

**HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN, SIKAP DAN
ASUPAN GIZI DENGAN STATUS GIZI SISWA/i
KELAS VIII SMP NEGERI 5 JAYAPURA**



Karya Tulis Ilmiah ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan
Pendidikan Akhir Diploma III Gizi

SEPTI BATUBARA

NIM. PO.71.32.2.09.40

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN JAYAPURA

JURUSAN GIZI

2012

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH INI DENGAN JUDUL “HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN,
SIKAP DAN ASUPAN GIZI DENGAN STATUS GIZI
SISWA/I KELAS VIII SMP NEGERI 5 JAYAPURA”

Di ajukan Oleh:

SEPTI BATUBARA
NIM PO.71.32.2.09.40

Telah Mendapat Persetujuan Ujian Karya Tulis Ilmiah

Jayapura, September 2012

Pembimbing I


(CHRISMEN SILITOGA, SKM., MKM)
NIP. 195712251982031003

Pembimbing II


(ROSLIEN MANUSIWA SKM., MPH)
NIP.19660213 199303 2 013

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi


I RAI NGARDITA, SKM, M.Kes
NIP. 19660315 198903 1002

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN, SIKAP DAN ASUPAN GIZI DENGAN
STATUS GIZI SISWA/I KELAS VIII SMP NEGERI 5

Oleh:

SEPTI BATUABARA

NIM PO.71.32.2.09.40

Telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji

Pada tanggal September 2012

Susunan Tim Penguji

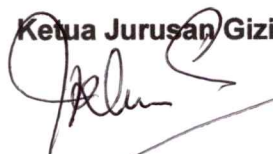
1. Chrismen Silitonga, SKM., MKM (Pembimbing I)
2. Roslien Manusiwa, SKM., MPH (Pembimbing II)
3. Gutit Enny Susanti, SKM., M.Kes (Penguji I)
4. Sanya Anda Lusiana, SP (Penguji II)

Telah Diterima

Pada TanggalSeptember 2012

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi



I RAI NGARDITA, SKM., M.Kes

NIP. 19660315 198903 1002

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam KTI ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh kesamaan disuatu perguruan dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang tertulis dalam masalah disebutkan dalam daftar pustaka.

Jayapura, September 2012

Septi Batubara

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Septi Batubara
Tempat. Tanggal Lahir : Pematang Siantar, 7 September 1991
Agama : Kristen Protestan
Alamat Asal : Sumatra Utara

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Sekolah Dasar Inpres Pematang Siantar Tahun 2003
2. SMP Negeri 5 Jayapura Tahun 2006
3. SMA Negeri 4 Jayapura Tahun 2009
4. Jurusan Gizi Poltekes Jayapura Tahun 2012

MOTTO :

Orang yang menabur dengan mencururkan air mata,,,,,

Akan menuai dengan bersorak – sorai

Orang yang berjalan maju dengan menangis sambil menabur benih,,,,,

Pasti pulang dengan bersorak – sorai sambil membawa berkas- berkasnya.

Mazmur 126 : 5-6

Kupersembahkan KTI ini untuk :

1. Kemuliaan nama Tuhan Yesus Kristus sebab segala sesuatu adalah dari Dia dan oleh Dia dan kepada Dia, bagi Dialah kemuliaan sampai selama – lamanya.
2. Kepada kedua orang tua tercinta Bintang Batubara dan Nursinah Hutahaeen (Alm)
3. Kepada keluarga besar om dan tante yang telah membantu baik moril maupun material
4. Kepada kakak Henny dan abang Viktor, Robin, dan Josua yang telah meberikan motivasi dan dorongannya sehingga saya dapat menyelesaikan KTI ini.
5. Kepada teman – teman manjama grils's yang telah memberikan motivasi
6. Kepada teman – teman gizi angkatan 2009.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa Karena atas berkat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini tepat waktu.

Terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan yang penulis terima dari segala pihak baik secara moril maupun material. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada.

1. Isak Jurun Hans Tukayo SKp. M.sc selaku Direktur Politeknik Kementrian Kesehatan Jayapura.
2. I Rai Ngardita, SKM., M.Kes selaku ketua Jurusan Gizi politeknik kesehatan Jayapura, dan semua dosen jurusan gizi yang mengajar dan membimbing saya selama perkuliahan.
3. Chrismen Silitonga, SKM.MKM selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya memberikan bimbingan dan saran-saran sehingga Karya ulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
4. Roslien Manusiwa, SKM,MPH selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya memberikan bimbingan dan saran-saran sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
5. Kedua oragtua dan keluarga besarku yang telah memberikan bantuan baik moril maupun material, sehinggan penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kepala sekolah SMP N 5 Jayapura dan staf yang telah membantu dalam memberikan izin dan proses pengumpulan data.
7. Teman- teman manajama Gril's (Winda, Riary Madu, Melissa, Rima, Mir'a, Fitri dan Franklin Lorry) dan Rekan-rekan Jurusan Gizi angkatan 2009. terima kasiah buat dukungan dan motivasinya.
8. For My Some One, terima kasih untuk kasih sayangnya dalam doa dan motivasinya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Olah karena itu segala saran dan kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan selanjutnya. Akhirnya semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi para pembaca

Jayapura,... Agustus 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI	xii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II. TINJUAN PUSTAKA	
A. Dasar Teori	5
B. Kerangka Teori	20
C. Kerangka Pikir	21
D. Hipotesis	22
E. Defenisi Operasional	23

BAB. III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	
B. Waktu dan Tempat	24
C. Populasi dan Sampel	24
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	24
E. Cara Pengolahan Data	27
F. Analisis Data	28
G. Penyajian Data.....	29

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN 29

A. Hasil	31
B. Pembahasan	31

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	42
B. Saran	42

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

4.1 Distribusi Sampel menurut Jenis Klemain	31
4.2 Distribusi Sampel Menurut Umur	31
4.3 Distribusi Sampel Tingkat Pendidikan Ayah dan Ibu	32
4.4 Distribusi Sampel Tingkat Pekerjaan Ayah dan Ibu	32
4.5 Distribusi Sampel Status Gizi	33
4.6 Distribusi Sampel Kebiasaan Makan	33
4.7 Distribusi Sampel Sikap	34
4.8 Distribusi Sampel Asupan Gizi	34
4.9 Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi	35
4.10 Hubungan Sikap Dengan Status Gizi	36
4.11 Hubungan Asupan Gizi Dengan Status Gizi	37

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar Kerangka Teori

2. Gambar Kerangka piker

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	Karetristik Sampel
Lampiran II	Formulir Kuisiner
Lampiran III	Data Recall 1× 24 jam
Lampiran IV	Master Tabel

SEPTI BATUBARA
HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN, SIKAP DAN ASUPAN GIZI DENGAN
STATUS GIZI SISWA/ I KELAS VIII SMP NEGERI 5 JAYAPURA
X, 47 hal, 11 tabel

ABSTRAK

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makan dan penggunaan zat gizi. Makanan sehari-hari yang dipilih dengan baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh.), Asupan gizi adalah banyaknya masing-masing zat gizi yang harus di penuhi dari makanan, mencakup hamper semua orang sehat. Tujuan Penelitian ini Untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan,sikap, dan asupan gizi dengan status gizi siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura.

Penelitian ini dilakukan secara deskriptif analitik dengan pendekatan “ Cross Sectional Study”. dilakukan pada tanggal 20Juli s/d 10 Agustus 2012. di SMP N 5 Jayapura. Populasi Sampel adalah seluruh siswa/siswi kelas VIII SMP Negeri 5 Jayapura. Sampel adalah sebagian dari sisiwa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura yang terpilih, Analisis Data menggunakan program SPSS dengan uji “ x^2 ” Rumus statistik “*Chi-square*”. Penyajian Data kebiasaan makan, sikap, asupan gizi, dan status gizi diolah kemudian disajikan dalam bentuk tabel, dan dinarasikan.

Dari hasil distribusi sampel bahwa sebagian besar siswa/ I SMP N 5 Jayapura memiliki status gizi baik yaitu sebanyak 64 orang (79%), kebiasaan makan yang baik sebanyak 46 orang (56,8%), sebagian besar sampel memiliki sikap yang baik yaitu sebanyak 66 orang (81,5%), dan sebagian besar sampel memiliki asupan makan yang baik yaitu sebanyak 72 orang (88,9%). Dari hasil uji statistic dengan menggunakan Chi Square diperoleh $P = 0,03$ karena nilai ini lebih kecil dari 0.05 maka H_0 ditolak sehingga secara dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan makan dengan status gizi. Berdasarkan analisa statistic dengan menggunakan uji personChi Square diperoleh $P = 1,00$ dan karena nilai ini lebih besar dari 0.05, maka H_0 diterima sehingga secara dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap dengan status gizi. Berdasarkan analisa statistic dengan menggunakan Chi Square diperoleh $P = 0,00$ dan karena nilai ini lebih kecil dari 0.05, maka H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan gizi dengan status gizi

Daftar Bacaan : 16 buku (1994 – 2011)

Kata Kunci : Kebiasaan Makan, Sikap, Asupan Gizi, dan Status Gizi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode dari pertumbuhan dan proses kematangan manusia, pada masa ini terjadi perubahan yang sangat unik dan berkelanjutan. Perubahan fisik karena pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan dan gizinya. Ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan konsumsi akan menimbulkan masalah gizi, baik itu berupa masalah gizi lebih maupun gizi kurang.

