

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SDN 03 Junjung yang berada di Jl.Raya Junjung Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung, Jawa Timur. SDN 03 Junjung terdapat 6 ruang kelas, 1 ruang UKS, 1 ruang rapat, 1 mushola, serta 1 ruang kantor. SDN 03 Junjung berada satu lokasi dengan TK Dharma Wanita 03 Junjung. Total Guru beserta staff SDN 03 Junjung berjumlah 12 orang. Jumlah siswa kelas 1 – 6 berjumlah 113 siswa.

SDN 03 Junjung melaksanakan pembelajaran secara daring selama pandemi Covid-19 dan mengadakan pertemuan siswa untuk pengumpulan tugas dengan penjadwalan hari yang berbeda setiap kelas. Penelitian ini dilaksanakan di ruang kelas 1 – 6 dengan tetap menjaga protokol Kesehatan. Jumlah seluruh responden pada penelitian ini 88 siswa.

4.1.2 Data Umum Karakteristik Responden

Dalam data umum berisi yang berisi tentang demografi 88 responden yang memenuhi kriteria usia, jenis kelamin, dan kelas.

1. Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia SDN 03 Junjung Pada Bulan Februari 2021

Usia	Frekuensi	Prosentase (%)
7 - 8 tahun	13	14,8
9 tahun	19	21,6
10 tahun	12	13,6
11 tahun	10	11,4
12 tahun	17	19,3
13 tahun	17	19,3
Total	88	100

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan data responden dilihat dari usia anak sekolah, paling banyak usia 9 tahun sebanyak 19 siswa (21,6%) dan terendah usia 11 tahun yaitu 10 siswa (11,4%).

2. Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin SDN 03 Junjung Pada Bulan Februari 2021

Jenis Kelamin	Jumlah	Prosentase
Laki – laki	45	51,1
Perempuan	43	48,9
Total	88	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan data responden dilihat dari jenis kelamin paling banyak merupakan siswa laki – laki sebanyak 45 siswa (51,1%) dan siswa perempuan sebanyak 43 siswa (48,9%).

3. Berdasarkan Kelas

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas SDN 03 Junjung Pada Bulan Februari 2021

Kelas	Jumlah	Prosentase (%)
1	13	14,8
2	15	17
3	12	13,6
4	12	13,6
5	13	14,8
6	23	26,1
Total	88	100

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan data responden berdasarkan kelas yaitu terbanyak pada kelas 6 terdapat 23 responden (26,1%).

4. Berdasarkan Pendidikan Orang Tua

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Orang Tua SDN 03 Junjung Pada Bulan Februari 2021

Pendidikan	Jumlah	Prosentase
SD	16	18,2
SMP – SMA	66	75
D3 – Sarjana	6	6,8
Total	88	100

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan data responden berdasarkan pendidikan orang tua mayoritas orang tua berpendidikan SMP – SMA sebesar 66 responden (75%).

5. Berdasarkan Penghasilan Orang Tua

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penghasilan Orang Tua SDN 03 Junjung Pada Bulan Februari 2021

Penghasilan	Jumlah	Prosentase
<500.000 – 500.000	13	14,8
500.000 – 1.000.000	64	72,7
>1.000.000	11	12,5
Total	88	100

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan data responden berdasarkan pendapatan orang tua mayoritas orang tua siswa berpenghasilan 500.000 – 1.000.000 sebanyak 64 responden (72,7%).

4.1.3 Data Khusus

1. Identifikasi Pola Makan Anak Usia Sekolah SDN 03 Junjung

Tabel 4.6 Identifikasi Pola Makan Anak Usia Sekolah
SDN 03 Junjung Pada Bulan Februari 2021

Pola Makan	Jumlah	Prosentase (%)
Baik	8	9,1
Kurang	80	90,9
Total	88	100

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan data identifikasi pola makan anak usia sekolah SDN 03 Junjung pada bulan februari 2021 menunjukkan mayoritas siswa memiliki pola makan kurang dengan jumlah 80 siswa (90,9%).

2. Identifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT Anak Usia Sekolah SDN 03 Junjung

Tabel 4.7 Identifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT Anak Usia Sekolah
SDN 03 Junjung Pada Bulan Februari 2021

Klasifikasi	IMT	Jumlah	Prosentase (%)
<i>Underweight</i> (Berat Badan Kurang)	<18,5	65	73,9
Normal	18,5 – 22,9	17	19,3
<i>Overweight</i> (Berat Badan Berlebih)	≥ 23	1	1,1
Beresiko	23 – 24,9	1	1,1
Obes 1	25 – 29,9	3	3,4
Obes 2	≥30	1	1,1
Total		88	100

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan data identifikasi status gizi berdasarkan IMT anak usia sekolah SDN 03 Junjung pada bulan Februari 2021 menunjukkan mayoritas siswa memiliki nilai IMT *Underweight* (Berat Badan Kurang) sebanyak 65 siswa (73,9%).

3. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah SDN 03

Junjung

Tabel 4.8 Tabulasi Silang Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah SDN 03 Junjung Pada Bulan Fenruari 2021

Pola Makan	Status Gizi													
	<i>Underweight</i>	%	Normal	%	<i>Overweight</i>	%	Beresiko	%	Obes 1	%	Obes 2	%	Total	%
Pola Makan Kurang	62	77,5	16	20,0	1	1,3	1	1,3	0	0,0	0	0,0	80	100
Pola Makan Baik	3	37,5	1	12,5	0	0,0	0	0,0	3	37,5	1	1,3	8	100
Total	65	73,9	17	19,3	1	1,1	1	1,1	3	3,4	0	1,1	88	100

$P = 0,002 < \alpha 0,05$

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan dari tabulasi silang diketahui responden dengan pola makan kurang dan status gizi *Underweight* terdapat 62 responden (77,5%), pola makan baik dan status gizi *Underweight* terdapat 3 responden (37,5%), pola makan kurang dan status gizi normal terdapat 16 responden (20,0%), pola makan baik dan status gizi normal terdapat 1 responden (12,5%), pola makan kurang dan status gizi *Overweight* terdapat 1 responden (1,3%), pola makan kurang dan status gizi Beresiko terdapat 1 responden (1,3%), pola makan baik dan status gizi Obes 1 terdapat 3 responden (37,5%), serta pola makan baik dan status gizi Obes 2 terdapat 1 responden (1,3%).

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan dari analisis data menggunakan uji Korelasi *Spearman* diketahui nilai sig adalah $0,002 < 0,05$. Besarnya koefisien korelasi antara pola makan dan status gizi adalah sebesar 0,330 dan bernilai positif. Artinya, hubungan antara pola makan dan status gizi adalah berkorelasi rendah searah. Menurut hasil statistic H_1 diterima dan H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia sekolah SDN 03 Junjung.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Identifikasi Pola Makan Anak Usia Sekolah SDN 03 Junjung

Berdasarkan tabel 4.6 penelitian menunjukkan pola makan siswa sebagian besar dalam kategori pola makan kurang sebanyak 80 siswa (90,9) sedangkan siswa dengan pola makan baik hanya 8 siswa (9,1%).

Sesuai dengan pernyataan nomor satu mengenai makanan pokok 88 responden menyatakan mengkonsumsi makanan pokok berupa nasi sebanyak 300gr per hari, terdapat 6 responden mengkonsumsi Mie Instan sebanyak 80gr dalam waktu satu bulan. Pada pernyataan no.2 mengenai ikan dan hasil olahannya, sebanyak 65 responden mengkonsumsi ikan segar sebanyak 40gr dengan frekuensi 1-3x/minggu, sebanyak 15 responden mengkonsumsi ikan segar 40gr dengan frekuensi 1-3x/bulan dan sisanya 8 responden mengkonsumsi ikan asin 40gr dengan frekuensi 1-3x/minggu. Pada pernyataan no.3 mengenai daging, telur dan hasil olahannya, sebanyak 65 responden menyatakan mengkonsumsi telur ayam satu butir (55gr) setiap harinya, 20 responden mengkonsumsi daging ayam (50gr) dengan frekuensi 1-3x/minggu, dan 3 responden mengkonsumsi daging sapi (40gr) dengan frekuensi 1-3/minggu.

Pada pernyataan No.4 mengenai kacang-kacang dan hasil olahannya, seluruh responden (88) menjawab setiap hari (3x/hari) mengkonsumsi tahu dan tempe sebagai lauk. Pada pernyataan no.5 mengenai sayur-sayuran, terdapat 40 responden mengkonsumsi bayam (40gr) dengan frekuensi 1x/hari, 10 responden mengkonsumsi daun singkong (50gr) dengan frekuensi 1-3x/minggu, 5 responden mengkonsumsi mentimun (20gr) dengan frekuensi 1-3x/minggu. Sebanyak 33 responden tidak pernah mengkonsumsi sayur. Pada pernyataan no.6 mengenai

