

## BAB IV HASIL PENELITIAN

### A. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik umum responden yang terdiri dari jenis kelamin, umur, kelas, dan kebiasaan mengkonsumsi *fast food*.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 83 orang responden siswa/siswi SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru pada tanggal 19 sampai 25 Maret 2019 diperoleh hasil sebagai berikut:

#### 1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan data karakteristik responden dapat dilihat dari tabel 4.1 dibawah ini :

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin, umur responden di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru (n = 83)

No	Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	- Laki-Laki	31	37,3
	- Perempuan	52	62,7
	Total	83	100
2.	Umur		
	-Remaja pertengahan (14-16 tahun)	46	55,4
	-Remaja lanjut (17-20 tahun)	37	44,6
	Total	83	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa dari 83 responden , distribusi responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar adalah perempuan dengan jumlah 52 responden (62,7%). Distribusi responden menurut umur yang terbanyak adalah remaja pertengahan (14-16 tahun) dengan jumlah 46 responden (55,4%).

## 2. Kebiasaan Konsumsi *Fast Food*

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan data kebiasaan responden mengkonsumsi *fast food* dapat dilihat dari tabel 4.2 dibawah ini :

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi berdasarkan kebiasaan responden mengkonsumsi *fast food* di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru (n = 83)

No	Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
1.	Rincian Jenis <i>Fast Food</i>		
	-Mie Instant	24	28,9
	-Fried Chicken	18	21,7
	-Mie Ayam	1	1,2
	-Nugget	5	6,0
	-Minuman Bersoda	2	2,4
	-Bakso	16	19,3
	-Sosis	2	2,4
	-Spaggety	2	2,4
	-Kentang Goreng	4	4,8
	-Mie Pansit	3	3,6
	-Hamburger	1	1,2
	-Pizza	3	3,6
	-Sandwich	2	2,4
	Total	83	100
2.	Frekuensi		
	-Sering	43	51,8
	-Kadang-kadang	40	48,2
	Total	83	100

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui dari 83 responden terbanyak responden memilih jenis *fast food* mie instant dengan jumlah 24 responden (28,9%), sedangkan berdasarkan frekuensi mengkonsumsi *fast food* sebagian besar responden sering dengan jumlah 43 orang responden (51,8%).

## 3. Status Gizi Responden

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan data status gizi responden mengkonsumsi *fast food* dapat dilihat dari tabel 4.3 dibawah ini :

Tabel 4.3 Distribusi Status Gizi Responden di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru

No.	Status Gizi Responden dalam Mengonsumsi <i>Fast Food</i>	Jumlah	Persentase (%)
1.	Normal	21	25,3
2.	BB Lebih	49	59
3.	Obesitas	13	15,7
	Total	83	100

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa dari 83 orang responden yang diteliti, terbanyak responden memiliki status gizi BB lebih dengan jumlah 49 orang responden (59 %).

## B. Analisa Bivariat

### Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi *Fast Food* Terhadap Gizi pada Remaja

Analisa bivariat untuk melihat hubungan antara kebiasaan mengonsumsi *fast food* terhadap status gizi remaja di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru menggunakan uji *chi-square*. Nilai *p value* diambil dari nilai *Pearson Chi-Square*. Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan perhitungan statistik melalui computer diperoleh dari perhitungan.

Pada penelitian ini dilakukan uji statistik dengan uji *Chi-Square*. Berdasarkan pengolahan data dengan bantuan penghitungan statistik melalui komputer diperoleh hasil perhitungan yang dapat dilihat pada tabel 4.4 sebagai berikut:

Tabel 4.4 Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi *Fast Food* Terhadap Status Gizi pada Remaja di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru (n =83)

No	Kebiasaan	Status Gizi			Total	P Value
		Normal	BB Lebih	Obesitas		
1.	<b>Sering</b>	2	35	7	43	0,012
		4,6 %	79,1 %	16,3 %	51,8 %	
2.	<b>Kadang-kadang</b>	19	15	6	40	
		47,5 %	37,5 %	15 %	48,2 %	

Tabel 4.4 menggambarkan hubungan tentang kebiasaan mengonsumsi *fast food* terhadap status gizi siswa di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru. Hasil analisa didapatkan

bahwa responden yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi *fast food* sering memiliki status gizi normal berjumlah 2 responden (4,6%), sedangkan responden yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi *fast food* sering memiliki status gizi berat badan berlebih sebanyak 34 responden (79.1%). Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-square* didapatkan  $p\ value = 0,012 < \alpha (0.05)$ , berarti  $H_0$  gagal ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan mengkonsumsi *fast food* terhadap status gizi remaja di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru.