Permasalahan makanan pada anak biasanya adalah sulit makan atau tidak mau makan. Apabila hal tersebut tidak diatasi dapat menyebabkan kekurangan gizi. Kurang gizi akan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan. Sikap kecenderungan untuk bertindak/praktek. Tapi sikap belum terwujud dalam tindakan , sebab terwujudnya tindakan perlu faktor lain yaitu adanya fasilitas dan sarana.

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makan dan penggunaan zat gizi. Makanan sehari-hari yang dipilih dengan baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Bila makanan yang tidak dipilih dengan baik, tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat gizi essensial tertentu (Almatsier, 2001).

Asupan gizi adalah banyaknya intake energi dan zat gizi yang di konsumsi sehari-hari di nilai dari kebutuhan gizi. Waspadji (2003), Asupan gizi adalah banyaknya masing-masing zat gizi yang harus di penuhi dari makanan, mencakup hampir semua orang sehat. (Djani,1997 dalam Herlina, 2010).

Menurut Suhardjo (2003) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi diantaranya adalah faktor langsung di antaranya adalah asupan makan, status kesehatan dan pola Asuh, sedangkan faktor tidak langsung adalah sosial ekonomi, budaya masyarakat, dan kesadaran gizi/daya beli. Faktor lain yang mempengaruhi status gizi adalah perilaku diantaranya adalah Pengetahuan, Sikap, dan kebiasaan makan. Selain faktor perilaku lingkungan juga sangat mempengaruhi status gizi diantara makanan jajanan.

Berdasarkan hasil riset Riskesda tahun 2007 prevalensi status gizi di Kota Jayapura berdasarkan kekurusan dan BB lebih. Untuk laki –laki berdasarkan tingkat kekurusan sebesar 10%, dan BB lebih sebesar 12,7%. sedangkan untuk perempuan berdasarkan tingkat kekurusan sebesar 7,4% dan BB lebih sebesar 9,8%

Dari hasil survey pendahuluan yang telah saya lakukan pada bulan Maret diperoleh dari Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMP N 5) Jayapura jumlah siswa seluruhnya adalah 809 orang. Sedangkan jumlah siswa kelas VIII sebanyak 312 orang. Dimana kelas VIII terdiri dari 7 kelas yaitu kelas VIII A – VIII G

Berkaitan dengan hal tersebut diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul " Hubungan Kebiasaan makan, Sikap dan Asupan Gizi Dengan Status Gizi siswa Kelas VIII SMP N 5 Jayapura.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah adalah sebagai berikut :

- a. Bagaimana gambaran kebiasaan makan, sikap, asupan gizi, dan status gizi siswa/i SMP N 5 Jayapura
- b. Apakah ada hubungan kebiasaan makan, sikap, dan asupan gizi dengan status gizi siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan, sikap, dan asupan gizi dengan status gizi siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui kebiasaan makan pada siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura
- b. Untuk mengetahui sikap pada siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura
- c. Untuk mengetahui asupan gizi pada siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura
- d. Untuk mengetahui status gizi pada siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura
- e. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan dengan status gizi siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura
- f. Untuk mengetahui hubungan sikap dengan status gizi siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura
- g. Untuk mengetahui hubungan asupan gizi dengan status gizi siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi pihak sekolah diharapkan lebih memperhatikan siswa/i SMP N 5 selain itu juga dapat menyediakan kantin yang sehat dalam menopang dan meningkatkan status gizi yang optimal dan meningkatkan kemajuan belajar.
2. Bagi orang tua lebih memperhatikan cara pemilahan makanannya.
3. Bagi pihak puskesmas agar lebih memperhatikan status gizi remaja dalam menopang dan meningkatkan status gizi yang optimal atau yang lebih baik lagi.
4. Bagi peneliti sebagai salah satu pengalaman yang berharga dalam mempelajari dan mengaklifikasikan ilmu yang di dapat selama perkuliahan

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

1. Dasar Teori

A. Kebiasaan Makan

1. Pengertian

Makan merupakan kebutuhan manusia yang paling pokok dan paling mendasar . yang mau atau tidak mau manusia harus penuhi.karena ketersediaaannya makanan didalam tubuh menyediakan seseorang dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan lebih produktif.

Kebiasaan makan adalah cara-cara individu atau kelompok memilih mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia, yang berdasarkan faktor-faktor sosial dan budaya dimana mereka hidup (Guitrie dan Mend, 1995 dalam Daundy,2006). Kebiasaan makan yang baik dapat mengakibatkan hal-hal yang tidak diinginkan seperti kekurangan gizi. Seperti energi dan protein.

Kebiasaan makan yang diperoleh semasa remaja akan berdampak pada kesehatan dan fase kehidupan selanjutnya. Salah satu masalah serius yang menghantui saat ini adalah konsumsi makanan olahan, konsumsi makanan jenis ini secara berlebihan dapat berakibat kekurangan zat gizi lain.

2. Faktor- faktor yang mempengaruhi Kebiasaan Makan

Pada dasarnya menurut Khumaidi K. 1988 ada dua faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan manusia yaitu faktor intristik (yang berasal dari dalam diri manusia) dan ekstistik (yang berasal dari luar diri manusia) faktor ekstrinstik antara lain.

a. Lingkungan Alam

Pola makan masyarakat pedesaan pada umumnya diwarnai oleh jenis bahan makanan yang umumnya dapat di produksi oleh tempat atau desa tersebut, misalnya masyarakat di daerah pantai atau nelayan ikan merupakan makanan sehari-hari yang dipilih karena dapat dihasilkan sendiri.

b. Lingkungan Sosial

Tiap-tiap suku bangsa mempunyai kebiasaan makan yang berbeda-beda, sesuai dengan kebudayaan yang telah dianut turun-menurun. Misalnya didalam suatu rumah tangga, kebiasaan makan juga sering ditemukan terdapat perbedaan antara suami dan istri atau orang tua dan anak.

c. Lingkungan Budaya dan Agama

Lingkungan budaya yang berkaitan dengan kebiasaan makan biasanya meliputi nilai kehidupan rohani dan kewajiban sosial. Misalnya pada masyarakat Jawa ada kepercayaan bahwa nilai spritual yang tinggi akan dapat dicapai oleh seorang ibu atau anaknya, apabila ibu tersebut sanggup memenuhi pantangan-pantangan didalam hal makanannya.

d. Lingkungan Ekonomi

Distribusi pangan banyak ditentukan oleh kelompok masyarakat menurut tarif ekonominya. Misalnya golongan masyarakat ekonomi yang kuat, yang mempunyai kebiasaan makan dengan konsumsi rata-rata melebihi angka kecukupannya, sebaliknya golongan masyarakat ekonomi paling lemah, yang justru pada umumnya produsen pangan mereka mempunyai kebiasaan makan yang memberikan nilai gizi dibawah kecukupan lemah atau mutunya.

Menurut (Khumaidih,1998) yang termasuk faktor instrinsik yaitu :

a. Asosiasi Emosional

Kebiasaan makan yang sendiri kecil ditanam pada seseorang anak akan terbawa hingga besar misalnya seorang anak waktu masih kecil dipaksa oleh ibunya makan telur rebus setiap hari, meskipun anak itu sudah merasa bosan. Kebiasaan seperti ini akan tertanam pada diri anak tersebut hingga besar.

b. Keadaan Jasmani dan Kejiwaan yang sedang sakit

Keadaan kesehatan sangat mempengaruhi kebiasaan makan misalnya sakit gigi lalu dipaksakan untuk membiasakan makanan lunak, keadaan yang bersifat terpaksa ini membuat nafsu makan menjadi sangat menurun/berkurang. Penyakit tersebut bila dialami oleh anak kemungkinan mereka akan mengalami kurang gizi.

c. Penilaian yang lebih terhadap mutu makanan

Masyarakat yang makanan pokoknya adalah beras, sering menganggap bahwa kebutuhannya akan makanan telah tercukupi apabila sudah makan nasi, meskipun lauk pauhnya kerupuk dan kecap. Keadaan seperti ini akan menimbulkan kekurangan berupa zat gizi. Tiga hal pokok yang mempengaruhi kebiasaan makan yaitu pengetahuan , keterampilan , dan sikap. Sikap dikaitkan pada nilai dan lebih tahan terhadap perubahan (Santoso.dkk, 2000 dalam Daundy, 2006).

