

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Sekolah Dasar Negeri 101898 Lubuk Pakam merupakan salah satu SD Negeri yang ada di Lubuk Pakam yang berlokasi di Jalan Diponegoro, Lubuk Pakam Pekan, kecamatan Lubuk Pakam, kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara dengan NPSN 10200685. Yang didirikan sejak 14 Februari 2018 Dengan luas bangunan 2,014 m².

SD Negeri 101898 Jati Sari Lubuk Pakam dibawah naungan pemerintahan daerah Deli Serdang, di pimpin oleh seorang kepala sekolah bernama Ramayani Hotmasinta Purba, SPd.

Siswa pada kelas V memiliki 47 jumlah siswa dengan wali kelas yang bernama Siti Dzakiah Rokany,S.Pd dan Masrina Siregar S,Pd. Sekolah Sd Negeri 101898 Lubuk Pakam memiliki jumlah ruang kelas berjumlah 10 ruangan, kantor guru dengan jumlah 16 orang, perpustakaan, toilet, dan lapangan upacara.

B. Gambaran Karakteristik

1. Umur

Umur atau usia merupakan lamanya waktu menjalani kehidupan yang dimulai sejak lahir hingga sekarang yang diukur dengan skala tahun. Distribusi frekuensi sampel berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4. Distribusi Sampel Berdasarkan Umur

Umur (th)	n	%
Umur 10	37	78,7
Umur 11	10	21,1
Total	47	100

Berdasarkan distribusi sampel umur dapat diketahui bahwa dari 47 siswa Kelas V UPT SPF SDN 101898 Lubuk Pakam menunjukan sebagian besar berada pada umur 10 tahun dengn prevalensi (78,7%).

2. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin menggambarkan perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir. Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Perempuan	26	55,3
Laki-laki	21	44,7
Total	47	100

Berdasarkan gambar distribusi sampel jenis kelamin dapat diketahui bahwa dari 47 siswa kelas V UPT SPF SDN 101898 Lubuk Pakam, persentase yang terbanyak adalah pada jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 26 orang dengan prevalensi (55,3%).

C. Pola Makan

Pola makan adalah bentuk pengaturan makanan meliputi jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi sehari berdasarkan gizi seimbang yang divisualisasikan dengan *food recall* 3 hari tidak berturut-turut dan selanjutnya dikategorikan menurut Supriasa (2016) menjadi 3 kategori yaitu : Baik (90-100% dari kecukupan), cukup (80-89% dari kecukupan), dan kurang (<80% dari kecukupan) .

1. Jumlah makanan

Jumlah makanan diperoleh melalui metode *food recall* Dengan 3 kali tidak berturut-turut. Hasil dari data *recall* yang diperoleh maka didapatkan jumlah makanan dengan kategori pada tabel dibawah ini.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Jumlah Makanan.

Jumlah Makanan	n	%
Baik	25	53,2
Sedang	13	27,7
Kurang	9	19,1
Total	47	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa jumlah makanan anak siswa kelas V UPT SPF SDN 101898 Lubuk Pakam yang paling banyak adalah kategori baik yaitu 25 orang (53,2). Kategori sedang 13 orang (27,7), Namun masih ada 11 orang (19,1) jumlah makanan yang kurang. Berdasarkan dari hasil penelitian, dapat diketahui dari 25 anak siswa yang jumlah makanan kategori baik mengalami status gizi baik sebanyak 18 orang (36,3%)

Menurut peneliti, Pola makan pada sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan. Pola pemberian makanan sangat penting diperhatikan. Jika pola makan tidak tercapai dengan baik pada anak maka pertumbuhan anak akan terganggu. Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi dan pola makan yang tidak sesuai akan menyebabkan asupan gizi berlebih atau sebaliknya kekurangan (Sutrisno et al., 2022).

2. Frekuensi Jenis Makanan

Hasil dari kuesioner yang diperoleh maka di dapatkan frekuensi jenis makanan pada tabel 7

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Jenis Makanan

Frekuensi makanan	n	%
Baik	33	70,2
Tidak baik	14	29,8
Total	47	100

Tabel 7 menunjukkan bahwa frekuensi makanan kategori baik 33 orang (70,2) dan kategori tidak baik 14 orang (29,8). Menurut peneliti hasil ini sangatlah baik dikarenakan pada masa anak sangat membutuhkan asupan makanan yang beragam setiap kali makan seperti sumber karbohidrat, protein hewani/nabati, sayur, dan buah. Pedoman umum gizi seimbang menganjurkan untuk membiasakan mengkonsumsi lauk pauk yang tinggi protein baik yang berasal dari protein hewani, dan protein nabati.

