

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data, yaitu deskripsi tempat dan waktu penelitian yang terdiri dari data umum dan data khusus. Dimana data umum meliputi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan pekerjaan orang tua sedangkan data khusus meliputi perilaku remaja dalam pemenuhan gizi seimbang. Data ini di ambil dari jurnal yang bersumber dari studi pencarian database komputerisasi yaitu *google scholar* yang dipublikasikan mulai 2010-2020. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian ini adalah remaja, perilaku gizi seimbang. Dari pencarian tersebut keluar 934 artikel dan dipilih 2 artikel jurnal yang paling mendekati dengan rencana penelitian dengan judul Gambaran Pengetahuan, Sikap, Perilaku dan Status Gizi Pada Remaja di Kabupaten Gorontalo, oleh Nuryani 2019. Kemudian artikel kedua dengan judul Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Paktik Gizi Seimbang Mahasiswa Progam Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, oleh Christian C. Maharibe, Shirley E. S Kawengian, Alexander S. L Bolang, 2013.

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Studi literatur pada jurnal pertama bertempat SMK Teknologi Muhammadiyah Gorontalo, Pondok Pesantren MA Al-Falaq dan SMAN 1 Limboto.

SMK Teknologi Muhammadiyah Gorontalo terletak di JL. Jend. Ahmad Yani No. 24, Hunggaluwa, Kec. Limboto, Kab. Gorontalo Prov. Gorontalo dan berakreditasi "B". Sekolah ini memiliki 3 jurusan yaitu analisis kesehatan, teknik komputer jaringan, dan teknik audio video. Secara keseluruhan dari kelas X, XI, XII jumlah siswa 312 siswa dan mayoritas siswa beragama kristen dengan bangunan diatas tanah kurang lebih 7225 M². Terdapat 15 rombongan belajar dan 14 ruangan kelas untuk melaksanakan belajar mengajar, 1 ruangan perpustakaan, 1 ruangan guru, 1 ruangan tata usaha, 1 ruangan uks, 1 katin sekolah dan sanitasi terdiri dari 1 kamar mandi kepala sekolah, 1 kamar mandi guru laki-laki, 1 kamar mandi guru perempuan, 1 kamar mandi siswa laki-laki, 1 kamar mandi siswa perempuan. Keadaan ini kurang baik, siswa tidak mendapatkan ruangan yang cukup memadai untuk mereka belajar dan melakukan kegiatan sekolah-sekolah yang lain. Karena sarana dan prasarana yg belum memadai ruangan perpustakaan dijadikan untuk kelas belajar. Ketenangan lingkungan terjaga dengan baik dan untuk mendukung program kegiatan belajar mengajar di SMK Teknologi Muhammadiyah Gorontalo diperkuat oleh staf pengajar PNS sebanyak 29 orang ditambah dengan 2 tenaga pendidik honor.

Pondok Pesantren MA Al-Falaq terletak di JL. Kihajar Dewantoro, Tunggulo, Limboto Bar., Gorontalo. MA Al-Flaq berdiri tahun 2018 dan berakreditasi "A". Sekolah ini memiliki siswa perempuan sebanyak 95 siswa dan siswa laki-laki sebanyak 52 siswa yang didukung dengan tenaga PNS sebanyak 23 orang dan 1 tenaga honorer. MA Al-Falaq berdiri diatas tanah seluas 7556 M² , terdapat 12 ruangan kelas untuk melaksanakan belajar mengajar, 1 ruangan perpustakaan, 2 laboratorium, 1 lapangan olahraga, 1 ruangan guru, 1 ruangan tata usaha, 1 ruangan uks dan sanitasi terdiri dari 1 kamar mandi kepala sekolah, 1 kamar mandi guru laki-laki, 1 kamar mandi guru perempuan, 1 kamar mandi siswa laki-laki, 1 kamar mandi siswa perempuan. Ketenangan lingkungan terjaga dengan baik dan siswa mendapatkan ruangan yang cukup memadai untuk mereka belajar dan melakukan kegiatan sekolah-sekolah yang lain. Namun MA Al-Falaq tidak memiliki kantin sekolah untuk memenuhi kebutuhan siswa.