Selain itu juga kebiasaan makan juga berpengaruh pada keluarga, dan sekolah. Suatu kebiasaan makan yang teratur dalam keluarga akan membentuk kebiasaan makan yang baik bagi anak-anak. Pembiasaan sarapan pagi di rumah atau membawa bekal dari rumah. Lingkungan sekolah dapat membentuk kebiasaan makan anak- anak.

B. Sikap

1. Pengertian

Sikap adalah reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang setelah menerima rangsangan dari suatu subjek (Soekidjo, 1993 dalam Kadiwaru, 2007). Ada empat tindakan sikap yaitu :

a. Menerima (*Receiving*)

Menerima diartikan bahwa seseorang atau subjek mau menerima dan memperhatikan stimulus atau pendapat yang diberikan oleh subjek.

b. Merespon (*Respond*)

Merespon diartikan sebagai menanggapi atau memberikan jawaban terhadap pertanyaan yang dihadapi atau yang diberikan kepada objek.

c. Menghargai (*Valuing*)

Menghargai diartikan sebagai subjek atau seseorang memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus.

d. Bertanggung jawab (*Responsibel*)

Bertanggung jawab diartikan sebagai sikap yang paling tinggi tindakannya adalah bertanggung jawab terhadap apa yang telah diyakinkan.

Sikap mempunyai tiga komponen pokok yaitu :

- a. Kepercayaan (keyakinan), ide dan konsep terhadap suatu objek
- b. Kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek
- c. Kecenderungan untuk bertindak (*Trend To be Have*).

2. Pengukuran

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat dinyatakan bagaimana pendapat responden terhadap suatu subjek yang bersangkutan. Sedangkan secara tidak langsung dapat dilakukan dengan cara memberikan pendapat dengan menggunakan kata "Setuju", "Kurang Setuju", dan "Tidak Setuju". (Lubis, 2010).

C. Asupan Gizi

1. Pengertian

Asupan zat gizi adalah banyaknya *intake* energi dan zat gizi yang dikonsumsi sehari-hari di nilai dari kebutuhan gizi.(Waspadji,2003). Asupan gizi adalah banyaknya masing-masing zat gizi yang harus dipenuhi dari makanan, mencakup hampir semua orang sehat.(Djani,1997 dalam Herlina, 2010).

Dalam beberapa hal masalah gizi remaja sama dengan masalah gizi usia anak yaitu anemia defisiensi besi, kelebihan dan kekurangan berat badan. Keadaan gizi seseorang merupakan gambaran dari apa yang dikonsumsi atau asupan gizi dalam jangka waktu yang cukup lama. Konsumsi zat gizi yang berlebihan juga membahayakan kesehatan .misalnya konsumsi energi dan protein yang berlebihan dapat menyebabkan kegemukan sehingga beresiko pada penyakit kardiovaskuler (Syafiq,dkk 2008).

2. Faktor- faktor yang mempengaruhi Asupan Gizi

Menurut Achmad,1998 ada tiga faktor yang mempengaruhi asupan gizi makanan yaitu :

- a. Faktor ekonomi meliputi, tingkat persediaan pangan sampai pada keluarga , distribusi pangan dan tingkat pendapatan atau daya beli keluarga.

b. Faktor sosial meliputi tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi.

c. Faktor keluarga adalah adanya pantangan – pantangan atau masi ada rasa tabu yang melekat pada masyarakat

3. Penilaian atau Pengukuran Asupan Gizi

Pengukuran Asupan gizi dapat dilakukan dengan beberapa metode antara lain:

a. *Metode Food Recall 24 jam*

Metode Food Recall 24 jam merupakan metode sederhana dan mudah dilakukan. Responden diminta untuk mengingat kembali makanan atau minuman yang telah dikonsumsi dalam 24 jam sebelumnya. Alat ini terdiri dari beberapa bentuk makanan yang seringkali dikonsumsi dengan beberapa ukuran yang sering digunakan.

Setiap model telah dilengkapi dengan kandungan zat gizi yang sesuai sehingga memudahkan dalam menilainya. Hal ini digunakan untuk mencegah adanya *flat slope syndrom* di mana responden melakukan estimasi yang berlebihan pada makanan yang kurang dikonsumsi atau estimasi yang kurang pada makanan yang banyak dikonsumsi.

b. *Metode Food Frequency (Frekuensi Makan)*

Metode ini digunakan untuk melihat kebiasaan susunan hidangan makanan atau menu makanan yang dikonsumsi. Responden diminta memberi jawaban frekuensi mengkonsumsi berbagai jenis makanan sesuai daftar jenis makanan.

1. Kebutuhan Gizi

Kebutuhan gizi remaja dan eksklusif mudah relatif besar karena masih mengalami pertumbuhan. Selain itu, remaja umumnya melakukan aktifitas fisik lebih tinggi dibandingkan dengan usia lainnya, sehingga di perlukan zat gizi lainnya. Penentuan kebutuhan akan zat gizi secara umum di dasarkan pada *Recommended Daily Allowances (RDA)*. RDA di susun berdasarkan perkembangan kronologis bukan kematangan. (Arisman, 2008).

a. Kebutuhan Energi

Energi diperlukan manusia untuk bergerak atau melakukan melakukan pekerjaan fisik dan juga menggerakkan proses dalam tubuh seperti misalnya sirkulasi dalam darah, denyut jantung, pencernaan, dan proses- proses fisiologis lainnya. (Suhardjo, 1992 dalam Sinon, 2010)

Kebutuhan energi setiap individu berbeda-beda sehingga jumlah energi yang diperlukan pun berbeda-beda. Kelebihan dan kekurangan energi yang dikonsumsi akan memberikan dampak yang sangat merugikan bagi kesehatan tubuh. Kelebihan akan menyebabkan obesitas sedangkan kekurangan mengakibatkan status gizi yang berpengaruh antara lain terhadap produktivitas dan daya tahan tubuh berkurang (Syafiq dkk, 2008).

b. Kebutuhan Protein

Protein merupakan zat gizi yang sangat penting bagi tubuh sebagai bahan bakar dalam tubuh, juga zat pembangun dan zat pengatur. Sebagai zat pembangun, protein adalah bahan pembentuk jaringan – jaringan baru yang selalu didalam tubuh. Pada masa pertumbuhan proses pembentukan jaringan terjadi secara besar-besaran (Sediaoetomo, 1999).

D. Status Gizi

1. Pengertian

Gizi adalah Suatu proses organisme menggunakan makanan yang di konsumsi secara normal melalui proses digesti, absorsi, transportasi, penyimpanan ,metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak di gunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal dari organ-organ , serta menghasilkan energi (Supariasa,2002).

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi, yang dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih.(Almatsier, 2002). Status Gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variable tertentu, atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variable tertentu.

2. Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi di bagi dua yaitu penilaian status gizi langsung dan penilaian status gizi secara tidak langsung

a. Penilaian Status Gizi secara Langsung

- 1) Antropometri Adalah pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi.
- 2) Klinis adalah metode yang di dasarkan atas perubahan – perubahan yang terjadi di hubungkan dengan ketidakcukupan zat gizi.
- 3) Biokimia adalah pemeriksaaan spesimen yang di uji secara laboratories yang di lakukan pada berbagai macam jaringan tubuh.
- 4) Biofisik adalah penentuan status gizi dengan metode melihat kemampuan fungsi dan melihat perubahan struktur dari jaringan.

b. Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung

- 1) Survey konsumsi makanan adalah metode penentuan status gizi secara tidak langsung dengan melihat jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi
- 2) Statistik vital adalah menganalisis data beberapa statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, angka kesakitan dan kematian akibat penyebab penyakit tertentu dan data lainnya berhubungan dengan gizi
- 3) Faktor Ekologi adalah masalah ekologi sebagai hasil interaksi beberapa faktor fisik, biologis, dan lingkungan budaya. (Supriasa, 2002).

3. Indeks Antropometri

a. Berat badan menurut umur (BB/U)

Parameter BB/U menunjukkan status gizi masa kini secara sensitive terhadap perubahan – perubahan yang mendadak. Indeks BB/U digunakan sebagai salah satu cara pengukuran status gizi.

b. Tinggi badan menurut umur (TB/U)

Tinggi badan merupakan antropometri yang menggambarkan keadaan pertumbuhan selektal. Beaton dan Begoa(1973) menyatakan bahwa Indeks TB/U disamping memberikan gambaran status gizi masa lampau, juga lebih erat kaitannya dengan status sosial ekonomi.

c. Berat badan menurut tinggi badan (BB/TB)

Berat badan memiliki hubungan yang linier dengan tinggi badan . BB/TB merupakan indikator yang baik untuk menilai status gizi saat ini . indeks BB/U merupakan indeks yang independen terhadap umur.

a. Z- Score

Z-score merupakan indeks antropometri yang digunakan secara internasional untuk menentukan status gizi dan pertumbuhan, yang diekspresikan sebagai satuan standar deviasi (SD) populasi rujukan.

