

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA

5.1 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan tentang Gizi Seimbang Responden

Tabel 5.1.1 Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Dilaksanakan Pendidikan Gizi

Kategori tingkat pengetahuan	Sebelum pendidikan gizi		Sesudah pendidikan gizi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Kurang baik	5	14,7	0	0
Cukup baik	28	82,4	4	11,8
Sangat baik	1	2,9	30	30
Total	34	100	34	100

Tabel 5.1.2 Hasil Analisis Uji *Wilcoxon* Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan tentang Gizi Seimbang Responden

	n	Rerata \pm s.b	p
Tingkat pengetahuan sebelum pendidikan gizi	34	13,62 \pm 1,79	0,000
Tingkat pengetahuan sesudah pendidikan gizi	34	18,19 \pm 1,29	

Ket: s.b = simpang baku

Pendidikan gizi berpengaruh terhadap peningkatan tingkat pengetahuan responden dengan rata-rata sebelum pendidikan gizi sebesar 13,62 \pm 1,79 dan sesudah pendidikan gizi sebesar 18,19 \pm 1,29. Tingkat pengetahuan responden serta hasil analisis uji *Wilcoxon* disajikan pada Tabel 5.1.1 dan Tabel 5.1.2.

Tabel 5.1.1 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden mengalami peningkatan pada kategori tingkat pengetahuan sangat baik, sedangkan kategori tingkat pengetahuan cukup baik dan kurang baik mengalami penurunan terutama kategori kurang baik yang mencapai 0 responden. Tabel 5.1.2 menunjukkan hasil analisis uji *Wilcoxon* pada tingkat kepercayaan 95% menunjukkan perbedaan tingkat pengetahuan yang signifikan yaitu $<0,05$ ($p = 0,000$) antara sebelum dan sesudah pendidikan gizi.

5.2 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Kebiasaan Sarapan Responden

Sebanyak 7 responden (20,6%) mengalami peningkatan kebiasaan sarapan, 26 responden (76,5%) tetap dan sisanya hanya 1 responden (2,9%) yang mengalami penurunan kebiasaan sarapan. Kebiasaan sarapan responden sebelum dan sesudah pendidikan gizi disajikan pada Tabel 5.2.1.

Tabel 5.2.1 Kebiasaan Sarapan Responden Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi

Kategori kebiasaan sarapan	Sebelum pendidikan gizi		Sesudah pendidikan gizi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Tidak baik	12	35,3	6	17,6
Baik	22	64,7	28	82,4
Total	34	100	34	100

Tabel 5.2.1 menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan mengalami peningkatan pada kategori baik dan mengalami penurunan pada kategori tidak baik. Hasil analisis uji *Wilcoxon* pada tingkat kepercayaan 95% pada lampiran 5.2 halaman 95 menunjukkan perbedaan kebiasaan sarapan yang signifikan yaitu $<0,05$ ($p = 0,034$) antara sebelum dan sesudah pendidikan gizi.

5.3 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Keragaman Makanan yang Dikonsumsi Responden

Tabel 5.3.1 Keragaman Makanan yang Dikonsumsi Responden

Kategori keragaman makanan	Sebelum pendidikan gizi		Sesudah pendidikan gizi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Segitiga perunggu	13	38,2	2	5,9
Segitiga perak	21	61,8	27	79,4
Segitiga emas	0	0	5	14,7
Total	34	100	34	100

Tabel 5.3.2 Hasil Analisis Uji t Berpasangan Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Keragaman Makanan yang Dikonsumsi Responden

	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata \pm s.b	p
Keragaman konsumsi makanan sebelum pendidikan gizi	34	79,19 (73,81-87,76)	80,03 \pm 3,73	0,000

	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata \pm s.b	p
Keragaman konsumsi makanan sesudah pendidikan gizi	34	82,60 (75,63-91,68)	83,53 \pm 4,15	

