

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Letak geografis SDN Oesapa Kecil 2 Kota Kupang terletak di Jl. Samratulangi, Oesapa Bar., Kec. Klp. Lima, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28-29 Mei, Form Recall pada siswa SDN Oesapa Kecil 2 Kota Kupang diisi sendiri oleh responden. Sample yang diambil sebanyak 58 orang kriteria pada siswa. SDN Oesapa Kecil 2 terletak di Kota Kupang. Luas wilayah : 278,401 m²

B. Karakteristik Responden

a. Jenis Kelamin

Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	36	37,9
Perempuan	22	62,1
Total	58	100

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel tersebut 3, menunjukkan kategori laki-laki berjumlah 36 orang (37,9%) dan perempuan 22 orang (62,1%).

b. Umur

Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
10-12	57	98,3
13-14	1	1,7
Total	58	100

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel tersebut 4.2, menunjukkan kategori umur 10-12 tahun berjumlah 57 orang (98,3%) dan kategori umur 13-14 tahun 1 orang (1,7%).

c. Status Gizi

Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Gizi buruk	9	15,5
Gizi kurang	14	24,1
Gizi baik	32	55,2
Gizi lebih	1	1,7
Obesitas	2	3,4
Total	58	100

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel tersebut 4.3, menunjukkan masih ada siswa dengan kategori status kelompok dengan gizi buruk terdiri dari 9 orang (15,5%), status gizi kurang mencapai 14 orang (24,1%), serta status gizi lebih tercatat sebanyak 1 orang (1,7%), status gizi obesitas tercatat sebanyak 2 orang (3,4%).

d. Asupan Karbohidrat

Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Asupan Protein

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	55	94,8
Cukup	2	3,4
Lebih	1	1,7
Total	58	100

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel tersebut 4.4, menunjukkan asupan karbohidrat dengan kategori kurang berjumlah 55 orang (94,8%).

e. Asupan Protein

Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Asupan Protein

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	52	89,7
Cukup	1	1,7
Lebih	5	8,6
Total	58	100

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel tersebut 4.5, menunjukkan asupan protein dengan kategori kurang berjumlah 52 orang (89,7%) serta kategori lebih 5 orang (8,6%).

f. Asupan Lemak

Tabel 9 Karakteristik Responden Berdasarkan Asupan Lemak

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	52	89,7
Cukup	1	1,7
Lebih	5	8,6
Total	58	100

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel tersebut 1 4.6, menunjukkan asupan lemak Terdapat 52 individu (89,7%) dalam kategori kurang, sementara kategori lebih terdiri dari 5 orang (8,6%).

g. Kebiasaan Jajan

Tabel 10 Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Jajan

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jarang	22	37,9
Sering	36	62,1
Total	58	100

Sumber : Data primer 2025

Dari tabel tersebut 4.7, menunjukkan kebiasaan jajan dalam kategori jarang, terdapat 22 responden (37,9%), sementara kategori sering berjumlah 36 responden (62,1%).

C. Hasil Analisis

a. Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi

Tabel 11 Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi

Asupan karbohidrat	Status gizi						Total	P Value
		Buruk	Kurang	Baik	Lebih	Obesitas		
Kurang	N	9	14	29	1	2	55	0.958
	%	15,5	24,1	50	1,7	3,4	94,8	
Lebih	N	0	0	1	0	0	1	1,7
	%	0	0	1,7	0	0	1,7	
Cukup	N	0	0	2	0	0	2	3,4
	%	0	0	3,4	0	0	3,4	
Total	N	9	14	32	1	2	58	
	%	15,5	24,1	55,2	1,7	3,4	100	

Sumber : Data primer 2025

Merujuk pada Tabel 4.8, nilai p-value dari uji chi-square mengonfirmasi penerimaan hipotesis nol (H_0), yang menandakan bahwa tidak terdapat korelasi bermakna antara asupan karbohidrat dan status gizi.

b. Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi

Tabel 12 Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi

Asupan protein	Status gizi						Total	P Value
		Buruk	Kurang	Baik	Lebih	Obesitas		
Kurang	N	8	13	27	1	2	51	0.932
	%	15,7	25,5	52,9	2	3,9	100	
Lebih	N	0	0	3	0	0	3	100
	%	0	0	100	0	0	100	
Cukup	N	1	1	2	0	0	4	100
	%	25	25	50	0	0	100	
Total	N	9	14	32	1	2	58	
	%	15,5	24,1	55,2	1,7	3,4	100	