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Pada bab ini diuraikan pembahasan dari hasil penelitian hubungan antara kebiasaan mengkonsumsi *fast food* terhadap status gizi remaja di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru.

#### A. Hasil penelitian

##### 1. Analisa Univariat

Analisa univariat adalah analisa data yang digunakan untuk mendapatkan gambaran masing-masing variable yang terdiri dari karakteristik responden, meliputi jenis kelamin, umur, kelas, kebiasaan konsumsi fast food, dan status gizi.

##### **a. Kebiasaan berdasarkan jenis *fast food* yang sering dikonsumsi**

Karakteristik responden berdasarkan jenis *fast food* yang sering dikonsumsi remaja diketahui bahwa dari 83 orang responden yang diteliti, terbanyak responden memilih jenis *fast food* mie instant dengan jumlah 24 responden (28,9%). Berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 52 responden (62,7%) dan laki-laki 31 responden (37,3%). Berdasarkan kenyataan yang ditemukan di lapangan mayoritas siswa di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru yaitu berjenis kelamin perempuan. Dengan banyaknya siswa berjenis kelamin perempuan tersebut memberi peluang besarnya jumlah responden perempuan. Gaya hidup remaja putri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebiasaan makan remaja tersebut. Remaja perempuan menjadi lebih aktif, lebih banyak makan di luar rumah, dan mendapat banyak pengaruh dalam pemilihan makanan yang akan dimakannya, remaja putri juga lebih sering mencoba-coba makanan baru (Adriani, 2012).

Ratnasari 2012 mengatakan bahwa dalam sebungkus mie instant terdapat kandungan bahan tambahan makanan seperti MSG, *sodium tripolyphosphat* sebagai bahan pengental dan bahan pengawet seperti *tartrazine yellow* sebagai pewarna kuning pada mie instant dan terdapat kandungan natrium yang tinggi dalam mie sebungkus mie instant yaitu 1460 mg. Kebutuhan natrium menurut World Health Organization (WHO), konsumsi natrium sehari yaitu 2400 mg. Kandungan berbahaya ini yang menyebabkan mie instant berpengaruh buruk terhadap kesehatan bila dikonsumsi pada frekuensi sering.

**b. Kebiasaan remaja mengkonsumsi *fast food* berdasarkan frekuensi konsumsi *fast food*.**

Karakteristik responden berdasarkan jenis *fast food* yang sering dikonsumsi remaja diketahui bahwa dari 83 orang responden yang diteliti, sebagian besar responden sering mengkonsumsi *fast food* dengan jumlah 43 orang responden (51,8%), dan kadang-kadang dengan jumlah 40 orang responden (48,2 %).

Karakteristik responden berdasarkan umur terhadap 83 orang responden yang diteliti diperoleh responden terbanyak adalah umur 16 tahun dengan jumlah 43 orang responden (51,8%). Umur 16 tahun dapat dikategorikan dalam usia remaja pertengahan. Usia remaja pertengahan adalah fase individu yang mengalami perkembangan sehingga dapat mencapai kematangan secara mental, emosional, sosial serta fisik. Pada masa ini remaja cenderung labil dan mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan dan orang-orang terdekat, mudah mengikuti alur zaman seperti mode dan tren yang sedang berkembang di masyarakat. Pengaruh tren ini membuat remaja

mempunyai ragam makanan apa yang dikonsumsi. Pilihan makanan yang tidak tepat akan berdampak buruk pada kesehatan remaja (Kristianti, 2009).

Notoatmodjo (2010) menjelaskan bahwa usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia dewasa beberapa kemampuan intelektual mengalami kemunduran sementara beberapa lainnya meningkat. Kecerdasan kristal (*crystallized intelligence*) adalah kumpulan informasi dan juga kemampuan verbal seseorang meningkat pada usia dewasa, sebaliknya kecerdasan cair (*fluid intelligence*) yaitu kemampuan seseorang untuk bernalar secara abstrak mulai mengalami penurunan.

Mardayanti 2008 mengatakan bahwa status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor lingkungan, kognitif, faktor biologis, dan faktor perilaku. Hal ini juga didukung oleh Heriati (2009) menyatakan bahwa status gizi dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan sehari-hari dan kebiasaan makannya.