Ket: s.b = simpang baku

Tabel 5.3.1 dan tabel 5.3.2 menyajikan data tentang tingkat keragaman makanan yang dikonsumsi responden sebelum dan sesudah pendidikan gizi serta hasil analisis uji t berpasangan. Tabel 5.3.1 menunjukkan tingkat keragaman konsumsi responden meningkat sesudah dilaksanakan pendidikan gizi. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari jumlah kategori segitiga emas dan segitiga perak yang mengalami peningkatan dan kategori segitiga perunggu yang mengalami penurunan setelah dilaksanakan pendidikan gizi. Tingkat keragaman makanan responden sebelum pendidikan gizi berkisar antara 73,81-87,76 dengan rata-rata $80,03 \pm 3,73$ dan meningkat setelah dilaksanakan pendidikan gizi yaitu berkisar antara 75,63-91,68 dengan rata-rata $83,53 \pm 4,15$. Hasil analisis uji t berpasangan pada tingkat kepercayaan 95% pada tabel 5.3.2 menunjukkan perbedaan yang signifikan yaitu $<0,05$ ($p = 0,000$)

5.4 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Energi dan Zat Gizi Responden

5.4.1 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Energi

Tabel 5.4.1.1 Tingkat Konsumsi Energi Responden Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi

Tingkat Konsumsi Energi	Sebelum pendidikan gizi		Sesudah pendidikan gizi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Defisit tingkat berat	18	52,9	0	0
Defisit tingkat sedang	12	35,3	8	23,5
Defisit tingkat ringan	3	8,8	20	58,5
Normal	1	2,9	6	17,6
Di atas angka kecukupan	0	0	0	0
Total	34	100	34	100

Tabel 5.4.1.2 Hasil Analisis Uji t Berpasangan Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Energi

	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata \pm s.b	p
Tingkat konsumsi energi sebelum pendidikan gizi	34	1427,80 (1129,00-1883,05)	1447,60 \pm 1,75	0,000
Tingkat konsumsi energi sesudah pendidikan gizi	34	1778,50 (1456,90-2084,35)	1747,70 \pm 1,39	

Ket: s.b = simpang baku

Tabel 5.4.1.1 dan tabel 5.4.1.2 menyajikan data tentang tingkat konsumsi energi responden sebelum dan sesudah pendidikan gizi serta hasil analisis uji t berpasangan. Tabel 5.4.1.1 menunjukkan tingkat konsumsi energi responden meningkat sesudah dilaksanakan pendidikan gizi. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari jumlah kategori normal dan defisit tingkat ringan yang mengalami peningkatan dan kategori defisit tingkat berat dan defisit tingkat sedang yang mengalami penurunan setelah dilaksanakan pendidikan gizi. Tingkat konsumsi energi responden sebelum pendidikan gizi berkisar antara 1129,00-1883,05 kal dengan rata-rata 1447,60 \pm 1,75 kal yang berada pada kategori defisit tingkat sedang dan meningkat setelah dilaksanakan pendidikan gizi yaitu berkisar antara 1456,90-2084,35 kal dengan rata-rata 1747,70 \pm 1,39 kal yang berada pada kategori defisit tingkat ringan. Responden yang mengalami defisit konsumsi energi secara keseluruhan mengalami penurunan setelah dilaksanakan pendidikan gizi yaitu dari 97% menjadi 82%. Hasil analisis uji t berpasangan pada tingkat kepercayaan 95% pada tabel 5.4.1.2 menunjukkan perbedaan yang signifikan yaitu $<0,05$ ($p = 0,000$).