Untuk pengukuran Z-score pada populasi yang distribusinya normalnya. Umumnya digunakan pada indikator Tinggi Badan dengan rumus sebagai berikut:

➤ **Jika Nilai Individu Subjek < Nilai Median**

$$Z - \text{Score Indeks} = \frac{\text{Nilai Individu} - \text{Nilai Median}}{\text{Median} - (-1SD)}$$

➤ **Jika Nilai Individu Subjek > Nilai Median**

$$Z - \text{Score Indeks} = \frac{\text{Nilai Individu} - \text{Nilai Median}}{\text{Median} - (-1SD)}$$

Tabel 2.1. Kategori status gizi berdasarkan Z-score

Z-Score	Indikator Pertumbuhan		
	TB/U	BB/U	BB/TB
Diatas 3	Lihat Keterangan 1	Lihat Keterangan 2	Sangat Gemuk (Obes)
Diatas 2			Gemuk (Over Weight)
Diatas 1			Resiko Gemuk
Dibawah -1			
Dibawah -2	Pendek (<i>Stunted</i>)	Kurus (<i>Wasted</i>)	Kurus (<i>Wasted</i>)
Dibawah -3	Sangat Pendek (<i>Severe Stunted</i>)	BB sangat Kurang (<i>Severe Stunted</i>)	Sangat Kurus (<i>Severe Stunted</i>)

Sumber : WHO MGRS, (2005)

Keterangan :

1. kategori ini termasuk sangat tinggi dan biasanya tidak menjadi masalah kecuali anak yang sangat tinggi mungkin mengalami endrokrin
2. berdasar BB/U pada kategori ini, kemungkinan mempunyai masalah pertumbuhan.
 - a. Indeks Lingkar Lengan Atas Menurut Umur(LLA/U)
Lingkar lengan atas memberikan gambaran tentang keadaan jaringan otot dan lapisan lemak bawah kulit.lingkar lengan atas berkorelasi dengan indeks BB/U maupun BB/TB.
 - b. Indeks IMT
IMT merupakan cara atau alat yang sederhana untuk menilai status gizi orang remaja maupun dewasa, untuk menilai IMT, maka dapat di hitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$IMT = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (M)}^2}$$

Gambar 1 Rumus Perhitungan IMT

Dengan kategori IMT ambang batas sebagai berikut : untuk laki-laki adalah 20,1-25,0 dan untuk perempuannya adalah 18,7-23,8. Untuk kepentingan Indonesia batas ambang di modifikasikan lagi berdasarkan pengalaman klinis dan hasil penelitian di beberapa Negara berkembang akhirnya diambil kesimpulan batas IMT untuk Indonesia adal seperti yang tertera pada table di bawah ini (Supariasa, 2002)

Tabel 2.2 Kategori Indeks Massa Tubuh

	Kategori	IMT
Kurus	tingkat berat	<17,0
	tingkat ringan	17,0 -18,5
Normal		>18,5 -25,0
Gemuk	tingkat ringan	>25,0 -27,0
	tingkat berat	>27,0

Sumber. Depkes, 1994 pedoman praktis Pemantauan status gizi

1. Faktor –Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

a. Faktor Lansung

1. Asupan gizi/Konsumsi makanan

Konsumsi makanan dan adanya penyakit infeksi. Makin bertambah usia anak maka makin bertambah pula kebutuhannya. Konsumsi makanan dalam keluarga dipengaruhi jumlah dan jenis pangan yang dibeli, pemasakan, distribusi dalam keluarga dan kebiasaan makan, Konsumsi juga tergantung pada pendapatan ,agama, adat,Istiadat dan pendidikan keluarga yang bersangkutan (Almatsier, 2001 dalam Sinon,2010).

2. Status Kesehatan

Kurang gizi dengan penyakit infeksi tergantung dari besarnya dampak yang ditimbulkan oleh sejumlah infeksi terhadap status gizi itu sendiri.

b. Faktor tidak Lansung

1. Pendidikan dan Pengetahuan ibu

Pengetahuan tentang gizi adalah pengetahuan tentang keragaman bahan makanan yang dapat dipakai sebagai ukuran kualitas gizi. Kurangnya pengetahuan ibu tentang pemelihan bahan makanan yang bernilai gizi serta bagaimana cara memperlakukan bahan makanan tersebut seringkali merusak dan mengurangi zat gizinya. Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi akan mempengaruhi penerapan info tersebut dalam pola konsumsinya (Suhardjo, 1989).

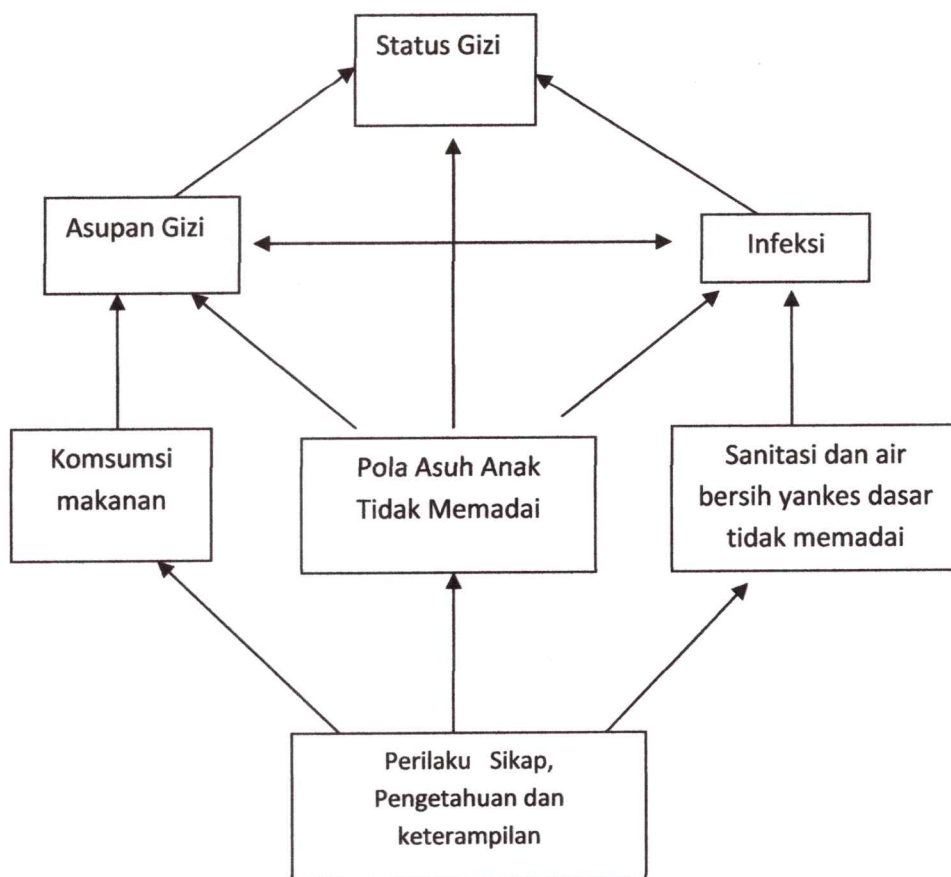
Rendahnya ketahanan pangan rumah tangga, pola asuh anak yang tidak memadai, kurangnya sanitasi lingkungan serta pelayanan kesehatan yang tidak memadai merupakan tiga faktor yang saling berhubungan. Makin tersedia air bersih yang cukup untuk keluarga serta makin dekat jangkauan keluarga terhadap pelayanan dan sarana kesehatan, ditambah dengan pemahaman ibu tentang kesehatan, makin kecil resiko anak terkena penyakit dan kekurangan gizi ([Http://www.gizi.com](http://www.gizi.com))

3. Sosial ekonomi.

Terjadinya krisis ekonomi. Seseorang yang mempunyai status sosial ekonomi rendah akan mempengaruhi persediaan pangan dan makanan dalam menunjang kebutuhan tubuhnya (Soeharjo, 1985 dalam Herlina, 2010).