buah-buahan, terdapat 40 responden mengonsumsi jeruk (100gr) dengan frekuensi 1-3x/minggu, 3 responden mengonsumsi apel (100gr) dengan frekuensi 1x/hari, 30 responden mengonsumsi semangka (100gr) dengan frekuensi 1-3x/bulan dan 15 responden mengonsumsi papaya (100gr) dengan frekuensi 1-3x/bulan. Pada pernyataan no.7 mengenai susu dan hasil olahannya, terdapat 35 responden mengonsumsi susu (250gr) dengan frekuensi >1x/hari, 20 responden mengonsumsi *ice cream* (50gr) dengan frekuensi 1-3x/minggu, sisanya tidak pernah mengonsumsi susu dan hasil olahannya. Pada pernyataan no.8 mengenai makanan jajanan, seluruh responden (88) menyatakan mengonsumsi *snack* (makanan ringan) dengan frekuensi >1x/hari, 45 responden mengonsumsi coklat dengan frekuensi 1x/hari, 10 responden mengonsumsi siomay dengan frekuensi 1-3x/minggu, 25 responden mengonsumsi bakso dengan frekuensi 4-6x/minggu. Pada pernyataan no.9 mengenai *soft drink*, terdapat 65 responden mengonsumsi pop ice dengan frekuensi >1x/hari, 10 responden mengonsumsi nutrisari dengan frekuensi 1x/hari, 6 responden mengonsumsi fanta dengan frekuensi 1-3x/minggu sisanya tidak pernah mengonsumsi *soft drink*.

Pola makan merupakan karakteristik dari suatu aktivitas makan individu dalam memenuhi kebutuhannya yang dilakukan secara berulang-ulang (Sulistyoningsih, 2011). Angka kecukupan gizi seperti karbohidrat, lemak, vitamin, protein, mineral dan sebagainya harus diperhatikan untuk menjaga pola makan tetap sehat (Supratman, 2013). (Anzarkusuma I.S., 2014) mengatakan bahwa “Pola asupan makanan serta mengatur porsi makanan sangat penting untuk dilakukan dikarenakan hal itu dapat memberi dampak atau pengaruh terhadap

pertumbuhan dan perkembangan fisik anak.” Sebagai upaya pemenuhan kebutuhan gizi dan mengoptimalkan perkembangan fisik pada anak di butuh kan pengetahuan gizi yang mumpuni untuk orang tua supaya dapat implementasikan pola makan yang baik terhadap anaknya (Yulia, 2018). Pada saat anak berusia 5-12 tahun anak akan lebih aktif dalam memilih makanan yang mereka sukai. Berbeda pada usia sebelumnya mereka akan cenderung bergantung kepada orang tua mengenai makanan yang akan mereka konsumsi. Ketika anak sudah menginjak Pendidikan di sekolah mereka akan membutuhkan energi yang lebih besar karena banyak aktivitas fisik nya akan dilakukan seperti bermain, berolahraga, berinteraksi dan membantu orang tua. Bagi mereka makanan merupakan salah satu sumber untuk membuat kognitif anak berkembang dengan baik. Pada anak usia sekolah memiliki banyak hal yang akan menyita perhatian dan aktivitas di luar rumah, sehingga menyebabkan mereka melupakan waktu untuk makan ataupun beristirahat. Hal itu menjadi salah satu akibat terjadinya ketidakseimbangan antara energi yang masuk atau yang terserap dengan energi yang dikeluarkan sehingga terjadi penurunan status gizi (Almatsier S. D., 2016)

Menurut peneliti terjadinya pola makan kurang pada anak usia sekolah dapat disebabkan oleh beberapa hal yaitu kurangnya pengawasan orang tua dalam mengatur asupan makan anak, kurangnya pemahaman orang tua mengenai jenis makanan yang dikonsumsi anaknya, menurunnya nafsu makan anak dikarenakan kurang beragamnya menu makanan dan kurang menarik dalam penataan menu makanan. Dalam penelitian ini juga terdapat responden dengan pola makan baik meskipun jumlahnya hanya sedikit, menurut peneliti terjadinya pola makan yang baik pada anak usia sekolah dapat terjadi dikarenakan perhatian dan pemahaman

orang tua mengenai asupan, frekuensi dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh anak. Selain itu pola makan yang baik juga disebabkan oleh pemberian edukasi atau pembelajaran oleh guru di sekolah mengenai pola makan yang baik dan sehat pada siswa sehingga para siswa menerapkan pembelajaran tersebut dalam kehidupan sehari – harinya. Pola makan baik dapat terjadi apabila dalam makanan tersebut mengandung karbohidrat, protein, vitamin, lemak dan mineral serta dengan porsi makan yang sesuai dan juga frekuensi makan yang baik yaitu 3x/hari.

