantu menjaga kadar glukosa darah. Kadar glukosa darah yang merupakan sumber

energi dalam tubuh menurun pada pagi hari karena lamanya waktu antara makan malam dan pagi hari, kurang lebih 10 jam. Oleh karena itu, melewatkan sarapan pagi akan membuat tubuh membutuhkan glukosa sehingga seluruh aktivitas penting seperti kemampuan berpikir dan fokus dapat terganggu (Al-Faida, 2021).

2. Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan jajan dengan status gizi siswa sekolah dasar (p -value = 0,629). Hal ini dikarenakan sebagian besar responden memiliki kebiasaan jajanan yang baik (22,5%), cukup (61,6%), dan buruk (15,8%). Hal ini dikarenakan siswa tidak hanya mengonsumsi jajanan yang merupakan sumber energi tetapi juga mengonsumsi makanan di rumah dan siswa sekolah dasar mempunyai aktivitas yang cukup menguras energi sehingga diperlukan makanan untuk menggantikan energi yang hilang akibat mengonsumsi jajanan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Noviani, dkk (2016), dan Mahesty, dkk. (2017). Pada penelitian Noviani, dkk (2016) kebiasaan jajanan tidak berhubungan dengan status gizi karena penelitian hanya melihat frekuensi jajanan tanpa memperhatikan kualitas dan kuantitas jajanan. Dalam penelitian Mahesty, dkk. (2017) kebiasaan ngemil tidak berhubungan dengan status gizi. Hal ini disebabkan oleh asupan makanan secara keseluruhan, baik makanan utama maupun jajanan bukan satu-satunya sumber yang membentuk status gizi seseorang. Selain itu siswa sekolah juga mempunyai aktivitas bermain yang banyak menguras energi, sehingga terjadi ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan energi yang keluar.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Fattimah, dkk. (2020) dan Hutabarat dkk. (2022). Dalam penelitian Fattimah, dkk (2020), kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa sekolah dasar. Pasalnya, menurut asumsi peneliti, mengonsumsi camilan sedikit atau banyak ternyata bisa mengurangi rasa lapar. Pemenuhan kebutuhan psikologis akan dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah jajanan untuk memenuhi kebutuhan psikologis siswa. Dari segi gizi ternyata jajanan memberikan kontribusi terhadap asupan energi siswa sekolah sebesar 36%, protein dan zat besi 52%, namun keamanan jajanan tersebut baik dari segi mikrobiologi dan kimia masih diragukan.

Dalam penelitian Hutabarat dkk. (2022) kebiasaan jajan mempunyai hubungan dengan status gizi siswa sekolah dasar. Hal ini disebabkan karena tidak sempat sarapan

di rumah, tidak berselera makan sehingga memilih jajan dibandingkan makan di rumah, mengikuti teman dan mendapatkan uang jajan yang cukup banyak. Kebiasaan mengkonsumsi jajanan berdampak pada status gizi siswa sekolah dasar. Jajanan yang dijual baik di lingkungan sekolah maupun di luar umumnya mengandung banyak energi, lemak jenuh, gula dan garam namun cenderung sedikit mengandung sayur, buah dan sereal. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa kebiasaan ngemil dapat meningkatkan asupan energi hingga asupan energi menjadi berlebihan dibandingkan dengan pengeluaran energi (energy Expenditure) dan kebiasaan ngemil dapat meningkatkan total energi yang berasal dari asupan lemak. , sehingga memicu penambahan berat badan jika tidak tepat. energi yang keluar (Noviani, dkk., 2016).