Sumber : Data primer 2025

Merujuk pada Tabel 4.9, nilai p-value dari hasil uji chi-square menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) diterima, yang mengindikasikan tidak adanya keterkaitan signifikan antara konsumsi protein dan status gizi.

c. Hubungan Asupan Lemak Dengan Status Gizi

Tabel 13 Hubungan Asupan Lemak Dengan Status Gizi

Asupan lemak	Status gizi						Total	P Value
		Buruk	Kurang	Baik	Lebih	Obesitas		
Kurang	N	8	13	28	1	2	52	0.996
	%	15,4	25	53,8	1,9	3,8	100	
Lebih	N	0	0	1	0	0	1	
	%	0	0	100	0	0	100	
Cukup	N	1	1	3	0	0	5	
	%	20	20	60	0	0	100	
Total	N	9	14	32	1	2	58	
	%	15,5	24,1	55,2	1,7	3,4	100	

Sumber : Data primer 2025

Merujuk pada Tabel 4.10, nilai p-value yang diperoleh melalui uji chi-square mengonfirmasi penerimaan hipotesis nol (H_0), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara asupan lemak dan status gizi.

d. Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi

Tabel 14 Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi

			Kebiasaan jajan		Total	P Value
			Jarang	Sering		
Status gizi	Buruk	N	3	6	9	0.507
		%	33,3	66,7	100	
	Kurang	N	7	7	14	
		%	50	50	100	
	Baik	N	10	22	32	
		%	31,2	68,8	100	
	Lebih	N	1	0	1	

	%	100	0	100
Obesitas	N	1	1	2
	%	50	50	100
Total	N	22	36	58
	%	37,9	62,1	100

Sumber : Data primer 2025

Merujuk pada tabel, nilai p-value dari uji chi-square mengonfirmasi penerimaan hipotesis nol (H_0), yang menyiratkan tidak adanya korelasi signifikan antara kebiasaan jajan dan status gizi.

D. Pembahasan

a. Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi

Analisis uji chi-square pada penelitian ini mengindikasikan tidak adanya hubungan signifikan antara konsumsi karbohidrat dengan status gizi menurut indikator IMT/U, yang dibuktikan oleh nilai p-value sebesar 0,958 ($>0,05$). Hal ini kemungkinan karena oleh nilai mean asupan karbohidrat responden yang tergolong kurang, namun mayoritas tetap memiliki status gizi yang baik. Berdasarkan data food recall selama 1x24 jam, ditemukan bahwa siswa menunjukkan asupan makanan sumber karbohidrat, seperti umbi-umbian, sereal, dan jagung, yang tergolong rendah, dan kentang, serta hanya sedikit mengonsumsi makanan pokok. Beberapa faktor yang mungkin memengaruhi tidak ditemukannya Korelasi signifikan antara tingkat konsumsi karbohidrat dan status gizi meliputi keterbatasan daya ingat responden dan ketidaktepatan dalam memperkirakan jumlah makanan yang dikonsumsi. Selain itu, kebiasaan tidak sarapan karena bangun terlambat dan langsung beraktivitas juga membuat siswa lebih sering membeli makanan ringan di lingkungan sekolah. Berdasarkan data dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2014), status gizi seseorang mencerminkan pola konsumsi dalam jangka panjang, sehingga status gizi pada satu waktu tertentu pengaruhnya tidak hanya berasal dari asupan zat gizi saat ini, tetapi juga dari kebiasaan makan di masa sebelumnya.

Asupan karbohidrat siswa di SDN Oesapa Kecil 2 Kota Kupang Data diperoleh dari proses wawancara memakai formulir food recall hanya 1 x 24 jam karna keterbatasan waktu yang diberikan. Berdasarkan hasil wawancara,

diketahui bahwa 55 siswa memiliki asupan karbohidrat yang rendah, yaitu kurang dari 80% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG). Hal ini mengindikasikan bahwa konsumsi makanan sumber karbohidrat saat waktu makan masih kurang mencukupi. Asupan karbohidrat berdasarkan AKG untuk umur 4-6 tahun adalah 220 gr, umur 7-9 tahun adalah 250 gr dan 10-12 tahun adalah untuk laki-laki 350 gr dan perempuan 280 gr, sedangkan umur 13-15 tahun asupan karbohidrat untuk anak laki-laki dan perempuan berbeda, asupan karbohidrat anak laki-laki 350 gr dan asupan karbohidrat anak perempuan 300 gr.

