

Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi Minuman Berpemanis Buatan dengan Status Gizi pada Peserta Didik SD Negeri 52 Palipi

Rahmat¹, Rasmawati²
rahmatkeperawatan@gmail.com

Prodi D III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene

Abstrak

Pendahuluan: Minuman adalah minuman yang tidak mengandung alkohol minuman olahan dalam bentuk cair yang mengandung bahan makanan atau bahan tambahan lainnya baik alami maupun sintesis yang dikemas dalam kemasan siap untuk dikonsumsi. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan konsumsi minuman berpemanis pada peserta didik SD Negeri 52 Palipi. **Metode** penelitian yang digunakan adalah dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi SD Negeri 52 Palipi dengan menggunakan teknik pengambilan sampel. Teknik analisis data menggunakan uji chi square untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan status gizi pada peserta didik SD Negeri 52 Palipi. **Hasil** analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan status gizi dengan nilai $p = 0,036 < 0,05$, hasil analisa data menunjukkan bahwa ada hubungan konsumsi minuman berpemanis terhadap status gizi pada peserta didik dengan nilai $0,014 < 0,05$. Disarankan kepada orang tua dan guru untuk dapat menyediakan minuman yang lebih sehat seperti air putih yang bisa disediakan secara gratis seperti air aqua gelas atau membawa masing-masing air dari rumah agar anak-anak bisa lebih memilih apa yang layak dikonsumsi. **Kesimpulan** Terdapat hubungan antara pengetahuan dan konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi pada siswa SD Negeri 52 Palipi, artinya semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya dan semakin tinggi tingkat konsumsi minuman berpemanis maka sangat mempengaruhi status gizi.

Kata kunci: pengetahuan, minuman berpemanis, status gizi, siswa di SD

Pendahuluan

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat dari konsumsi dan penggunaan zat gizi. Status gizi terutama pada anak rentang usia 10-12 tahun masih menjadi masalah kesehatan sampai saat ini, dikarenakan pada rentang usia tersebut merupakan periode rentan gizi. Dimana pada masa ini akan terjadi perubahan fisik, pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status gizi pada anak. Hal ini disebabkan karena pada usia anak-anak memerlukan zat gizi yang lebih tinggi dan seimbang (Conterius 2021).

Anak pada usia sekolah di Indonesia memiliki masalah gizi yang cukup kompleks, yaitu sangat kurus, kurus, gemuk dan obesitas karena anak usia sekolah cenderung banyak melakukan aktifitas seperti belajar dan bermain tetapi asupan zat gizi kurang dari kebutuhan (Okinarum et al. 2017).

Hasil pemantauan status gizi tahun 2017, menunjukkan status gizi anak usia 5 – 12

tahun berdasarkan IMT/U di Indonesia 3,4 % sangat kurus dan 7,5% kurus. Prevalensi anak di Jawa Barat pada tahun 2017 adalah 1,5% sangat kurus dan 6,1% kurus (Kemenkes, 2018).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 di Indonesia menunjukkan selain prevalensi anak sangat kurus 2,4% dan anak kurus 6,8% juga terdapat anak gemuk 10,8% dan obesitas 9,2%. Masalah gizi yang terdapat di Kabupaten Tasikmalaya yaitu gizi kurus 3,87% , anak gemuk 10,25% dan 8,89% anak obesitas (Kemenkes, Jawa Barat, 2018). Hasil akhir dari asupan makanan atau kecukupan asupan gizi dalam memenuhi kebutuhan tubuh dan status infeksi seseorang yang dapat dihubungkan satu sama lain adalah status gizi (Laswati 2019).