### **c. Status Gizi Remaja**

Karakteristik responden berdasarkan jenis status gizi diketahui bahwa dari 83 orang responden yang diteliti, terbanyak responden memiliki status gizi tidak normal dengan berat badan lebih dengan jumlah 49 orang responden (59%), dan normal dengan jumlah 20 orang responden (24,1 %). Selain itu terdapat 13 responden (15,7%) dengan status gizi obesitas dan 1 responden (1,2 %) dengan berat badan kurang.

Hasil penelitian ini berbanding lurus dengan Suryanti 2013 yang mengatakan bahwa gizi lebih terjadi karena asupan energi yang masuk lebih besar

dibanding yang keluar sehingga terjadi kelebihan energi dalam bentuk jaringan lemak. Sering mengkonsumsi makanan *fast food* dapat mengakibatkan terjadinya perubahan pola makan yang merujuk pada pola makan tinggi kalori, lemak dan kolesterol yang berdampak meningkatkan gizi lebih

## 2. Analisa Bivariat

### a. Hubungan Frekuensi Mengonsumsi *Fast Food* dengan Status Gizi pada Remaja

Hasil uji statistik *Chi-square* didapatkan  $p$  value = 0,012 yang berarti  $p$  value  $> \alpha$  (0.05), artinya  $H_0$  gagal ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara frekuensi *fast food* dengan status gizi pada remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan Virani (2012), yang menyatakan adanya hubungan antara kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian gizi lebih, tetapi berbanding terbalik dengan hasil penelitian Kristianti tahun 2009 yang menyatakan tidak adanya hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan status gizi.

Kebiasaan makan atau pola makan dapat menggambarkan frekuensi makan remaja dalam kesehariannya. Hal ini bergantung pada kebiasaan remaja di rumah maupun dilingkungan sekolah. Pola makan remaja sangat berkaitan erat dengan gizi remaja tersebut, karena semakin sering remaja mengkonsumsi makanan *fast food* dalam kesehariannya, maka kecenderungan untuk mengalami status gizi tidak normal akan semakin tinggi.

Peningkatan kemakmuran, kemajuan teknologi dan westernisasi dapat mengakibatkan perubahan gaya hidup dan pola makan di masyarakat, khususnya

Remaja yang cenderung menyukai makanan cepat saji (*fast food*). Gaya hidup masa kini juga bisa menyebabkan kegemukan yaitu adanya kecenderungan suka mengkonsumsi makan fast food seperti burger, pizza, french fries. Namun hal itu sangat tidak dibenarkan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi obesitas/overweight yaitu ketersediaan makanan yang murah, cepat tetapi tidak sehat salah satunya yaitu *fast food*. Konsumsi *fast food* meningkat di kalangan Remaja karena jenis makanan ini cenderung mudah didapat, rasanya lezat, penyajian cepat dan merupakan salah satu life style anak saat ini. Kandungan gizi pada makanan tidak lagi menjadi pertimbangan bagi para pencandu *fast food* (Amainuddin, 2014).

## **BAB VI PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang hubungan kebiasaan mengkonsumsi *fast food* dengan status gizi remaja kepada 83 orang remaja yang ada di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa :

1. Kebiasaan mengkonsumsi *fast food* pada remaja di SMK 2 Muhammadiyah pekanbaru adalah dengan frekuensi kadang-kadang yaitu 43 responden (51,8 %)
2. Status gizi pada remaja di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru dengan berat badan lebih yaitu 42 orang responden (50,6%)
3. Terdapat hubungan kebiasaan mengkonsumsi *fast food* dengan status gizi pada remaja di SMK 2 Muhammadiyah pekanbaru

### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti memiliki beberapa saran yang ditujukan kepada:

1. Saran Teoritis (Keilmuan)

Bagi peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian lanjut dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang lebih baik, jumlah sampel yang lebih banyak serta tidak hanya menghubungkan factor kebiasaan mengkonsumsi saja tetapi bisa menghubungkan dengan faktor yang lainnya seperti sikap dan perilaku, faktor ekstrinsik, media, dan lainnya. Data dalam penelitian ini dapat menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya sebagai dasar untuk mengatasi masalah nutrisi pada remaja yang memiliki berat badan diatas normal.