4.2.2 Identifikasi Status Gizi Anak Usia Sekolah SDN 03 Junjung

Berdasarkan tabel 4.7 penelitian menunjukkan status gizi siswa sebagian besar dalam kategori berat badan kurang (*Underweight*) sebanyak 65 responden (73,9%). Menurut peneliti terjadinya status gizi kurang (*Underweight*) pada anak usia sekolah disebabkan oleh pola makan, terkait dengan pemilihan jajanan sehingga dapat mempengaruhi status gizi. Selain pola makan, status gizi anak juga dipengaruhi dengan pengetahuan orang tua mengenai pemenuhan status gizi seimbang pada anak. Selain pola makan, kondisi mental atau psikis anak juga berpengaruh dalam kurangnya status gizi. Apabila kondisi mental seorang anak berada dalam kondisi yang tidak baik maka akan menyebabkan anak tersebut tidak memiliki nafsu makan, sehingga menyebabkan status gizinya berkurang.

Kategori berat badan normal sebanyak 17 responden (19,3%). Menurut peneliti terjadinya status gizi normal pada anak usia sekolah disebabkan oleh beberapa hal. Salah satunya yaitu pola makan anak yang baik, asupan makanan yang seimbang serta frekuensi makan sesuai jadwal yaitu 3x/hari. Selain itu, status gizi normal juga dipengaruhi oleh peran orang tua yang memahami

mengenai gizi seimbang. Status gizi pada anak juga dipengaruhi oleh jenis kelamin. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian (Wijayati, 2020) mengenai hubungan pola kebiasaan makan seimbang dan jenis kelamin dengan indeks massa tubuh pada siswa MI Nururrisallah Sumberbendo Pare Kediri dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden perempuan dengan IMT normal sebanyak 72,4% dan minoritas laki-laki usia 11 tahun sebanyak 12%.

Kategori status gizi anak dalam berat badan berlebih (*Overweight*) sebanyak 1 responden (1,1%). Menurut peneliti anak usia sekolah dengan status gizi berat badan berlebih (*Overweight*) disebabkan oleh konsumsi makanan yang manis serta mengkonsumsi makanan cepat saji dan *snack*. Hal ini diketahui dari hasil pengisian kuesioner yang dibagikan peneliti kepada responden.

Kategori berat badan beresiko 1 responden (1,1%), menurut peneliti anak usia sekolah dengan kategori status gizi beresiko disebabkan oleh konsumsi makanan yang berlebih. Pada kenyataannya dalam penelitian ini, anak dengan status gizi beresiko memiliki pola makan yang kurang dan berjenis kelamin perempuan. Dalam hal ini penyebab status gizi dengan kategori berat badan beresiko bukan hanya pola makan, bisa juga disebabkan oleh jenis kelamin dan aktivitas fisik yang berlebihan pada anak tersebut.

Kategori obes 1 sebanyak 3 responden (3,4%), menurut peneliti anak usia sekolah dengan kategori status gizi obes 1 dapat disebabkan oleh konsumsi makanan yang berlebih. Dalam hal ini, konsumsi makanan yang berlebih berupa frekuensi makan dan jumlah makanan yang dikonsumsi melebihi batas.

Kategori obes 2 terdapat 1 responden (1,1%), menurut peneliti anak usia sekolah dengan kategori status gizi obes 2 dapat disebabkan oleh konsumsi

makanan yang berlebih. Dalam hal ini, konsumsi makanan yang berlebih berupa frekuensi makan dan jumlah makanan yang dikonsumsi melebihi batas.

Dalam penelitian status gizi diukur menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT sendiri didapatkan dari pengukuran berat badan dan tinggi badan siswa secara langsung pada saat penelitian berlangsung. Dari perhitungan Indeks Massa Tubuh akan dikategorikan sesuai kategori IMT menurut Asia Pasifik yaitu terdapat 6 kategori.