Hasil ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Eliza dkk. (2023) dan Damayanti dkk. (2020). Dalam studi Eliza dkk. (2023), uji chi-square menunjukkan nilai p sebesar 1,000 (lebih besar dari 0,05), yang mengindikasikan penolakan terhadap hipotesis alternatif (H_a). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa asupan karbohidrat tidak memiliki hubungan signifikan dengan status gizi siswa sekolah dasar berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U). Dari penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki asupan karbohidrat yang rendah. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh rendahnya konsumsi makanan sumber karbohidrat yang tercatat dalam recall makanan 1 x 24 jam. Karbohidrat sebagai salah satu makronutrien umumnya lebih sering dikonsumsi karena berfungsi sebagai sumber energi utama. Jika dibandingkan dengan makronutrien lainnya, karbohidrat juga tergolong lebih terjangkau secara ekonomi. Pada penelitian (Damayanti dkk., 2020), Nilai p sebesar 0,741 hasil uji statistik menegaskan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan karbohidrat dan status gizi. Kondisi ini dipengaruhi oleh mayoritas responden, sebanyak 65 orang (75,6%), yang mengalami kekurangan asupan karbohidrat akibat terbatasnya ragam konsumsi sumber karbohidrat dalam pola makan mereka, tercermin dari frekuensi konsumsi makanan berbahan dasar nasi dan frekuensi makan lebih dari satu kali per hari”.

b. Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi

Analisis chi-square memperlihatkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara asupan protein dan status gizi menurut indikator IMT/U, sebagaimana tercermin dari nilai p sebesar 0,932 yang melampaui tingkat

signifikansi 0,05. Hal ini kemungkinan karena asupan protein responden umumnya rendah, sebab mereka kurang mengonsumsi berbagai sumber makanan dan sedikit makan lauk nabati kaya Protein yang mencakup sumber contohnya kacang-kacangan dan biji-bijian. Selain itu, kuantitas makanan yang dikonsumsi dan pola makan yang salah juga berkontribusi pada rendahnya asupan. Minimnya keterkaitan signifikan antara asupan karbohidrat dan status gizi diduga muncul akibat keterbatasan daya ingat responden dalam memperkirakan jumlah makanan yang mereka konsumsi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ikan goreng menjadi jenis protein yang paling dominan dikonsumsi oleh para responden dengan frekuensi konsumsi harian. Sebaliknya, tempe dan tahu tercatat memiliki frekuensi konsumsi yang relatif rendah, yaitu hanya 1 hingga 3 kali dalam satu minggu. Sumber protein yang dikonsumsi responden umumnya berasal dari lauk-pauk, baik yang berasal dari hewani maupun nabati. Dari keseluruhan sumber protein tersebut, mayoritas responden lebih mengutamakan ikan sebagai bahan utama dalam asupan protein mereka sehari-hari.

Asupan protein siswa di SDN Oesapa Kecil 2 Kota Kupang Data dikumpulkan melalui wawancara dengan menggunakan formulir food recall hanya 1 x 24 jam karena keterbatasan waktu yang diberikan. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa 52 siswa memiliki asupan protein yang rendah, yaitu kurang dari 80% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG). Hal ini mengindikasikan bahwa konsumsi makanan sumber lemak saat waktu makan masih kurang mencukupi. Asupan protein berdasarkan AKG untuk umur 4-6 tahun adalah 25 gr, umur 7-9 tahun adalah 40 gr dan 10-12 tahun adalah untuk laki-laki 50 gr dan untuk perempuan 55 gr, sedangkan umur 13-15 tahun asupan protein untuk anak laki-laki dan perempuan berbeda, asupan protein anak laki-laki 70 gr dan asupan protein anak perempuan 65 gr.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Yulni, 2013) dan (Nova & Rahmita, 2018). Pada penelitian (Yulni, 2013), "Ketidakhubungan antara asupan protein dengan status gizi berdasarkan IMT/U diduga disebabkan oleh rendahnya tingkat asupan protein dari para responden. Rendahnya asupan ini kemungkinan besar terkait dengan pola konsumsi makanan yang kurang beragam, terutama karena rendahnya Konsumsi lauk berbasis nabati,