SMAN 1 Limboto terletak di Jl. Achmad A. Wahab No. 13 Desa Kayubulan, Kecamatan Limboto, Kabupaten Gorontalo, Provinsi Gorontalo. SMA Negeri 1 Limboto merupakan salah satu lembaga pendidikan menengah atas di Provinsi Gorontalo yang berdiri pada tahun 1963 dan sekarang berakreditasi "A". Sekolah ini berdiri diatas tanah seluas 11.887 M², secara keseluruhan dari kelas X, XI, XII jumlah siswa 682 siswa. Terdapat 9 rombongan belajar dan 9 ruangan kelas untuk melaksanakan belajar mengajar, 1 ruangan perpustakaan, 1 ruangan guru, 1 ruangan tata usaha, 1 ruang BK, 1 ruangan uks, 1 katin sekolah, 1

laboratorium multimedia, 1 laboratorium kimia, 1 laboratorium fisika dan sanitasi terdiri dari 1 kamar mandi kepala sekolah, 1 kamar mandi guru laki-laki, 1 kamar mandi guru perempuan, 8 kamar mandi siswa laki-laki, 8 kamar mandi siswa perempuan. Sarana dan prasarana di sekolah ini memadai untuk proses belajar mengajar, namun hanya terdapat satu kantin adalah kurang untuk memenuhi kebutuhan seluruh siswa. Untuk mendukung program kegiatan belajar mengajar di SMAN 1 Limboto diperkuat oleh staf pengajar PNS sebanyak 40 orang ditambah dengan 4 tenaga pendidik honor.

Studi literature kedua bertempat di kampus Fakultas Kedokteran Prodi Pendidikan Dokter Universitas Sam Ratulangi Manado yang terletak di Bahu, Kec. Malalayang, Kota Manado, Sulawesi Utara . Secara institusi kampus, UNSRAT Manado telah mendapatkan akreditasi "A".

4.1.2 Data Umum

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Distribusi Frekuensi	
		Jurnal 1	Jurnal 2
1	16 tahun	12 (9,8%)	-
2	17 tahun	21 (17,2%)	-
3	18 tahun	51 (41,8%)	-
4	19 tahun	38 (31,1%)	-
Jumlah		122 (100%)	-

Berdasarkan table 4.1 distribusi berdasarkan usia dari data jurnal 1 di dapatkan 122 responden. Hasil penelitian menunjukkan paling banyak responden dengan usia 18 tahun yaitu 51 orang (41,8%) responden, dan

paling sedikit usia 16 tahun yaitu 12 orang (9,8%) responden. Sedangkan dalam data jurnal 2 tidak tertulis usia responden.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.2 Tabel Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Distribusi Frekuensi	
		Jurnal 1	Jurnal 2
1	Laki-laki	45 (36,9%)	-
2	Perempuan	77 (63,1%)	-
Jumlah		122 (100%)	-

Berdasarkan tabel 4.2 distribusi berdasarkan jenis kelamin dari data jurnal 1 di dapatkan 122 responden. Hasil penelitian menunjukkan paling banyak responden dengan jenis kelamin perempuan yaitu 77 orang (63,1%) responden, paling sedikit jenis kelamin laki-laki yaitu 45 orang (36,9%) responden. Sedangkan dalam data jurnal 2 tidak tertulis jenis kelamin responden.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

Tabel 4.3 Tabel Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

No.	Pekerjaan Orang Tua	Distribusi Frekuensi	
		Jurnal 1	Jurnal 2
Pekerjaan Ayah			
1.	PNS	12 (9,8%)	116 (46,0%)
2.	Pegawai Swasta	9 (7,4%)	84 (33,3%)
3.	Wiraswasta	30 (24,6%)	36 (14,3%)
4.	Buruh, Petani	71 (58,2%)	16 (6,4%)
Jumlah		122 (100%)	252 (100%)
Pekerjaan Ibu			
1.	PNS	12 (9,8%)	110 (43,7%)
2.	Pegawai Swasta	3 (2,5%)	94 (37,3%)
3.	Wiraswasta	1 (0,8%)	11 (4,4%)
4.	IRT	105 (86,0%)	37 (14,6%)
Jumlah		122 (100%)	252 (100%)

Berdasarkan tabel 4.3 distribusi berdasarkan pekerjaan ayah dari data jurnal 1 di dapatkan 122 responden. Hasil penelitian menunjukkan paling banyak ditemukan bekerja sebagai buruh, petani yaitu 71 (58,2%) responden dan paling sedikit ditemukan adalah pegawai swasta yaitu sebanyak 9 (7,4%) responden. Sedangkan dari jurnal 2 menunjukkan paling banyak bekerja sebagai PNS yaitu 116 (46,0%) responden, dan yang paling sedikit adalah wiraswasta yaitu sebanyak 36 (14,3) responden.

Berdasarkan pekerjaan ibu, pada jurnal 1 didapatkan hasil paling dominan adalah IRT yaitu 105 (86,0%) responden, dan yang paling sedikit didapat adalah wiraswasta yaitu sebanyak 1 (0,8%) responden. Sedangkan menurut data dari jurnal 2 menunjukkan ibu dengan pekerjaan PNS yang mendominasi yaitu 100 (43,7%) responden dan paling sedikit didapat yaitu wiraswasta sebanyak 11 (4,4%).