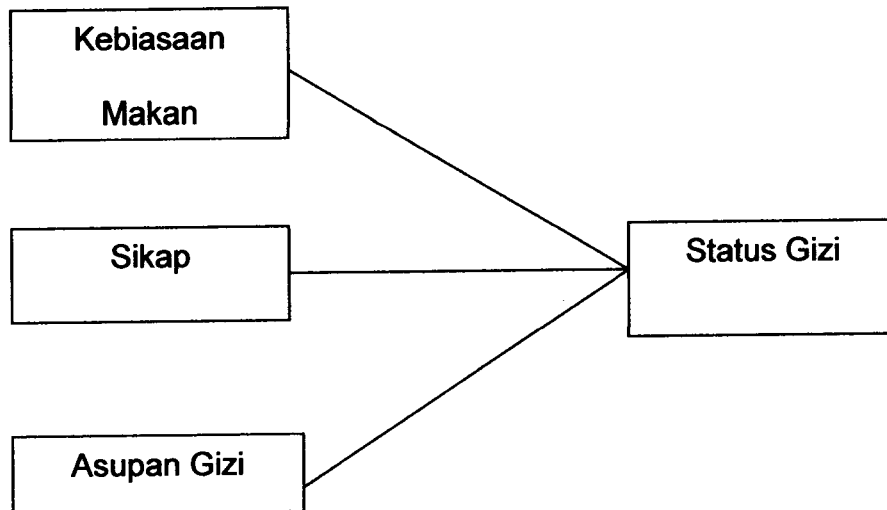
B Kerangka Konsep

1. Kerangka Teori



Gambar 1. Faktor yang mempengaruhi status gizi
Sumber UNICEF (1998), dalam Adisasmito,2000

2. Kerangka Pikir



Gambar 2.Kerangka Pikir

Variabel Dependent : Status Gizi

Variabel Independet : Kebiasaan makan, Sikap, dan Asupan Gizi

3. Defenisi Operasional dan Kritia Objektif

Tabel 3. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

No	Defenisi Operasional	Kriteria Objektif
1	Kebiasaan makan adalah cara memilih dan mengkonsumsi makanan yang sering dikonsumsi di sekolah dengan Pengukuran dilakukan dengan menggunakan metode Food Frequncy selama 1 hari.	Baik : apabila Jumlah penggunaan makan $\geq$ rata – rata skor distribusi jumlah seluruh responden Kurang : apabila Jumlah penggunaan makan $<$ rata – rata skor distribusi jumlah seluruh responden
2	Sikap adalah respon atau reaksi siswa SMP mengenai kebiasaan makan.pengukuran dilakukan dengan jawaban dari pernyataan sampel dengan menggunakan pernyataan 4 kategori	Baik : apabila skor nilai pernyataan responden $\geq 70\%$ dari total nilai pernyataan Kurang : apabila skor nilai pernyataan responden $< 70\%$ dari total nilai pernyataan
3	Asupan gizi adalah kuantitas asupan energi, protein yang dikomsumsi kemudian di bandingkan dengan kebutuhan gizi.pengukurannya dilakukan dengan metode food recall 24 jam selama 2 hari kemudian dibandingkan dengan kebutuhan berdasarkan	Baik : Apabila Asupan energi dan protein $\geq$ kebutuhan. Kurang : apabila energi dan protein $<$ dari kebutuhan.
4	Status gizi adalah keadaan fisik sebagai refleksi komsumsi makanan dan penggunaan oleh tubuh. yang ditentukan dengan menggunakan rumus Z score berdasarkan BB/TB.	Baik : apabila ≥ -2 SD s/d $\leq +1$ Kurang : apabila < -3 SD s/d $< +2$ SD Lebih : apabila $> +3$ SD

4. Hipotesis

Hipotesis (HO)

1. Tidak ada hubungan kebiasaan makan dengan status gizi siswa kelas VIII SMP N 5 Jayapura
2. Tidak ada hubungan sikap dengan status gizi siswa kelas VIII SMP N 5 Jayapura
3. Tidak ada hubungan asupan gizi dengan status gizi siswa kelas VIII SMP N 5 Jayapura

Hipotesa Alternatif (HA)

1. Ada hubungan kebiasaan makan dengan status gizi siswa kelas VIII SMP N 5 Jayapura
2. Ada hubungan sikap dengan status gizi siswa kelas VIII SMP N 5 Jayapura
3. Ada hubungan asupan gizi dengan status gizi siswa kelas VIII SMP N 5 Jayapura

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara deskriptif analitik dengan pendekatan “ Cross Sectional Study” karena varibel-variabel yang diteliti seperti kebiasaan makan, sikap, asupan gizi, dan status gizi dilakukan secara bersama. Dimana pengukuran dan pengumpulan datanya dilakukan dalam waktu yang bersamaan.

B. Waktu dan Tempat

Waktu : Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20Juli s/d 10 Agustus 2012 di SMP Negeri 5 Jayapura.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

- Populasi sasaran adalah semua siswa/i SMP Negeri 5 Jayapura
- Populasi Sampel adalah seluruh siswa/siswi kelas VIII SMP Negeri 5 Jayapura

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari siswa/i kelas VIII SMP N 5 Jayapura yang terpilih, cara pengambilan sampel dengan menggunakan metode *random sampling* yaitu pengambilan sampel secara acak.

1. Besar Sampel

Jumlah sampel dikutip dengan menggunakan rumus Stanley Lemesshow.(Lamesshow.s .go.id)

$$n = \frac{Z^2_{1-\alpha/2} P(1-P)N}{d^2 (N-1) + Z^2_{1-\alpha/2} P(1-P)}$$

Keterangan :

n = Besar Sampel

N = Besar Populasi

$Z^2_{1-\alpha/2}$ = Derajat kepercayaan 95% (1,96)

d = Presisi 10% (0,1)

P = Proporsi 50% (0,5)

$$n = \frac{(1.96)^2 \cdot 0.5 (1-0.5) 312}{(0.1^2)(311) + (1.96)^2 \cdot 0.5 (1-0.5)}$$

$$n = \frac{(3.84 \times 0.25) + (0.5 \times 808)}{3.11 + 0.96}$$

$$n = \frac{299.52}{4.07}$$

$$n = 73.59$$

$$n = 10\% + 73.59$$

$$n = 7.359 + 73.59$$

$$n = 80.94 \text{ dibulatkan menjadi } 81$$

$$N \text{ Kelas} = \frac{N \text{ Kelas}}{N} \times n$$

2. Penentuan Jumlah Sampel Perkelas

Penentuan sampel perkelas ditentukan secara *Reopontional* *Sampel* dengan rumus :

$$nh : \frac{Nh}{N} \times n$$

Keterangan :

nh : Sampel Kelas

Nh: Populasi Kelas

N : Populasi Sampel

n : Jumlah Sampel

$$\text{Kelas VIII A} = \frac{45}{312} \times 81 \longrightarrow 11,68 = 12$$

$$\text{Kelas VIII B} = \frac{39}{312} \times 81 \longrightarrow 10,12 = 10$$

$$\text{Kelas VIII C} = \frac{44}{312} \times 81 \longrightarrow 11,42 = 11$$

$$\text{Kelas VIII D} = \frac{45}{312} \times 81 \longrightarrow 11,68 = 12$$

$$\text{Kelas VIII E} = \frac{47}{312} \times 81 \longrightarrow 12,20 = 12$$

$$\text{Kelas VIII F} = \frac{46}{312} \times 81 \longrightarrow 11,94 = 12$$

$$\text{Kelas VIII G} = \frac{46}{312} \times 81 \longrightarrow 11,94 = 12 +$$

Total Seluruhnya = 81

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dilakukan secara uji statistik dengan interval.

$$I = \frac{N}{n}$$

A. Jenis dan Cara pengumpulan Data

1. Data Primer yang dikumpulkan adalah :

- a. Kebiasaan makan ,dikumpulkan dengan menggunakan *food frekuensi* dan 10 pertanyaan perilaku kebiasaan makan
- b. Sikap, dikumpulkan dengan menggunakan kuisisioner dengan jumlah 10 pertanyaan.
- c. Asupan gizi, dikumpulkan dengan melakukan recall makan selama 1×24 jam, selama 2 hari.
- d. Status gizi, dikumpulkan dengan melakukan penimbangan berat badan(BB) dan pengukuran tinggi badan (TB) dari masing-masing siswa

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh berdasarkan data siswa dari buku register siswa SMP N 5 Jayapura tentang jumlah siswa/l dan gambaran umum sekolah SMP N 5 Jayapura.

E. Cara Pengolahan Data

1. Kebiasaan makan

- Hasil *food frekuensi* kemudian diberikan skornya sesuai yang telah ditentukan
- Dilakukan pengelompokan berdasarkan kategori baik dan kurang
- Disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dan intrprestasi

2. Sikap

- Hasil Kuesioner diberikan skornya sesuai yang telah ditentukan.
- Dilakukan pengelompokan berdasarkan kategori baik dan kurang.
- Disajikan dalam tabel distribusi frekuensi.