contohnya kacang-kacangan dan biji-bijian, sesungguhnya merupakan sumber protein dengan mutu tinggi. Namun, asupan makanan yang tidak memadai disertai pola makan yang kurang optimal berisiko menimbulkan kekurangan gizi. Dalam penelitian (Nova & Rahmita, 2018), Temuan penelitian mengindikasikan bahwa asupan protein tidak memiliki kaitan signifikan dengan status gizi pada siswa. Kondisi gizi kurang pada anak tidak semata-mata disebabkan oleh konsumsi protein yang rendah, melainkan juga dapat dipengaruhi oleh kekurangan zat gizi lainnya. Pola makan yang terbatas pada jenis makanan tertentu, kebiasaan melewatkan sarapan, kecenderungan untuk lebih sering membeli jajanan, serta rendahnya konsumsi serat dari sayur dan buah turut berkontribusi. Selain itu, preferensi terhadap makanan cepat saji atau makanan instan menjadi perilaku konsumsi yang kurang sehat yang kerap ditemui pada anak-anak”.

c. Hubungan Asupan Lemak Dengan Status Gizi

Analisis dengan uji chi-square mengindikasikan tidak adanya korelasi signifikan antara asupan lemak dan status gizi menurut indikator IMT/U, yang dibuktikan dengan nilai p sebesar 0,996 ($>0,05$). Temuan ini kemungkinan berkaitan dengan data recall yang mengungkapkan, mayoritas responden hanya memperoleh lemak dari jenis makanan yang digoreng atau ditumis, sehingga sumber lemak kurang beragam. Hanya sedikit responden yang memperoleh asupan lemak dari sumber makanan lain seperti susu, santan, atau daging. Selain itu, tidak terdapat korelasi yang signifikan antara tingkat asupan karbohidrat dengan status gizi juga dapat dipengaruhi oleh keterbatasan daya ingat responden saat mengisi recall.

Asupan lemak siswa di SDN Oesapa Kecil 2 Kota Kupang Data dikumpulkan melalui wawancara dengan menggunakan formulir food recall hanya 1 x 24 jam karna keterbatasan waktu yang diberikan. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa 52 siswa memiliki asupan lemak yang rendah, yaitu kurang dari 80% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG). Hal ini mengindikasikan bahwa konsumsi makanan sumber protein saat waktu makan masih kurang mencukupi. Asupan lemak berdasarkan AKG untuk umur 4-6 tahun adalah 50 gr, umur 7-9 tahun adalah 55 gr dan 10-12 tahun adalah 65 gr, sedangkan umur 13-15 tahun asupan lemak untuk anak laki-laki

dan perempuan berbeda, asupan lemak anak laki-laki 80 gr dan asupan protein anak perempuan 70 gr.

Hasil tersebut konsisten dengan temuan yang disampaikan oleh Yulni (2013) dan Damayanti dkk. (2020). Dalam penelitian Yulni (2013), analisis statistik menunjukkan nilai p sebesar 0,584, yang menegaskan tidak adanya kaitan signifikan antara asupan lemak dan status gizi. Berdasarkan data food recall yang dikumpulkan, diketahui bahwa variasi sumber lemak yang dikonsumsi responden relatif terbatas, dengan mayoritas berasal dari minyak yang digunakan pada proses penggorengan atau penumisan makanan. Konsumsi lemak dari sumber lain, seperti kacang-kacangan dan biji-bijian, hanya dilakukan oleh sebagian kecil responden. Di sisi lain, makanan dengan kandungan lemak tinggi biasanya ditemukan pada produk junk food, fast food, serta jajanan yang banyak dijumpai di sekitar lingkungan sekolah. Pada penelitian (Damayanti dkk., 2020), Analisis uji gamma mengindikasikan tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan lemak dan status gizi dengan nilai p sebesar 0,695. Fenomena ini disebabkan oleh minimnya konsumsi sumber lemak seperti susu, sayuran yang diolah menggunakan santan, serta daging sebagai referensi utama asupan lemak. Apabila asupan lemak hanya bersumber dari makanan yang digoreng dan ditumis, kualitas lemak yang dikonsumsi menjadi kurang optimal. Data analisis memperlihatkan bahwa mayoritas responden, yakni 59 individu (68,6%), memiliki asupan lemak yang kurang, sedangkan kelompok dengan konsumsi lemak berlebih tergolong minoritas, sebanyak 8 orang (9,3%).

d. Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi

Hasil penelitian dengan uji chi square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan jajan dan status gizi berdasarkan indikator IMT/U dengan hasil $p\text{-value} = 0.507 (>0.05)$. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh sebagian besar siswa dengan kebiasaan jajan memiliki status gizi baik berjumlah 32 orang (55,2%). Salah satu penyebabnya adalah karena siswa tidak hanya mengandalkan jajanan sebagai sumber energi, tetapi juga tetap mengonsumsi makanan yang dibawa dari rumah. Siswa lebih cenderung mengonsumsi hanya satu dan dua jenis jajanan. Berdasarkan hasil penelitian, jajanan yang lebih sering dibeli oleh

siswa yaitu pisang goreng berjumlah 30 orang dan salome berjumlah 21 orang, dengan frekuensi >5x/minggu.

Kebiasaan jajan siswa di SDN Oesapa Kecil 2 Kota Kupang diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner food frekuensi 1 x 24 jam. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa 36 siswa lebih sering mengonsumsi jajanan, dengan kategori >3x/minggu adalah sering dan <3x/minggu adalah jarang. Hal ini mengindikasikan bahwa masih banyak siswa lebih sering mengonsumsi jajanan dari pada makanan pokok.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Noviani dkk, 2016), (Wiriastuti, 2019), dan (Putri & Arlis, 2024). Pada penelitian (Noviani dkk, 2016), Hasil analisis Chi-Square terhadap variabel kebiasaan jajan dan status gizi siswa menunjukkan nilai p sebesar 0,781 ($p > 0,05$). Kemungkinan hal ini disebabkan oleh penelitian yang hanya mengukur frekuensi jajan tanpa mempertimbangkan kualitas maupun jumlah makanan yang dikonsumsi saat jajan. Meskipun demikian, terdapat teori yang menyatakan Bahwa kebiasaan jajan berpotensi meningkatkan asupan energi melebihi pengeluaran energi, serta berkontribusi pada peningkatan total konsumsi lemak. Apabila hal ini tidak disertai dengan aktivitas fisik yang memadai, kondisi tersebut dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Pada penelitian (Wiriastuti, 2019) , Analisis korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai p sebesar 0,236, yang berada di atas ambang signifikansi $\alpha = 0,05$. Hal ini mengindikasikan tidak adanya keterkaitan yang signifikan antara pola kebiasaan jajan dengan status gizi pada siswa SDN Karangasem 3 Surakarta. Kondisi tersebut kemungkinan disebabkan oleh pola jajan siswa yang tidak selalu mencerminkan konsumsi jajanan secara berlebihan maupun frekuensi jajan setiap hari, baik di dalam maupun di luar kantin sekolah. Pada penelitian yang dilaksanakan oleh (Putri & Arlis 2024), analisis dengan menggunakan uji chi-square menghasilkan nilai p sebesar 0,085. Nilai ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara kebiasaan jajan dan status gizi pada siswa sekolah dasar pada tahun 2024. Dengan demikian, pola kebiasaan jajan yang diterapkan oleh siswa tersebut tidak secara langsung memengaruhi kondisi status gizi mereka dalam konteks penelitian ini. Menurut teori yang menyatakan bahwa konsumsi jajanan dengan standar higienis yang rendah

berisiko mengakibatkan kontaminasi mikroorganisme maupun keberadaan bahan tambahan pangan terlarang dalam makanan tersebut. Jajanan memiliki berbagai risiko, seperti paparan debu dan lalat karena tidak ditutup dengan baik, yang dapat memicu gangguan pada sistem pencernaan. Kebiasaan jajan pada anak juga dapat berdampak buruk terhadap status gizinya, seperti menimbulkan infeksi cacing, anemia, bahkan obesitas (Wijayanti, 2016 didalam (Putri & Arlis, 2024).