4.1.3 Data Khusus

Pada data khusus ini akan didiskripsikan tentang data responden perilaku remaja dalam pemenuhan gizi seimbang.

Tabel 4.4 Perilaku remaja dalam pemenuhan gizi seimbang

No	Kategori	Jurnal 1	Jurnal 2
1	Baik	62 (50,8%)	197 (78,2%)
2	Buruk	60 (49,2%)	55 (21,8%)
Jumlah		122 (100%)	252 (100%)

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil bahwa distribusi perilaku pemenuhan gizi seimbang pada remaja dari jurnal 1 sebanyak 122

responden dan dari data jurnal 2 sebanyak 252 responden dengan kategori baik dan buruk. Dari data jurnal 1 sebanyak 62 (50,8%) responden, sedangkan dari data jurnal 2 sebanyak 197 (78,2%) responden memiliki perilaku gizi seimbang baik. Dari data jurnal 1 sebanyak 60 (49,2%) responden, sedangkan dari jurnal 2 sebanyak 55 (21,8%) responden memiliki perilaku gizi seimbang buruk.

Jika di rata-rata dari dua jurnal maka remaja yang memiliki perilaku gizi seimbang baik sebanyak 64,5% remaja, dan remaja yang memiliki perilaku gizi seimbang buruk sebanyak 35,5% remaja.

4.2 Pembahasan

Instrumen atau alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data pada jurnal 1 dan 2 adalah dengan menggunakan kuesioner. Berdasarkan telaah dari jurnal pada tabel 4.3 dari data jurnal 1 sebanyak 62 (50,8%) remaja, sedangkan dari data jurnal 2 sebanyak 197 (78,2%) remaja memiliki perilaku gizi seimbang baik. Namun dari data jurnal 1 sebanyak 60 (49,2%) remaja, sedangkan dari jurnal 2 sebanyak 55 (21,8%) remaja memiliki perilaku gizi seimbang buruk.

Jika di rata-rata dari dua jurnal maka remaja yang memiliki perilaku gizi seimbang baik sebanyak 64,5% remaja, dan remaja yang memiliki perilaku gizi seimbang buruk sebanyak 35,5% remaja. Hasil dari penelitian diatas merupakan gambaran dari perilaku pemenuhan gizi seimbang pada remaja

Perilaku pemenuhan gizi yang baik merupakan faktor penentu

dalam tumbuh kembang remaja. Ketidakseimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan pada remaja akan menimbulkan masalah gizi kurang atau masalah gizi lebih. Kekurangan gizi pada remaja menurut Soekirman (2014) akan mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh terhadap penyakit, meningkatkan angka penyakit (morbiditas), mengalami pertumbuhan tidak normal (pendek), tingkat kecerdasan rendah, produktivitas rendah dan terhambatnya organ reproduksi. Menurut Adriani (2012) masalah gizi pada remaja terjadi dikarenakan perilaku gizi yang salah, yaitu ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan. Menurut (Marmi, 2013) beberapa faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi masa remaja, sehingga akan mempengaruhi keadaan gizinya yaitu usia, pengetahuan dan sikap. Faktor utama yang mempengaruhi perilaku adalah sikap, pengetahuan, konsep diri, kepercayaan, nilai dan informasi. Kemudian faktor pendukung yakni keluarga dan lingkungan sekitar.

Faktor pertama, pada tabel 4.1 berdasarkan telaah jurnal didapatkan data jurnal 1 dengan usia 16 tahun terdapat 12 remaja (9,8%), usia 17 tahun terdapat 21 remaja (17,2%), usia 18 tahun terdapat 51 remaja (41,8%), dan usia 19 tahun terdapat 38 remaja (31,1%). Sedangkan dalam data jurnal 2 tidak tertulis usia responden. Menurut teori (Wong, 2011) masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa yang meliputi semua perkembangannya yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Masa remaja terdiri dari tiga sub fase yaitu masa remaja awal (usia 11-14 tahun), masa remaja

pertengahan (usia 15- 17 tahun) dan masa remaja akhir (usia 18- 21 tahun).

Faktor usia turut berperan dalam seseorang memperoleh pengetahuan. Usia 16 tahun dan 17 tahun dapat disebabkan faktor kematangan kognitif yang masih kurang dibandingkan dengan masa remaja akhir. Informasi yang didapatkan remaja mungkin berbeda dengan masa remaja akhir.