5.4.2 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Protein

Tabel 5.4.2.1 Tingkat Konsumsi Protein Responden Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi

Tingkat Konsumsi Protein	Sebelum pendidikan gizi		Sesudah pendidikan gizi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Defisit tingkat berat	8	23,5	0	0
Defisit tingkat sedang	8	23,5	1	2,9
Defisit tingkat ringan	11	32,4	9	26,5
Normal	7	20,6	24	70,6
Di atas angka kecukupan	0	0	0	0
Total	34	100	34	100

Tabel 5.4.2.2 Hasil Analisis Uji t Berpasangan Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Protein

	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata \pm s.b	p
Tingkat konsumsi protein sebelum pendidikan gizi	34	40,05 (27,74-57,70)	40,25 \pm 6,86	0,000
Tingkat konsumsi protein sesudah pendidikan gizi	34	47,97 (36-59,85)	48,80 \pm 6,14	

Ket: s.b = simpang baku

Tabel 5.4.2.1 dan tabel 5.4.2.2 menyajikan data tentang tingkat konsumsi protein responden sebelum dan sesudah pendidikan gizi serta hasil analisis uji t berpasangan. Tabel 5.4.2.1 menunjukkan tingkat konsumsi protein responden meningkat sesudah dilaksanakan pendidikan gizi. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari jumlah kategori normal yang mengalami peningkatan dan kategori defisit tingkat berat, defisit tingkat sedang, serta defisit tingkat ringan yang mengalami penurunan setelah dilaksanakan pendidikan gizi. Tingkat konsumsi protein responden sebelum pendidikan gizi berkisar antara 27,74-57,70 g dengan rata-rata 40,25 \pm 6,86 g yang berada pada kategori defisit tingkat ringan dan meningkat setelah dilaksanakan pendidikan gizi yaitu berkisar antara 36-59,85 g dengan rata-rata 48,80 \pm 6,14 g yang berada pada kategori normal. Responden yang mengalami defisit konsumsi protein secara keseluruhan mengalami

penurunan setelah dilaksanakan pendidikan gizi yaitu dari 79,4% menjadi 29,4%. Hasil analisis uji t berpasangan pada tingkat kepercayaan 95% pada tabel 5.4.2.2 menunjukkan perbedaan yang signifikan yaitu $<0,05$ ($p = 0,000$).

5.4.3 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Zat Besi

Tabel 5.4.3.1 Tingkat Konsumsi Zat Besi Responden Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi

Tingkat Konsumsi Zat Besi	Sebelum pendidikan gizi		Sesudah pendidikan gizi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Defisit tingkat berat	32	94,1	29	85,3
Defisit tingkat sedang	2	5,9	5	14,7
Defisit tingkat ringan	0	0	0	0
Normal	0	0	0	0
Di atas angka kecukupan	0	0	0	0
Total	34	100	34	100

Tabel 5.4.3.2 Hasil Analisis Uji t Berpasangan Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Zat Besi

	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata \pm s.b	p
Tingkat konsumsi zat besi sebelum pendidikan gizi	34	6,92 (3,25-9,85)	6,74 \pm 1,55	0,000
Tingkat konsumsi zat besi sesudah pendidikan gizi	34	8,13 (4,65-10,50)	7,95 \pm 1,49	

Ket: s.b = simpang baku

Tabel 5.4.3.1 dan tabel 5.4.3.2 menyajikan data tentang tingkat konsumsi zat besi responden sebelum dan sesudah pendidikan gizi serta hasil analisis uji t berpasangan. Tabel 5.4.3.1 menunjukkan tingkat konsumsi zat gizi responden meningkat sesudah dilaksanakan pendidikan gizi. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari jumlah kategori defisit tingkat sedang yang mengalami peningkatan dan kategori defisit tingkat berat yang mengalami penurunan setelah dilaksanakan pendidikan gizi. Tingkat konsumsi zat besi responden sebelum pendidikan gizi berkisar antara 3,25-9,85 mg dengan rata-rata 6,74 \pm 1,55 mg

yang berada pada kategori defisit tingkat ringan dan meningkat setelah dilaksanakan pendidikan gizi yaitu berkisar antara 4,65-10,50 mg dengan rata-rata $7,95 \pm 1,49$ mg yang berada pada kategori normal. Hasil analisis uji t berpasangan pada tingkat kepercayaan 95% pada tabel 5.4.3.2 menunjukkan perbedaan yang signifikan yaitu $<0,05$ ($p = 0,000$).