3. Asupan gizi

- Asupan dibandingkan dengan kebutuhan dengan rumus Widya Karya tahun 2006
- Dilakukan pengelompokan berdasarkan kategori baik dan kurang.
- Disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dan interpretasi.

4. Status gizi

- Diolah dengan cara, di hitung BB dan TB kemudian diandingkan dengan menggunakan rumus Z-Score berdasarkan indikator BB/TB .
- Dilakukan pengelompokan berdasarkan kategori satatus gizi Baik, Kurang dan Lebih. Disajikan dalam tabel frekuensi dan inteprestasi.

B. Analisis Data

Data yang terkumpul sudah diolah kemudian diedit untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara sikap,kebiasaan, Asupan energi protein terhadap status gizi yang di lakukan dengan menggunakan program SPSS dengan uji " χ^2 " Rumus statistik "*Chi-square*"

C. Penyajian Data

Data kebiasaan makan, sikap, asupan gizi, dan status gizi diolah kemudian disajikan dalam bentuk tabel, dan dinarasikan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini di wilayah kelurahan Entrop, kecamatan Jayapura Selatan.juga berada pada posisi strategis dengan kemudahan transportasi dan wilayah tingkat pendidikan.

2. Keadaan Geografis

Berdasarkan letaknya sekolah SMP Negeri 5 Jayapura mempunyai batas – batas wilayah Sebagai berikut :

- Sebelah Utara : berbatasan dengan Polimak
- Sebelah Selatan : berbatasan dengan Engros
- Sebelah Timur : berbatasan dengan Hamadi
- Sebelah barat : berbatasan dengan Skyline, Kotaraja

Sekolah SMP Negeri 5 jayapura telah terakreditasi A dan berdiri dibawah naungan negeri Diknas.adapun Visi dan Misi Sekoalh SMP Negeri 5 Jayapura sebagai Berikut:

a. Visi

Unggul Dalam Prestasi, Kuasai Ilmu, Berakar Pada Nilai – nilai Bangsa.

b. Misi

1. Meningkatkan Mutu Pendidikan Sesuai Kebutuhan Peserta Didik, Masyarakat Dan Perkembangan IPTEK
2. Menyelenggarakan Proses Belajar Megajar Dengan efektif Dan Efisien
3. Mengembangkan Potensi Peserta Didik Agar Berguna Bagi dirinya dirinya maupun Masyarakat.

A. Hasil dan Pembahasan

a. Hasil Penelitian

Penelitian yang dilakukan pada siswa/i SMP Negeri 5 Jayapura sebagai sampel yang terwakili dari setiap kelas pada kelas VIII adapun katateristiknya adalah sebagai berikut .:

1. Katateristik Sampel

a. Jenis Kelamin

Tabel 4:1 Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin siswa/i SMP N 5 Jayapura

Jenis Kelamin	n	%
Laki – Laki	40	49.4
Perempuan	41	50.6
Jumlah	81	100

Sumber : Data primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel distribusi diatas menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan sebanyak 41 orang (50,6%) dan laki – laki sebanyak 40 orang (49,4%).

b. Kelompok Umur

Tabel 4.2 : Distribusi sampel menurut kelompok umur siswa/i SMP N 5 Jayapura

Kelompok Umur (Tahun)	n	%
11 -12	30	37
13 – 14	51	63
Jumlah	81	100

Sumber : Data primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel diatas bahwa sebanyak 51 orang (63%) berada pada kelompok umur 13 – 14 tahun. Dan 30 orang berada di kolompok umur 11 -12 tahun.

c. Pendidikan Orang Tua

Tabel 4.3 : Distribusi sampel berdasarkan pendidikan orangtua siswa/i SMP N 5 Jayapura

Pendidikan	Ayah		Ibu	
	n	%	n	%
SD – SMP	6	7.4	5	6
SMA	46	56.8	40	49.4
Perguruan Tinggi	29	35.8	36	44.6
Jumlah	81	100	81	100

Sumber : Data primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa pendidikan orang tua yang paling tertinggi pada ayah adalah SMA sebanyak 46 orang (56.8%) dan Ibu sebanyak 40 orang (49.4%).sedangkan yang paling terendah pendidikan pada ayah adalah SD_SMP sebanyak 6 orang (7.4%) dan Ibu 5 orang (6%).

d. Pekerjaan Orang Tua

Tabel 4.4: Distribusi sampel berdasarkan pekerjaan orang tua siswa/i SMP N 5 Jayapura

Pekerjaan	Ayah		Ibu	
	n	%	n	%
PNS	35	43.2	25	30.9
TNI/Polri	6	7.4	-	-
Swasta	34	42	14	17.3
Pensiunan	2	2.5	-	-
Pedagang	-	-	3	3.7
Tani/buruh	4	4.9	-	-
IRT	-	-	39	48.1
Jumlah	81	100	81	100

Sumber : Data primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel diatas pekerjaan orang tua yang paling tertinggi pada Ayah adalah PNS sebanyak 35 orang (43.2%) dan pada Ibu pekerjaan yang paling tertinggi adalah IRT sebanyak 39 orang 48.1%. sedangkan pekerjaan yang paling terendah pada ayah adalah pensiunan sebanyak 2 orang (2.5%) dan pada ibu adalah pedagang sebanyak 3 orang (3.7%).

2. Status Gizi

Tabel 4.5 : Distribusi sampel menurut Status Gizi siswa/i SMP N 5 Jayapura

Status Gizi	n	%
Kurang	4	5
Lebih	13	16
Baik	64	79
Jumlah	81	100

Sumber : Data primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 64 orang (79%) mempunyai status gizi baik, tetapi ada siswa yang mempunyai status gizi kurang yaitu sebanyak 4 orang (4,9) dan status gizi lebih sebanyak 13 orang (16%).

3. Kebiasaan Makan

Tabel 4.6 : Distribusi sampel menurut kebiasaan makan siswa/i SMP N 5 Jayapura

Kebiasaan Makan	n	%
Baik	46	56.8
Kurang	35	43.2
Jumlah	81	100

Sumber : Data primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel diatas , sebanyak 46 orang (56,8%) mempunyai kebiasaan makan baik dan sebanyak 35 orang (43,2%) mempunyai kebiasaan makan kurang.

4. Sikap

Tabel 4.7 : Distribusi Sampel Menurut Sikap siswa/i SMP N 5 Jayapura.

Sikap	n	%
Baik	66	81.5
Kurang	15	18.5
Jumlah	81	100

Sumber : Data Primer 2012 terolah

Pada tabel 4.7 menunjukkan bahwa sebagian besar sampel mempunyai sikap baik yaitu 66 orang (81,5%) dan yang mempunyai sikap kurang yaitu sebanyak 15 orang (18,5%).

5. Asupan Gizi

Tabel 4.8 : Distribusi sampel menurut Asupan Gizi siswa/i SMP N 5 Jayapura.

Asupan Gizi	n	%
Kurang	9	11.1
Baik	72	88.9
Jumlah	81	100

Sumber : Data Primer 2012 terolah

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mempunyai asupan gizi baik yaitu 72 orang (88,9%). Dan yang asupan gizi kurang hanya 9 orang (11,1%).

6. Analisa Data

a. Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi

Tabel 4.9.: Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi siswa/i SMP N 5 Jayapura

Kebiasaan Makan	Status Gizi				Jumlah		P Value
	Baik		Kurang				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	31	88.6	4	11.4	35	100	0,03
Kurang	46	100	0	0	46	100	
Jumlah	77	95.1	4	4.9	81	100	

Sumber : Data Primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebanyak 31 orang mempunyai kebiasaan makan baik dan status gizi baik namun status gizinya sebanyak 46 orang (100%) mempunyai kebiasaan makan yang kurang tetapi status gizinya baik. Dari tabel diatas bahwa terdapat kolom yang kosong sehingga dilakukan uji lanjut yaitu uji Fisher's Exact Test sehingga diperoleh $P = 0,03$ karena nilai ini lebih kecil dari 0.05 maka H_0 ditolak sehingga secara dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan makan dengan status gizi.

b. Hubungan Sikap dengan Status Gizi

Tabel 4.10 : Hubungan Sikap dengan Status Gizi siswa/i SMP N 5 Jayapura

Sikap	Status Gizi				Jumlah		P Value
	Baik		Kurang				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	62	93.9	4	6.1	66	100	1,00
Kurang	0	0	15	100	15	100	
Jumlah	77	95.1	4	4.9	81	100	

Sumber Data Primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar yaitu 62 orang (93,9%) sikap yang baik dan status gizi baik juga, sedangkan sikap yang baik dan status gizi kurang hanya sebanyak 4 orang (6,1%). Untuk sikap yang kurang serta status gizi kurang yaitu sebanyak 15 orang (100%). Dari tabel diatas bahwa terdapat kolom yang kosong sehingga dilakukan uji lanjut yaitu uji Fisher's Exact Test sehingga diperoleh $P = 1,00$ dan karena nilai ini lebih besar dari 0.05, maka H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap dengan status gizi.

c. Hubungan Asupan Gizi dengan Status Gizi

Tabel 4.11 : Hubungan Asupan Gizi dengan Status Gizi siswa/i di SMP N 5 Jayapura.