Penelitian yang dilakukan oleh Puji Winarni , Heni Hirawati Pranoto, Luvy Dian Afriani (2014) dengan judul “Hubungan antara Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang dengan Perilaku Pemenuhan Gizi Seimbang pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Ungaran”, dimana karakteristik responden yang terbanyak adalah usia remaja madya (16-17 tahun)

Berdasarkan pembahasan yang telah disampaikan, remaja yang memiliki pengetahuan yang baik itu dapat dipengaruhi oleh usia, dimana semakin dewasa umur seseorang, maka tingkat pengetahuan yang ia miliki akan semakin baik serta akan lebih matang.

Faktor kedua adalah pengetahuan, berdasarkan telaah dari jurnal didapatkan data dari jurnal 1 bahwa remaja memiliki pengetahuan yang rendah terkait gizi seimbang lebih dominan yaitu sebanyak 63,9%. Sedangkan pada jurnal 2 didapatkan hasil bahwa pengetahuan remaja terhadap pedoman gizi seimbang lebih banyak yang berpengetahuan baik, yaitu dengan presentase 63,1 %.

Pengetahuan dapat diperoleh secara internal, eksternal dan dengan pendekatan belajar. Penelitian kepada siswa sekolah menengah di

Louisiana, siswa yang melaporkan mendiskusikan gizi dengan keluarga mereka mendapat nilai pengetahuan yang secara signifikan lebih tinggi ($p=0,02$) dari pada siswa yang tidak (Mary, 2011). Menurut teori hasil penelitian Tri Sofiatun dkk. (2017) yang berjudul “Status Gizi, Asupan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Remaja”, mendapatkan hasil bahwa meskipun pengetahuan dan praktik pemenuhan gizi ini sepertinya linier tetapi tidaklah merupakan sebab akibat yang langsung, hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) tidak selalu menunjukkan pengaruh yang besar terhadap praktik gizi pada remaja. Pengetahuan gizi berpengaruh terhadap sikap dalam memilih makanan.

Dari pembahasan diatas, menunjukkan ternyata banyak responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang baik mengenai Pengetahuan Umum Gizi Seimbang. Hal ini disebabkan oleh pengetahuan tentang gizi seimbang belum banyak dipahami oleh masyarakat, terutama remaja. Pengetahuan gizi mempunyai peranan penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang sebab hal ini akan mempengaruhi seseorang dalam memilih jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi.

Faktor ketiga adalah sikap, dapat diketahui bahwa remaja yang memiliki pengetahuan baik, cenderung memiliki sikap dan perilaku yang baik. Dan berdasarkan telaah dari jurnal didapatkan dari data jurnal 1 sebanyak 62 (50,8%) remaja, sedangkan dari data jurnal 2 sebanyak 197 (78,2%) remaja memiliki perilaku gizi seimbang baik. Namun masih

banyak didapatkan beberapa perilaku buruk, dari data jurnal 1 sebanyak 60 (49,2%) remaja, sedangkan dari jurnal 2 sebanyak 55 (21,8%) remaja memiliki perilaku gizi seimbang buruk.

Penelitian yang dilakukan oleh Dian Agnesia (2019) dengan judul “Peran Pendidikan dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi Seimbang pada Remaja di SMA YASMU Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik”, dimana sikap partisipan terkait dengan PGS sebagian besar masih kurang (53%). Hal ini menunjukkan PGS masih belum banyak dipahami oleh remaja.

Pengetahuan gizi seseorang berdampak terhadap sikap gizi seseorang tersebut. Semakin banyak jenis dan informasi tentang gizi dan kesehatan yang diterima seseorang maka semakin luas wawasan dan pengetahuan tentang hal tersebut sehingga berdampak pada perubahan sikap seseorang terhadap hal tersebut (Wulansari 2010). Sharma et al. (2010) mengemukakan bahwa tingkat pendidikan seseorang dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang tersebut. Seseorang yang berpengetahuan gizi baik akan mengembangkan sikap gizi yang baik pula (Dewi 2013).

Dari pembahasan ini, pada jurnal 1 usia anak sma (16 tahun-19 tahun), sedangkan pada jurnal 2 usia anak mahasiswa di jurusan kedokteran. Tentu saja usia pada kedua jurnal ini berbeda dan pengetahuan yang didapatpun berbeda, tentu mahasiswa kedokteran memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi daripada anak usia sma. Tetapi, ternyata masih saja dijumpai perilaku gizi yang menyimpang dan

berkategori buruk pada mahasiswa kedokteran. Hal tersebut dikarenakan, kemungkinan adanya faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti, mungkin karena remaja ingin terlihat seperti idolanya atau tentang body image.