Hasil penelusuran atau suvey awal peneliti dilingkungan SD Negeri 52 Palipi di jalan poros majene banyak yang menjual minuman yang tergolong minuman berpemanis yaitu : pop ice dengan kadar gula 10 kg, ala-ale dengan kadar gula 16 kg, okky jelly drink dengan kadar gula 15 gr. dan sudah menjadi kebiasaan anak-anak siswa siswi mengkonsumsi minuman ringan yang dijual disekitar SD Negeri 52 Palipi Kecamatan Banggae yang berjumlah 3 pedagang. Pedagang pertama menjual minuman seperti ale-ale dan okky jelly drink, pedagang kedua dan ketiga menjual minuman pop ice dengan berbagai varian rasa. Untuk itu penelitian ini berkeinginan mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan dan konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi pada siswa siswi terhadap minuman berpemanis yang dijual dilingkungan sekolah SD Negeri 52 Palipi Kecamatan Banggae.

Adapun jenis minuman yaitu minuman rasa buah, minuman soda, minuman olahraga, minuman energi, minuman teh kemasan dan kopi. Minuman berpemanis yang beredar di Indonesia adalah minuman dan minuman kekinian. Beberapa minuman berpemanis yang banyak ditemukan kemasan dengan tambahan gula. Sedangkan minuman kekinian adalah minuman inovatif dan populer, seperti minuman boba, *milk tea*, *thai tea*, kopi susu, kopi dengan *brown sugar*, *cheese tea*, *mango thai*, dan yang lainnya (Veronica and Ilmi, 2020; Iqbal, 2018).

Konsumsi makanan dan minuman jadi meningkat tiap tahunnya di Indonesia, termasuk minuman berpemanis. Hal itu bertentangan dengan rekomendasi WHO untuk mengurangi konsumsi minuman berpemanis. Mengurangi konsumsi minuman berpemanis menjadi salah satu pencegahan terjadinya overweight dan obesitas (WHO, 2019).

Minuman berpemanis atau sugar sweetened beverages merupakan minuman ringan dalam kemasan yang menambahkan pemanis berkalori tinggi sebagai salah satu bahan atau kandungan dalam minuman. Terdapat juga beberapa minuman berpemanis yang menggunakan pemanis buatan sebagai bahan pemberi rasa manis dalam minuman (Lopez, 2017).

Minuman adalah minuman yang tidak mengandung alkohol minuman olahan dalam bentuk cair yang mengandung bahan makanan dan atau bahan tambahan lainnya baik alami maupun sintetik yang dikemas dalam kemasan siap untuk dikonsumsi. Saat ini, banyak dijumpai berbagai produk minuman ringan yang beredar di masyarakat dengan bermacam-macam varian rasa, berbagai jenis dan bentuk, serta dikemas dengan berbagai kemasan yang menarik, praktis, dan mudah disimpan, seperti dalam kaleng, kertas karton, atau botol dan gelas.

Pemanis merupakan salah satu bahan yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan sehari-hari manusia yang berfungsi memberikan cita rasa manis dan juga menentukan tekstur dari suatu makanan. Gula adalah salah satu bahan pemanis yang ditambahkan dalam pembuatan makanan atau minuman.

Menurut Asosiasi Gula Indonesia (2020), kebutuhan gula masyarakat Indonesia semakin meningkat. Pada tahun 2020 kebutuhan gula diperkirakan mencapai 3,16 juta ton namun stok gula nasional mengalami penurunan yang salah satu penyebabnya adalah

kegagalan panen yang menyebabkan produksi tebu turun sehingga berdampak pada industri gula dan dapat dikatakan bahwa produksi gula tidak mampu mencukupi kebutuhan pasar akan gula. Tingginya permintaan pasar akan gula yang tidak diimbangi dengan tingginya produksi gula membuat pemerintah Indonesia melakukan impor gula untuk menutupi kekurangan kebutuhan pemanis dari gula. Menurut BPS (2020), jumlah impor gula Indonesia mencapai 1.365.918,4 ton.