Asupan Gizi	Status Gizi				Jumlah		P Value
	Baik		Kurang				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	72	100	0	0	72	100	0,00
Kurang	5	55.6	4	44.4	9	100	
Jumlah	77	95.1	4	4.9	81	100	

Sumber Data primer 2012 terolah

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa asupan gizi baik dengan status gizi baik adalah 72 orang (100%). Asupan gizi kurang dengan status gizi baik adalah 5 orang (55.6%) dan asupan gizi kurang dengan status gizi kurang adalah 4 orang (44.4%). Dari tabel diatas bahwa terdapat kolom yang kosong sehingga dilakukan uji lanjut yaitu uji Fisher's Exact Test diperoleh $P = 0,00$ dan karena nilai ini lebih kecil dari 0.05, maka H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan gizi dengan status gizi.

b. Pembahasan

1. Karakteristik Sampel

Dari hasil tabel menunjukkan gambaran bahwa jumlah sampel menurut umur yang paling tertinggi adalah usia 13 – 14 tahun yaitu sebesar 63%, pendidikan orang tua sampel ayah yang paling tertinggi pendidikannya adalah SMA adalah sebesar 56,8 % dan ibu adalah 49.4 %.

Berdasarkan pekerjaan orangtua menunjukkan bahwa yang paling tertinggi pada ayah adalah bekerja sebagai PNS sebesar 43.2% dan pekerjaan ibu yang tertinggi adalah IRT sebesar 48.1%. Jumlah pekerjaan yang paling terendah pada ayah adalah pensiunan sebanyak 2.5% dan pada ibu adalah pedagang sebanyak 3.8%.

2. Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi

Dari hasil uji statistik yang digunakan diketahui bahwa ada hubungan yang nyata pada kebiasaan makan. Sehingga dapat dikatakan bahwa status gizi kurang dapat terjadi akibat pola makan yang salah dan pemilihan terhadap makanan yang kurang baik. Sebaliknya, status gizi baik apabila dalam pola makan yang baik pula. Selain itu juga status gizi dapat terjadi karena tingkat pendidikan orang tua dimana pengetahuan orang tua terhadap pemilihan bahan makan yang bergizi kurang. Sehingga dapat mempengaruhi status gizi kurang.

Faktor ekstrintik yang dapat mempengaruhi sehingga kebiasaan makan bisa kurang adalah Lingkungan Alam seperti pola makan dapat mempengaruhi kebiasaan makan pada umumnya dilihat dari jenis bahan makanan misalnya pada masyarakat didaerah pantai atau nelayan ikan merupakan makanan sehari-hari. Selain lingkungan alam lingkungan ekonomi juga dapat

mempengaruhi kebiasaan makan. Karena kelompok ekonomi keatas mempunyai kebiasaan makan dengan komsumsi rata- rata melebihi angka kecukupannya. Sebaliknya golongan ekonomi kebawah mempunyai kebiasaan makan yang diberikan nilai gizi dibawah kecukupan lemah atau mutunya.

3. Hubungan Sikap dengan Status Gizi

Sikap merupakan suatu pandangan tetapi dalam hali ini masih berbeda dengan suatu pengetahuan yang dimiliki orang. Pengetahuan mengenai suatu objek tidak sama dengan sikap terhadap objek itu. Pengetahuan saja belum menjadi penggerak, sama halnya dengan sikap. Pengetahuan mengenai suatu objek baru menjadi sikap apabila pengetahuan itu disertai kesiapan untuk bertindak sesuai dengan pengetahuan terhadap objek tersebut (Puwerto, 1998).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tidak ada hubunganyang nyata antara sikap dengan status gizi . hal ini dapat dilihat pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 10 pernyataan mengenai sikap siswa tentang makanan diketahui bahwa sebagian besar siswa/ SMP N 5 Jayapura memiliki sikap yang baik yaitu sebanyak 81,5%. Sehingga dapat dikatakan bahwa status gizi kurang apabila sikap siswa terhadap pemilihan bahan makandan penggunaan bahan makan yang kurang baik. Sebaliknya, status gizi baik apabila sikap siswa terhap pemilihan dan penggunan bahan makan yang baik.

Sesuai dengan teori yang dikemukakan Newcomb, bahwa sikap merupakan kesediaan untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap belum merupakan suatu tindakan tetapi merupakan predisposisi tindakan, sikap ini masih merupakan

reaksi tertutup, bukan merupakan reaksi terbuka atau tingkah laku yang terbuka (Notoadmodjo, 1993).

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat dinyatakan bagaimana pendapat responden terhadap suatu subjek yang bersangkutan. Sedangkan secara tidak langsung dapat dilakukan dengan cara memberikan pendapat dengan menggunakan kata "Setuju", "Kurang Setuju", dan "Tidak Setuju". (Lubis, 2010)

4. Hubungan Asupan Gizi dengan Status Gizi

Asupan gizi adalah banyaknya intake zat gizi yang dikonsumsi sehari-hari yang dinilai dengan Widya Karya (2004). Asupan gizi seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor sosial budaya, ekonomi, serta kebiasaan makan dan pengetahuan gizi keluarga dalam memilih makanan juga dapat mempengaruhi asupan gizi seseorang.

Dari hasil chi square yang digunakan diketahui bahwa ada hubungan yang nyata pada Asupan Gizi. Sehingga dapat dikatakan bahwa status gizi kurang dapat terjadi apabila asupan akan zat gizi kurang sebaliknya status gizi baik apabila asupan terhadap zat gizi baik pula. Pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang paling tertinggi adalah SMA hal ini menunjukkan bahwa pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan hal ini dapat terjadi apabila dalam pemilihan dan penggunaan makanan kurang atau kurang tepat sehingga dapat mempengaruhi asupan terhadap zat gizi menjadi kurang.

Menurut Achmad, (1998) faktor – faktor yang mempengaruhi asupan gizi adalah sebagai berikut :

- a. Faktor ekonomi meliputi, tingkat persediaan pangan sampai pada keluarga , distribusi pangan dan tingkat pendapatan atau daya beli keluarga.
- b. Faktor sosial meliputi tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi. Sehingga mempengaruhi asupan makan sampel kurang.
- c. Faktor keluarga adalah adanya pantangan – pantangan atau masi ada rasa tabu yang melekat pada masyarakat

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Gambaran kebiasaan makan yaitu bahwa sebagian besar siswa/i SMP Negeri 5 Jayapura memiliki kebiasaan makan baik yaitu 56.8 %. Sedangkan kebiasaan makan kurang yaitu 43.2%.
2. Gambaran sikap dari siswa/i SMP Negeri 5 Jayapura bahwa sebagian besar baik yaitu 81.5%.
3. Gambaran asupan gizi dari siswa/i SMP Negeri 5 Jayapura diketahui bahwa asupan gizi baik yaitu 72% dan yang kurang yaitu 9%.
4. Gambaran Status Gizi bahwa sebagian besar siswa/i SMP Negeri 5 Jayapura yang berstatus gizi baik yaitu 79% sedangkan berstatus gizi kurang 4.9% dan berstatus gizi lebih yaitu 16%.
5. Ada hubungan yang nyata dari kebiasaan makan dengan status gizi
6. Tidak ada hubungan sikap dengan status gizi
7. Ada hubungan yang nyata dari asupan gizi dengan status gizi.

B. Saran

1. Diharapkan para ibu agar dapat memperhatikan asupan makan anaknya di rumah.
2. Diharapkan kepada sekolah agar dapat menyediakan makan jajanan yang sehat sehingga dapat meningkatkan asupan zat gizi siswa.
3. Diharapkan para siswa lebih memperhatikan dalam memilih makanan jajanan yang sehat dan aman.