Status gizi merupakan suatu ukuran terkait kondisi tubuh seseorang yang dapat terlihat dari makanan yang dikonsumsi (Almatsier, 2010). (Hayatus, 2014) mengatakan bahwa “Status gizi baik mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, anak usia sekolah membutuhkan gizi baik untuk menunjang kegiatan belajar di sekolah. Asupan gizi baik dapat mempengaruhi daya konsentrasi dan kemampuan kognitif sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar anak di sekolah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Octaviani, 2018) didapatkan anak usia sekolah seringkali mengalami penurunan nafsu makan sehingga asupan makanan yang dikonsumsi menjadi tidak seimbang dengan kalori yang diperlukan oleh tubuh dan tidak sesuai dengan angka kecukupan gizi berdasarkan usia menurut jenis kelamin. Selain itu, menurut penelitian yang dilakukan (Ningsih, 2016) memaparkan bahwa masih ada anak yang mengalami masalah gizi, baik itu gizi kurang maupun gizi lebih.

Menurut peneliti terjadinya status gizi kurang pada anak usia sekolah disebabkan oleh pola makan terkait dengan pemilihan jajanan sehingga dapat mempengaruhi status gizi. Status gizi anak juga dipengaruhi dengan pengetahuan

orang tua mengenai pemenuhan status gizi seimbang pada anak. Upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pemenuhan gizi seimbang dan pola makan terstruktur pada anak, serta pendidikan kesehatan di sekolah oleh guru mengenai gizi seimbang empat sehat lima sempurna pada siswa. Berat badan yang normal dapat terjadi karena pola asuh asupan makanan yang memenuhi asupan gizi dari jenis, jumlah, dan jadwal pemberian makanan pada anak sesuai komposisi gizi seimbang dalam sehari sehingga anak akan terbiasa dengan pola makan sehat. Kebiasaan makan, rasa bosan, dan rasa tidak senang dari menu makanan yang sudah disediakan oleh pengasuh di panti asuhan mengakibatkan hilangnya nafsu makan dan kurangnya kemauan anak sehingga kebutuhan asupan gizi tidak dapat terpenuhi dengan baik (Herawati, 2020).

4.2.3 Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah SDN 03 Junjung

Berdasarkan tabel 4.8 bahwa hasil dari penelitian ini menyatakan terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak usia sekolah SDN 03 Junjung. Analisis data dengan uji statistic menggunakan uji Korelasi *Spearman (Spearman Rho)* didapatkan hasil $p=0,002 < \alpha=0,05$ dan koefisian korelasi antara pola makan dan status gizi adalah sebesar 0,330 dan bernilai positif.

Dalam penelitian ini terdapat hubungan pola makan kurang dengan status gizi berat badan kurang (*Underweight*) terdapat 62 responden, menurut peneliti hal ini dapat terjadi dikarenakan pola makan yang kurang akan berpengaruh pada

berat badan dan tinggi badan sehingga akan mempengaruhi status gizi. Selain pola makan kondisi mental atau psikis anak juga berpengaruh pada kurangnya status gizi. Jika anak mengalami kondisi mental yang tidak baik akan menyebabkan nafsu makan menjadi berkurang. Dengan kondisi nafsu makan dan pola makan yang kurang kandungan gizi yang masuk dalam tubuh juga akan berkurang. Status gizi *Underweight* tidak hanya disebabkan oleh pola makan saja, bisa juga disebabkan oleh usia, jenis kelamin, aktivitas fisik anak serta latar belakang pendidikan orang tua dan pendapatan orang tua. Dalam penelitian ini mayoritas orang tua siswa berpendidikan tingkat SMP – SMA. Hal ini sejalan dengan penelitian (Nuzrina, 2016) yang menyatakan status gizi pada anak usia sekolah sangat perlu diperhatikan, orang tua sangat berperan penting dalam pemenuhan gizi anak. Selain itu menurut (Elisa, 2012) faktor penyebab terjadinya kekurangan gizi adalah ketidak seimbangan gizi dalam makanan yang dikonsumsi dan terjangkitnya penyakit infeksi, penyebab tidak langsung adalah ketahanan pangan di keluarga, pola pengasuhan anak dan pelayanan kesehatan. Ketiga faktor tersebut berkaitan dengan tingkat pendidikan, pengetahuan dan keterampilan keluarga serta tingkat pendapatan keluarga.

Pola makan kurang dengan status gizi normal terdapat 16 responden, menurut peneliti hal ini disebabkan oleh jenis makanan yang dikonsumsi responden berupa makanan yang mengandung energi yaitu karbohidrat, tetapi tidak diimbangi oleh makanan yang mengandung vitamin dan mineral serta dengan frekuensi makan yang tidak teratur. Selain itu status gizi normal pada anak usia sekolah tidak hanya dipengaruhi oleh pola makan saja, tetapi bisa dipengaruhi oleh jenis kelamin anak. Hal ini sejalan dengan penelitian (Wijayati,

2020) yang menyatakan bahwa bahwa mayoritas responden perempuan dengan IMT normal sebanyak 72,4% dan minoritas laki-laki usia 11 tahun sebanyak 12%.