Pemanis buatan adalah zat tambahan yang sengaja dibuat sebagai pengganti rasa manis dari gula yang rendah kalori. Pemanis buatan diproduksi untuk dikonsumsi orang yang ingin mengurangi asupan gula tinggi kalori, namun tetap terasa manis. Zat pemanis buatan dibagi menjadi dua, yaitu pemanis alami dan pemanis buatan yang merupakan salah satu jenis pemanis buatan yang sangat penting yaitu yang sering disebut dengan pemanis intensitas tinggi.

Menurut Depdiknas (2005), Zat pemanis tersebut merupakan senyawa yang mempunyai tingkat kemanisan beberapa kali lipat dibandingkan gula murni (sukrosa). Kebanyakan pemanis buatan yang dapat ditemukan di pasaran seperti, aspartam, sakarin (mempunyai rasa pahit), kalium Asesulfam (memiliki tingkat kemanisan sekitar 200 kali dari kemanisan gula pasir), siklamat (pemanis buatan yang diijinkan untuk digunakan pada produk makanan dan minuman dengan dosis yang telah ditetapkan oleh BPOM).

Minuman berpemanis merupakan jenis minuman padat kalori dan tinggi gula namun rendah zat gizi. Jenis gula tambahan pada minuman berpemanis dapat berupa sukrosa, gula putih, gula merah, madu, dan *high cornfructose syrup (HCFS)*. Tingginya kandungan kalori pada minuman berpemanis dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes mellitus tipe II, dan penyakit kardiovaskuler.

Minuman manis dalam satu kemasan memiliki kandungan gula mencapai 37–54gram. Kandungan tersebut melebihi batas anjuran dari total penambahan gula pada kemasan minuman berpemanis yaitu 6-12 gram (CDC, 2021).

Kemendes RI menganjurkan untuk konsumsi gula per orang per hari hanya 50 g atau 4 sendok makan yang setara juga dengan 10% dari total asupan energi (200kcal) (Kemendes RI, 2013).

Kadar gula untuk anak usia sekolah berdasarkan hasil oleh (G.A. Savitri K.P tahun 2019) menunjukkan rata-rata besar konsumsi minuman berpemanis pada siswa SD sebesar 69,9 gram perhari. Dalam 300-500 ml satuan saji minuman berpemanis yang beredar di Indonesia terkandung gula sebanyak 37-54 gram Jumlah kandungan gula tersebut sudah melebihi rekomendasi penambahan gula yang aman pada minuman yaitu sebesar 6-12 gram (14).

Kebiasaan konsumsi minuman pada anak dapat dipengaruhi oleh faktor, status gizi, pengetahuan gizi, pengaruh teman sebaya, uang saku, keluarga, media massa, akses ke sumber pedagang (Wowor, et al., 2018).

Indonesia merupakan salah satu Negara di Asia yang masih menghadapi masalah gizi yang kurang cukup besar yang menunjukkan bahwa prevalensi status gizi pada anak usia 5 hingga 12 tahun sebesar 2,45 sangat kurus, 6,8% kurus, kategori gemuk sebanyak 10,8% dan obesitas sebanyak 9,2%. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019) menunjukkan bahwa 2,7% sangat kurus, 7,45 kurus, 10,1% kategori gemuk, dan 10,0% kategori obesitas.

Metode

A. Jenis Dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dimana pengukuran variabel dependen dan independen dilakukan secara

bersamaan.

B. Waktu Dan Lokasi Penelitian

1. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 52 Palipi

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama 1 bulan mulai tanggal 10 juni sampai dengan 10 juli tahun 2024 di Sekolah Dasar Negeri 52 Palipi Kec. Banggae, Kab , Majene.