Beberapa Jenis Makanan yang cenderung dikonsumsi oleh anak siswa kelas V UPT SPF SDN 101898 Lubuk Pakam :

- Sumber KH : Nasi beras giling, bihun,roti
- Protein hewani : daging ayam,telur, ikan kembung, ikan dencis
- Protein nabati : tahu, tempe
- Sayur : Bayam, kangkung, jagung, labu siam
- Buah : Jeruk, Pisang, Pepaya Apel

D. Status Gizi

Tabel 8. Distribusi Sampel Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	n	%
Gizi kurang	14	29,8
Gizi baik	18	38,3
Gizi lebih	4	8,5
Obesitas	11	23,4
Total	47	100

Tabel 8 menunjukkan bahwa frekuensi status gizi Anak Siswa Kelas V UPT SPF SDN 101898 Lubuk Pakam yang paling banyak yaitu pada status gizi baik sebanyak 18 orang (38,3%). Namun masih ditemukan 14 orang (29,8%) anak dalam status gizi kurang.

Tabel 8 menjelaskan bahwa (29,8) anak yang gizi kurang dan (23,4%) anak obesitas. Hasil ini termasuk kategori tinggi jika dibandingkan dengan hasil riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi kurus (5,6%) dan obesitas (9,1%). Dan dengan hasil SKI menunjukkan prevalensi (5,2%) kurus dan (6,5%) Obesitas.

Gizi kurang disebabkan keadaan dimana kebutuhan nutrisi pada tubuh tidak terpenuhi dalam jangka waktu tertentu sehingga tubuh akan memecah cadangan makanan yang berada dibawah lapisan lemak dan lapisan tubuh.

Obesitas disebabkan kondisi berat badan melebihi batas normal karena adanya penumpukan lemak berlebih di dalam tubuh. Obesitas terjadi karena asupan kalori lebih banyak dibandingkan jumlah kalori yang dibakar, sehingga tubuh akan menyimpan kalori yang tidak digunakan dalam bentuk lemak.

Konsumsi makanan adalah susunan makanan yang biasa dimakan mencakup jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang/ penduduk dalam frekuensi dan jangka waktu tertentu (Kementerian Kesehatan RI. 2018). Menurut Pedoman Gizi seimbang status gizi yang bahanya dapat tercapai dengan pola makan yang baik, yaitu pola makan yang didasarkan atas prinsip menu seimbang, alami dan sehat dipenuhi kebutuhan zat gizi bukan hanya karbohidrat saja tetapi juga protein, vitamin dan mineral. Porsi kecil disediakan untuk makan pagi karena jumlah yang disediakan cukup 20-25 % dari kebutuhan sehari..

E. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi

Tabel 9. Hasil Uji Hipotesis Pola Makan Dengan Status Gizi

Status Gizi	Pola Makan			Total	p-Value
	Baik	Sedang	Kurang		
Gizi Kurang	1	7	6	14	0.003
Gizi Baik	11	4	3	18	
Gizi Lebih	3	1	0	4	
Obesitas	10	1	0	11	
Total	25	13	9	47	

Berdasarkan tabel 9. Data yang didapat dari uji *chi-square* diperoleh hasil nilai $p = 0,003$ atau $p > 0,05$, yang menunjukkan bahwa H_0 Ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat Hubungan antara Pola

makan dengan status gizi pada anak siswa kelas V Unit Pelaksana Teknis (UPT) Satuan Pendidikan Formal (SPF) SDN 101898 Lubuk Pakam.

Menurut Arisman (2016), pola makanan yang tidak sehat akan berdampak negatif terhadap tubuh, salah satu faktor yang menyebabkan status gizi kurang dan status gizi lebih pada usia muda adalah faktor pola makan yang mengandung tinggi lemak, gula, garam, tetapi kurang mengkonsumsi serat khususnya yang berasal dari buah dan sayuran. Sedangkan menurut Supriasa (2016) Status gizi dikatakan baik bila pola makan kita seimbang.

Pola kebiasaan anak usia sekolah dasar juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni faktor orang tua, genetik, dan lingkungan. Pola makan anak usia sekolah dasar salah satunya dipengaruhi secara langsung maupun tidak langsung oleh jenis pola makan yang diperkenalkan atau dibiasakan oleh orang tuanya.

Usia anak sekolah dasar dapat menjadi sasaran tepat dan strategis dalam perbaikan gizi masyarakat karena pada usia ini fungsi organ otak mulai terbentuk dan pertumbuhan juga semakin pesat. Pertumbuhan dan perkembangan anak membutuhkan zat gizi yang baik dan cukup agar tidak terjadi gangguan di kemudian hari. Asupan zat gizi yang baik dan cukup akan berpengaruh langsung terhadap status gizi anak (Arni Isnaini Arfah et al., 2021).