5.4.4 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Vitamin C

Tabel 5.4.4.1 Tingkat Konsumsi Vitamin C Responden Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi

Tingkat Konsumsi Vitamin C	Sebelum pendidikan gizi		Sesudah pendidikan gizi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Defisit tingkat berat	24	70,6	19	55,9
Defisit tingkat sedang	6	17,6	7	20,6
Defisit tingkat ringan	3	8,8	3	8,8
Normal	1	2,9	5	14,7
Di atas angka kecukupan	0	0	0	0
Total	34	100	34	100

Tabel 5.4.4.2 Hasil Analisis Uji t Berpasangan Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Vitamin C

	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata \pm s.b	p
Tingkat konsumsi vitamin C sebelum pendidikan gizi	34	31,07 (10-45,70)	$29,49 \pm 9,41$	0,019
Tingkat konsumsi vitamin C sesudah pendidikan gizi	34	33,58 (15,95-52)	$33,74 \pm 9,07$	

Ket: s.b = simpang baku

Tabel 5.4.4.1 dan tabel 5.4.4.2 menyajikan data tentang tingkat konsumsi vitamin C responden sebelum dan sesudah pendidikan gizi serta hasil analisis uji t berpasangan. Tabel 5.4.4.1 menunjukkan tingkat konsumsi vitamin C responden meningkat sesudah dilaksanakan pendidikan gizi. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari jumlah kategori normal yang mengalami peningkatan dan kategori defisit tingkat berat yang mengalami penurunan setelah

dilaksanakan pendidikan gizi. Tingkat konsumsi vitamin C responden sebelum pendidikan gizi berkisar antara 10-45,70 mg dengan rata-rata $29,49 \pm 9,41$ mg yang berada pada kategori defisit tingkat berat dan meningkat setelah dilaksanakan pendidikan gizi yaitu berkisar antara 15,95-52 mg dengan rata-rata $33,74 \pm 9,07$ mg walaupun masih berada pada kategori defisit tingkat berat. Hasil analisis uji t berpasangan pada tingkat kepercayaan 95% pada tabel 5.4.4.2 menunjukkan perbedaan yang signifikan yaitu $<0,05$ ($p = 0,019$).

5.6 Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Air Minum

Tabel 5.6.1 Tingkat Konsumsi Air Minum

Tingkat Konsumsi Air Minum	Sebelum pendidikan gizi		Sesudah pendidikan gizi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Kurang	34	100	25	73,5
Cukup	0	0	9	26,5
Total	34	100	34	100

Tabel 5.6.2 Hasil Analisis Uji t Berpasangan Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Tingkat Konsumsi Air Minum

	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata \pm s.b	p
Tingkat konsumsi air minum sebelum pendidikan gizi	34	1300 (875-1625)	$1293,40 \pm 1,88$	0,000
Tingkat konsumsi air minum sesudah pendidikan gizi	34	1850 (1425-2125)	$1858,10 \pm 1,62$	

Ket: s.b = simpang baku

Tabel 5.6.1 dan tabel 5.6.2 menyajikan data tentang tingkat konsumsi air minum responden sebelum dan sesudah pendidikan gizi serta hasil analisis uji t berpasangan. Tabel 5.6.1 menunjukkan tingkat konsumsi air minum responden meningkat sesudah dilaksanakan pendidikan gizi. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari jumlah kategori cukup yang mengalami peningkatan dan kategori kurang yang mengalami penurunan setelah dilaksanakan pendidikan gizi.

Tingkat konsumsi air minum responden sebelum pendidikan gizi berkisar antara 875-1625 ml dengan rata-rata $1293,40 \pm 1,88$ ml dan meningkat setelah dilaksanakan pendidikan gizi yaitu berkisar antara 1425-2125 ml dengan rata-rata $1858,10 \pm 1,62$ ml. Hasil analisis uji t berpasangan pada tingkat kepercayaan 95% pada tabel 5.6.2 menunjukkan perbedaan yang signifikan yaitu $<0,05$ ($p = 0,000$).

