

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Status Gizi Responden

Berdasarkan hasil penelitian, presentase status gizi anak didik TK Tunas Karya Warulor Pekalongan yang mengalami normal 83.0% dan yang mengalami gemuk 17.0%.

Kelebihan berat badan pada anak tidak teratasi akan berlanjut hingga dewasa, kelebihan berat badan terjadi karena ketidakseimbangan asupan makan yang masuk dan keluar, terlalu banyak makan, terlalu sedikit olahraga/ keduanya, ataupun karena faktor social ekonomi. Kelebihan berat badan pada anak ini tidak boleh diturunkan, karena penurunan berat badan akan menghilangkan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan. Olahraga/ aktifitas fisik sangat penting dalam penatalaksanaan kelebihan berat badan pada usia anak-anak.

Jika anak tinggal di negara berkembang dapat berarti terdapat lebih sedikit makanan dan kualitas gizi makanan yang lebih rendah. Semua faktor ini berpengaruh pada makanan dan status gizi. Status gizi disebabkan oleh beberapa faktor yang saling terkait baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung dipengaruhi oleh penyakit infeksi dan tidak cukupnya asupan gizi secara kuantitas maupun kualitas, Sedangkan secara tidak langsung dipengaruhi oleh jangkauan dan kualitas pelayanan kesehatan, pola asuh anak yang kurang memadai, kurang baiknya kondisi sanitasi lingkungan serta

rendahnya ketahanan pangan di tingkat rumah tangga (Azwar 2004 dalam Asrianti,dkk 2013). Sehingga status gizi pada usia dini akan mempengaruhi tumbuh kembangnya. Status gizi selain dipengaruhi oleh konsumsi *fastfood*, juga terdapat faktor lain yang mempengaruhinya, diantaranya dari aktifitas fisik anak (Junaidi 2012).

6.2 Konsumsi *Fast Food*

Hasil penelitian konsumsi *fast food* pada 47 anak, yang dikategorikan menjadi konsumsi *fast food* sering $>2x$ /minggu sebanyak 36.2% dan konsumsi *fast food* jarang $\leq 2x$ /minggu 63.8%. Dari hasil penelitian ini sebagian besar mengonsumsi *fast food* $\leq 2x$ /minggu yang dikategorikan jarang.

Semakin banyaknya restoran/ tempat yang menyajikan makanan siap saji, semakin banyak anak-anak yang mengalami perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan/pola makan. Dari pola makan tradisional ke pola makan barat (terutama dalam bentuk *fast food*). Pola makan tersebut merupakan jenis-jenis makanan yang bermanfaat, akan tetapi secara potensial mudah menyebabkan kelebihan masukan kalori. *Fast food* merupakan makanan cepat saji, berbagai makanan yang tergolong *fast food* antara lain *french fries*/ kentang goreng, *fried chicken*/ ayam goreng, *burger*, *pizza*, donat, cake dan lain-lain (Padmiari 2002 dalam Badjeber 2009).

Konsumsi *fast food* selain dipengaruhi oleh daya tarik iklan, orang tua atau lingkungan sekitarnya juga mempunyai pengaruh dalam konsumsi *fast food* (Emalia,dkk 2009 dan Rausch,2013). Kecenderungan bergantung makanan yang disediakan orang tua, konsumsi makanan semasa anak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya. Walaupun akhir-akhir ini kecenderungan anak dalam memilih makanan lebih disebabkan oleh pengaruh lingkungannya yang

dapat menggeser kebiasaan pola makan anak (Toschke 2001 dalam Sartika 2011).

6.3 Pengaruh Konsumsi *Fast Food* dengan Status Gizi Lebih

Dari hasil penelitian didapatkan konsumsi *fast food* jarang $\leq 2x$ /minggu dengan status gizi yang normal sebanyak 28 (59.6%), dan pengaruh konsumsi *fast food* sering $> 2x$ /minggu dengan status gizi yang gemuk sebanyak 6 (12.8%),

Status Gizi lebih saat anak-anak bisa disebabkan akibat makan melebihi kebutuhan, kurang aktivitas fisik dan pengaruh iklan makanan yang berlebihan.

Gaya hidup masa kini juga bisa menyebabkan kegemukan yaitu adanya kecenderungan suka mengkonsumsi makan cepat saji atau *fast food* seperti burger, pizza, *french fries* dan lainnya yang mengandung lemak dan kalori tinggi namun kurang serat, vitamin dan mineral (Zulfa,2011). Makanan memegang peranan penting dalam tumbuh kembang anak, karena makanan bagi anak digunakan untuk pertumbuhan (Soetjiningsih,2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zulfa (2011) yang menyatakan adanya hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* modern dengan status gizi. Dan sejalan dengan penelitian Dewi (1998) yang menyatakan adanya hubungan antara konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa konsumsi *fast food* yang sering dikonsumsi jenis sosis dengan porsi sekali makan 2 sampai 4 buah. Konsumsi *fast food* yang sering tersebut dapat mempengaruhi/ berkontribusi terhadap status gizi lebih.

6.4 Keterbatasan Dalam Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini memiliki keterbatasan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya desain yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* yang hanya menggambarkan variable yang diteliti dalam waktu yang sama. Pengumpulan data yang dilakukan dengan wawancara dengan orangtua/wali untuk mengetahui konsumsi *fast food* responden, karena tergantung dari keterbatasan daya ingat.