Pola makan baik dengan status gizi normal terdapat 1 responden, menurut peneliti hal ini dapat disebabkan oleh asupan makanan yang seimbang yang dikonsumsi oleh responden serta dengan frekuensi yang teratur. Selain pola makan yang baik, status gizi normal dapat dipengaruhi oleh pengetahuan orang tua mengenai gizi dan hal ini didukung oleh penelitian (Yulia, Gambaran Perilaku Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Bandung, 2018).

Pola makan kurang dengan status gizi *Overweight* terdapat 1 responden, menurut peneliti hal ini bisa saja terjadi bukan hanya karena pola makan yang kurang. Status gizi *Overweight* bisa disebabkan oleh usia, jenis kelamin dan aktivitas fisik anak.

Pola makan kurang dengan status gizi beresiko terdapat 1 responden, menurut peneliti hal ini bisa saja terjadi dikarenakan responden mengonsumsi makanan yang tinggi gula serta mengonsumsi makanan berupa *snack* dan dengan frekuensi makan yang tidak teratur. Selain itu, status gizi beresiko pada anak usia sekolah dapat disebabkan oleh berbagai hal, seperti umur dan jenis kelamin (Putri Octaviani, 2018).

Pola makan baik dengan status gizi Obes 1 terdapat 3 responden, menurut peneliti hal ini dapat terjadi dikarenakan responden mengonsumsi makanan yang berlebih. Dalam hal ini, konsumsi makanan yang berlebih berupa frekuensi makan dan jumlah makanan yang dikonsumsi melebihi batas. Hal ini sejalan dengan penelitian (Widyantari, 2018) yang menyatakan pada saat ini, pola

makan anak sudah mengarah ke pola makan cepat saji dimana makanan cepat saji mengandung banyak kalori dan menyebabkan anak menjadi obesitas.

Pola makan baik dengan status gizi Obes 2 terdapat 1 responden, menurut peneliti dapat disebabkan oleh konsumsi makanan yang berlebih. Dalam hal ini, konsumsi makanan yang berlebih berupa frekuensi makan dan jumlah makanan yang dikonsumsi melebihi batas. Serta anak usia sekolah gemar mengonsumsi *snack* dan makanan yang manis – manis sehingga menyebabkan anak menjadi obesitas.

Dalam penelitian ini mayoritas responden memiliki pola makan kurang dengan status gizi berat badan kurang (*Underweight*). Hal ini sejalan dengan penelitian Ertha C (2016) menunjukkan terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi. Dengan pola makan yang baik dan gizi yang seimbang maka tubuh menjadi sehat dan bugar, yang mengakibatkan kebugaran jasmani seseorang tetap terjaga dengan baik. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (SUWITO, 2018) hasil penelitian menunjukan adanya suatu hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak. Diharapkan bagi orang tua untuk lebih meningkatkan pola makan yang diberikan kepada anak terhadap status gizi pada anak yang sesuai yang diharapkan.

Menurut (Afriyani Rahmawati, 2020) orang tua memiliki peran untuk meningkatkan pola makan anak dengan memberikan edukasi terkait pemenuhan gizi seimbang, asupan nutrisi yang dibutuhkan anak sehingga menumbuhkan kepedulian anak akan pemenuhan gizi tubuhnya dengan membawa bekal sehat ke sekolah, mengonsumsi jumlah makanan sesuai dengan kebutuhan dan berani menolak ajakan teman dalam mengonsumsi makanan tidak sehat. Dalam

penelitian ini terdapat 1 responden dengan pola makan kurang dan status gizi dalam kategori *Overweight* (Berat Badan Berlebih), hal ini dikarenakan responden menyukai makanan siap saji serta makanan manis. Menurut (Iklima, 2017) makanan manis berisiko menyebabkan obesitas, gigi berlubang dan karies gigi. Oleh sebab itu, orang tua harus selalu memberi pengawasan mengenai jajanan atau makanan yang dikonsumsi oleh anak serta memperhatikan zat gizi dan kualitas yang terkandung dalam makanan tersebut. Menurut (Arifin, 2015) pola makan dapat dikatakan seimbang apabila sudah sesuai dengan kebutuhan dan disertai oleh pemilihan bahan makanan yang sesuai dan tepat dalam proses peningkatan status gizi yang baik.