DAFTAR PUSTAKA

- Achadi, 2011. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi .<http://www.gizi.com> (di akses tanggal 14 desember 2011.)
- Almatsier, Sunita. 2002. Penilaian Status Gizi. Jakarta. PT Gramedia.
- Arisman, MB. 2008. Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta. Buku Kedokteran EGC.
- Depkes RI, 1994. Pedoman Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak. Jakarta.
- Hutapea. 1993. Menuju Gaya Hidup Sehat. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Kadiwaru, K. 2007. Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap. Dan Penggunaan Garam Yodium di Kampung Dosai Distrik Sentani Barat Kabupaten Jayapura. Politeknik kesehatan Jayapura.
- Khumaidih, M. 1994. Gizi Masyarakat. Jakarta Gunung Mulia.
- Konda, K. 2005. Hubungan Status Gizi dan Kebiasaan Makan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Kelas IV dan V SD YPK Yoka Baru Kelurahan Yabansai Distrik Abepura. Politeknik Kesehatan Jayapura.
- Notoatmojo, S. 1993. Belajar Faktor-faktor yang Mempengaruhi. Jakarta. Rineka 2 cipta Grafindo Persada.
- Notoadmodjo, S. 2003. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta. PT Rineka Cipta
- Rasyid, R. 2001. The Characteristic and Two Year Survival Rate of Lung Cancer at Dharmas Cancer Hospital. www.pusat3litbangdepkes.go.id. (diakses tanggal 19 januari 2012).
- Sediaoetama, A. D. 1999. Ilmu Gizi dan Profesi, Jakarta Dian Rakyat.

Sinon,H . 2010.Hubungan Asupan Gizi dan Status Gizi Dengan KemajuanBelajar Mahasiswa Asrama Acemo Padang Bulan Sosial Kota Jayapura.Politeknik Kesehatan Jayapura.

Suhardjo. 2003. Sejarah Kesehatan dan Perkembangannya. Jakarta. Departemen pendidikan dan kebudayaan.

Supariasa,I.D.N .2002. Penilaian Status Gizi. Buku Kedokteran ECG. Jakarta

Syafiq dkk. 2008. Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.

Waspaji, Pengertian Asupan Gizi,<http://www.gizi.pangan.co.id>.diakses tanggal 21 Mei 2012

KUISIONER PENELITIAN

"Hubungan Kebiasaan Makan Sikap Dan Asupan Gizi Dengan Status

Gizi Siswa/i Kelas VIII SMP N 5 Jayapura"

A. Karakteristik Sampel

1. Nama :
2. Umur :
3. Jenis Kelamin :
4. Berat Badan :
5. Tinggi Badan :
6. Pendidikan Orang Tua :

a. Ayah ☐ SD
☐ SMP
☐ SMA
☐ S1

b. Ibu ☐ SD
☐ SMP
☐ SMA
☐ S1

7. Pekerjaan Orang Tua

a. Ayah ☐ PNS
☐ Swasta
☐ Tani/Buruh
☐ Pedagang

b. Ibu ☐ PNS
☐ Swasta
☐ Tani/ Buruh
☐ Pedagang
☐ IRT

B. KEBIASAAN MAKAN

1. Bagaimana susunan makanan anak sehari –hari di rumah
 - a. makanan pokok + Lauk hewani + Lauk Nabati + sayur + Buah
 - b. Makanan pokok + Lauk Hewani + sayur
 - c. Makanan pokok + Lauk Nabati + sayur
 - d Makanan pokok + Lauk Hewani + sayur + Buah
2. Berapa kali dalam sehari adek –adek makan
 - a. 3 – 4 kali sehari b. 2-3 kali sehari
 - c. 1-2 kali sehari d. Tidak Pernah
3. Berapakali ibu memberikan makan buah dalam seminggu
 - a. Setiap Hari b. 3-4 kali seminggu
 - c. 1-2 kali seminggu d. Tidak Pernah
4. Dalam memberikan makan, biasa ibu memberikan lauk apa saja?
 - a. Ikan, Telur, Daging, Tahu dan Tempe b. Tahu dan Tempe
 - c. ikan, Telur d. Daging
5. Makanan apa saja yang sering dikonsumsi disekolah
 - a. cilok, es, chiki – chiki , nasi bungkus, bakso b. Bakso, es
 - c. es d. cilok
6. Dalam memberikan makan, sayur apa saja yang sering disiapkan ibu anda ?
 - a. Kangkung, Bayam , sawi, wortel, kacang panjang, sayur soup
 - b. Kangkung, Bayam, Sawi, Kacang Panjang
 - c. Kangkung, Sawi, Kacang Panjang, Soup
 - d. Bayam, soup
7. Berapakali kali anda mengkonsumsi sayur dalam sehari
 - a. 3-4 kali sehari b. 2-3 kali sehari
 - c. 1 kali sehari d. tidak pernah
8. Berapa kali sehari anda diberikan makanan selingan/snack dirumah?
 - a. 2 kali b. 1 kali
 - c. Kadang – kadang d. Tidak Pernah

a. FORMAT FOOD FREKUENSI

9. Makanan Jajanan di Sekolah

Nama bama	Frekuensi Komsumsi		
	> 1x /hr	1x/hr	ket
1. Makanan a. Nasi Kuning b. bakso c. Mie pangsit d. Mie instant e. gorengan f. permen g.pentolan/cilok			
2. Lauk Hewani a. ekor kuning b. Telur c. Mujair d. Puri e. Ikan Mas			
3. Buah-buahan a. Pepaya b. Pisang c. Jeruk d. Semangka			
4. minuman a. Cocacola b. the kotak c. frutamin d. ultra e. frestea f. buahvita			

10. Makanan yang Dikonsumsi di Rumah

Nama bama	Frekuensi Komsumsi		
	> 1x /hr	1x/hr	ket
1. Makanan Pokok a) Nasi b) Jagung c) Singkong d) Betatas 2. Lauk Hewani a) ekor kuning b) Telur c) Mujair d) Puri e) Ikan gembung A. Sayur a) Bayam b) Kangkung c) Wortel d) Sawi e) Kacang panjang B. Buah-buahan a. Pepaya b. Pisang c. Jeruk d. Semangka			

C. SIKAP

No	Pernyataan	S	KS	TS	STS
1	sebelum berangkat ke sekolah sebaiknya harus sarapan pagi				
2	sayuran sebaiknya dikonsumsi setiap hari				
3	Susunan makanan yang dikonsumsi sebaiknya bergizi lengkap terdiri dari nasi, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.				
4	Makanan yang disekolah disekolah adalah makanan yang bergizi				
5	Makanan seperti cilik, es, dan permen itu adalah makanan yang sehat.				
6	Makanan yang baik seharusnya tiga kali sehari				
7	Makanan yang bergizi lengkap (Nasi, Lauk, Sayur dan Buah) dapat meningkatkan status gizi				
8	Makanan es, cilok, permen merupakan makanan yang sehat				
9	Mengonsumsi makanan di jalanan dapat menyehatkan tubuh				
10	Dengan makan jajanan dapat memperbaiki status gizi.				

D. FORMAT RECALL SEHARI

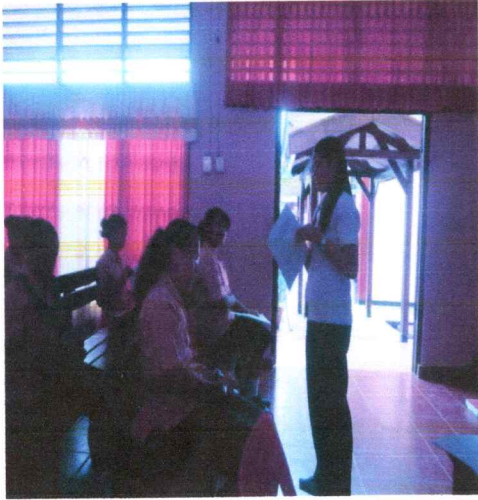
No. responden :

Nama :

Hari ke :

Waktu makan	Nama masakan	Bahan makanan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gr

DOKUMENTASI



Menjelaskan cara Pengisian Kuisisioner



Pengukuran antropometri BB dan TB



Wawancara Asupan Makan Sehari (Recall)



Pengisian kuisisioner Kuisisioner

PEMERINTAH KOTA JAYAPURA
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 5 JAYAPURA
Jl. Raya Abepura Entrop Telp. 535224 Jayapura
Email : smpnegeri5jayapura@gmail.com



SURAT KETERANGAN

No. 423.4/15

Kepala SMP Negeri 5 Kota Jayapura menerangkan bahwa Sesuai Surat Permohonan Izin Penelitian dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Jayapura Nomor DL 02.02/III.01/89/2012, tanggal 26 Juli 2012, maka Mahasiswa dibawah ini,

Nama : SEPTI BATUBARA
NIM : PO.71.32.2.09.40
Pendidikan : Politeknik Kesehatan Jayapura

Telah melakukan penelitian di SMP Negeri 5 Jayapura sejak tanggal 28 Juli sampai dengan 10 Agustus 2012, dengan Judul Penelitian : Hubungan Kebiasaan Makan, Sikap dan Asupan Gizi dengan Status Gizi siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Jayapura.
Penelitian berlangsung dengan Baik.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jayapura, 11 Agustus 2012

Kepala SMP Negeri 5 Kota Jayapura



YOSAPHIN SEPTIANA WALLY, S.Pd.

Pembina

NIP. 19720909 199802 2 004