## 2. Saran Praktis (Gunalaksana)

- a. Diharapkan kepada siswa agar lebih mengaplikasikan ilmu yang telah didapat dalam kehidupan sehari-hari termasuk terhadap gaya hidup dan kebiasaan pola makan.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data *evidence-based* atau informasi dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut.
- c. Diharapkan masyarakat agar dapat lebih bijak untuk mengonsumsi makanan dan mengurangi frekuensi konsumsi makanan cepat saji.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan, edisi 1*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Ade. (2012). *Gambaran pengetahuan, sikap dan tindakan mahasiswa fakultas kedokteran universitas sumatera utara tentang konsumsi makanan cepat saji*. Diperoleh tanggal 25 Oktober 2014 dari <http://repository.usu.ac.id>
- Arikunto. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman. (2009). *Gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta: EGC
- Darma, K. (2011). *Metodologi penelitian keperawatan*. Jakarta: Trans Infomedia.
- Devi, N. (2012). *Gizi anak sekolah*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.
- Hidayat, AA. (2008a). *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, AA. (2008b). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Istiyani. (2013). *Pangan dan gizi*. Bogor: Intitut Pertanian Bogor
- Intihani, T. (2013). Hubungan pengetahuan, uang saku, dan peer group dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji pada remaja putri. *Journal of Nutrition College*, 2, 346-359. Diperoleh 28 Januari 2015 dari <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>.
- Khomsan, A. (2008). *Sehat itu mudah, wujudkan hidup sehat dengan makanan tepat*. Bandung: Hikmah PT. Mizan Publika.
- Kristianti. (2009). *Hubungan pengetahuan gizi dan frekuensi konsumsi fast food dengan status gizi mahasiswa fakultas ilmu keperawatan universitas muhammadiyah surakarta*. Diperoleh tanggal 20 oktober 2014 dari <http://publikasiilmiah.ums.ac.id>
- Mubarak, Chayatin, N. (2009). *Ilmu kesehatan masyarakat: teori dan aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Muniroh, (2008). Hubungan pengetahuan gizi, body image, dan status gizi remaja di SMA Islam Makasar. Diperoleh pada tanggal 20 oktober 2014 dari <http://repository.unhas.ac.id>
- Muwakhidah. (2008). Faktor resiko yang berhubungan dengan obesitas di SMU batik Surakarta. Diperoleh tanggal 28 september 2014 dari <http://publikasiilmiah.ums.ac.id>

- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi kesehatan teori dan aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nilsen, A.C, (2008). *Majalah Appetite Journey*. Diperoleh tanggal 28 september 2014 dari <http://repository.usu.ac.id>.
- Nursalam. (2003). *Konsep & penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Purwoningsih. (2006). *Fast food* sebagai faktor resiko terjadinya obesitas pada remaja di SMUN 3 Semarang. Diperoleh tanggal 20 oktober 2014 dari <http://eprints.undip.ac.id>
- PSIK-UR. (2013). *Pedoman penulisan skripsi dan penelitian*. Pekanbaru: Buku panduan tidak dipublikasikan.
- Riskesdas. (2007). *Laporan Riset Keperawatan Dasar 2007 Badan Penelitian dan pengembangan kesehatan Kementrian Kesehatan RI* . Diperoleh tanggal 10 oktober 2010 dari <http://www.litbang.depkes.go.id/2014>
- Riskesdas. (2010). *Laporan Riset Keperawatan Dasar 2010 Badan Penelitian dan pengembangan kesehatan Kementrian Kesehatan RI*. Diperoleh tanggal 10 oktober 2014 dari <http://www.litbang.depkes.go.id>
- Riskesdas. (2013). *Laporan Riset Keperawatan Dasar 2013 Badan Penelitian dan pengembangan kesehatan Kementrian Kesehatan RI*. Diperoleh tanggal 10 oktober 2014 dari [http://www.litbang.depkes.go.id/sites/download/rkd2013/Laporan\\_Riskesdas2013.PDF](http://www.litbang.depkes.go.id/sites/download/rkd2013/Laporan_Riskesdas2013.PDF)
- Sari, RW. (2008). *Bahaya makanan cepat saji dan gaya hidup sehat: dangerous junk food*. Yogyakarta: O<sub>2</sub>.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sugiyono. (2010). *Metodelogi penelitian kualitatif dan kuantitatif*. Bandung: Alfabeta
- UPI. (2012). *Pemilihan fast food setelah mempelajari ilmu gizi oleh peserta didik*. Diperoleh tanggal 20 Oktober 2014 dari <http://repository.upi.edu>
- Widyastuti, P. (2005). *Penyakit bawaan makanan: fokus untuk pendidikan kesehatan/World Health Organization*. Jakarta: EGC.
- Wijayanti. 2013. *Analisis faktor penyebab obesitas dan cara mengatasi obesitas pada remaja*. Diperoleh tanggal 10 november 2014 dari <http://lib.unnes.ac.id/18887/1/6250408055.pdf>
- Yuliarti, N. (2007). *Awas! bahaya di balik lezatnya makanan*. Yogyakarta: ANDI.