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas I – 5 SD Negeri 52 palipi

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah dengan mengambil total sampling (sampel jenuh) dengan mewakili seluruh populasi. Dalam hal ini siswa – siswi kelas I - V SD Negeri 52 palipi. Teknik Pengambilan Sampel

Cara pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Total sampling adalah teknik penentuan sampel apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Sampel ini digunakan jika jumlah populasi relatif kecil yaitu lebih dari 30 orang, total sampling disebut juga sensus dimana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. (sugiyino, 2021).

a. kriteria inklusi adalah dimana subjek mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel, kriteria inklusi dalam penelitian:

1. Peserta didik kelas I, II, III, IV dan V.
2. Bersedia untuk menjadi responden penelitian.
3. Bersekolah di SD Negeri No 52 Palipi.
4. Hadir saat dilakukan penelitian dan pengukuran.

b. Sedangkan untuk kriteria eksklusi penelitian sebagai berikut:

1. Anak pada kondisi tidak kemungkinan untuk di ukur tinggi badan dan berat badannya.

D. Instrumen Penelitian

Instrument penelitian adalah suatu alat yang diamati, instrument penelitian yang digunakan adalah timbangan berat badan, *microtase*, lembar kuesioner, dalam penelitian di susun berdasarkan indikator (Sugiyono, 2018).

E. Teknik Pengumpulan Data

Sampel akan dikumpulkan selama pelaksanaan penelitian kemudian melakukan observasi wawancara dan pengukuran meliputi karakteristik dengan penelitian berat badan (BB) dan tinggi badan (TB), kemudian melakukan proses wawancara yang berkaitan dengan konsumsi minuman berpemanis dengan kejadian gizi lebih pada sampel siswa – siswi SD Negeri 52 Palipi.

F. Teknik Pengolahan dan Penyajian Data

1. Data yang telah dikumpulkan akan diolah kemudian dianalisis dengan menggunakan software pada aplikasi SPSS
2. Data akan disajikan dalam bentuk tabel yang telah disertai dengan penjelasan narasi berdasarkan hasil penelitian, dokumentasi.
3. Keabsahan data yaitu memastikan validasi data dari suatu penelitian kuantitatif keabsahan data di uji validasi kuesioner.

G. Teknik Analisis Data

Penelitian pada anak SD Negeri 52 Palipi di analisis secara Univariat dan Bivariat menggunakan tabel silang. Untuk uji hipotesis tentang Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Status Gizi Pada Siswa SD.

Hasil

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dimana pengukuran variabel dependen dan independen dilakukan secara bersamaan. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi pada siswa SD Negeri 52 Palipi. Cara pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Total sampling adalah teknik penentuan sampel apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel sebanyak 73 siswa. Adapun teknik analisis data yang digunakan adalah sebagai berikut

1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah analisis untuk menghasilkan distribusi dan persentase dari variabel penelitian.

a. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1.
Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin
di SD Negeri 52 Palipi

No	Jenis Kelamin	Frequency	Percent
1	Laki-Laki	36	49,3
2	Perempuan	37	50,7
Total		73	100,0

Sumber : Hasil Analisis 2024

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin di bagaimana jadi dua yaitu laki-laki dan perempuan. Dari hasil pengolahan data pada tabel 1 diketahui bahwa responden perempuan lebih banyak di dibandingkan dengan responden laki-laki. Dari hasil pengolahan data dapat di lihat bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 36 orang dengan persentase 49,3% dan responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 37 orang dengan persentase 50,7%.

b. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Tabel 2.
Distribusi responden berdasarkan Usiadi SD Negeri 52 Palipi

No	Usia	Frequency	Percent
1	6 tahun	2	2,7
2	7 tahun	15	20,5
3	8 tahun	15	20,5
4	9 tahun	16	21,9
5	10 tahun	9	12,3
6	11 tahun	9	12,3
7	12 tahun	4	5,5
8	13 tahun	3	4,1
Total		73	100,0

Sumber : Hasil Analisis 2024

Berdasarkan analisis pada tabel 2 diketahui siswa/siswi dengan usia 6 tahun sebanyak 2 orang dengan tingkat persentase 2,7%, usia 7 tahun sebanyak 20 orang dengan tingkat persentase 20,5%, usia 8 tahun sebanyak 20 orang dengan tingkat

persentase 20,5%, usia 9 tahun sebanyak 16 orang dengan tingkat persentase sebanyak 21,9%, usia 10 dan 11 tahun sama-sama sebanyak 16 orang dengan tingkat persentase sebanyak 12,3%, usia 12 tahun sebanyak 4 orang dengan tingkat persentase sebanyak 5,5%, dan usia 13 tahun sebanyak 3 orang dengan tingkat persentase sebanyak 4,1%.

c. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 3.
Distribusi responden berdasarkan Kelas
di SD Negeri 52 Palipi

No	Kelas	Frequency	Percent
1	Kelas 1	15	20,5
2	Kelas 2	15	20,5
3	Kelas 3	18	24,7
4	Kelas 4	9	12,3
5	Kelas 5	16	21,9
Total		73	100,0

Sumber : Hasil Analisis 2024

Berdasarkan hasil pengolahan data pada tabel 3 diketahui bahwa, responden yang paling banyak adalah mereka yang berada pada kelas 3 sebanyak 18 siswa/siswi dengan persentase sebesar 24,7%, disusul oleh kelas 5 sebanyak 16 siswa/siswi dengan persentase sebesar 21,9%, kemudian kelas 1 dan 2 dengan masing-masing sebanyak 15 siswa/siswi dengan persentase sebesar 20,5% dan yang paling terendah berada pada kelas 4 sebanyak 9 siswa/siswi dengan frekuensi sebesar 12,3%.

d. Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi

Tabel 4.
Distribusi responden berdasarkan Status Gizi
di SD Negeri 52 Palipi

No	Status Gizi	Frequency	Percent
1	Gizi Kurang	34	46,6
2	Normal	21	28,8
3	Obesitas	18	24,7
Total		73	100,0

Sumber : Hasil Analisis 2024

Berdasarkan status gizi responden yang disajikan pada tabel 4 diketahui bahwa siswa/siswi dengan kategori status gizi kurang sebanyak 34 orang dengan frekuensi sebesar 46,6%, selanjutnya siswa/siswi dengan kategori status gizi normal sebanyak 21 orang dengan frekuensi sebesar 28,8% dan siswa/siswi dengan kategori status gizi obesitas sebanyak 18 orang dengan frekuensi sebesar 24,7%.

e. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan

Tabel 5.
**Distribusi responden berdasarkan Pengetahuan
di SD Negeri 52 Palipi**

No	Pengetahuan	Frequency	Percent
1	Baik	22	30,1
2	Cukup	24	32,9
3	Kurang	27	37,0
Total		73	100,0

Sumber : Hasil Analisis 2024

Berdasarkan status gizi responden yang disajikan pada tabel 5 diketahui bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 22 orang dengan frekuensi sebesar 30,1%, selanjutnya responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 24 orang dengan frekuensi sebesar 32,9% dan responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 27 orang dengan frekuensi sebesar 37,0%.

f. Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Minuman Berpemanis

Tabel 6.
**Distribusi responden berdasarkan konsumsi minuman
berpemanis di SD Negeri 52 Palipi**

No	Minuman Berpemanis	Frequency	Percent
1	Rendah	21	28,8
2	Sedang	24	32,9
3	Tinggi	28	38,4
Total		73	100,0

Sumber : Hasil Analisis 2024

Berdasarkan konsumsi minuman berpemanis responden yang disajikan pada tabel 6 diketahui bahwa siswa/siswi dengan kategori rendah sebanyak 21 orang dengan tingkat persentase 28,8%, kategori sedang sebanyak 24 orang dengan tingkat persentase 32,9% dan kategoritinggi sebanyak 28 orang dengan tingkat persentase 38,4%.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dan konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi pada siswa SD Negeri 52 Palipi.

a. Hubungan Pengetahuan Terhadap Status Gizi Pada Siswa

Tabel 7
Hubungan Pengetahuan Terhadap Status Gizi Pada Siswa
SD Negeri 52 Palipi

No	Pengetahuan	Pengetahuan						Total		P
		Kurang Gizi		Normal		Obesitas		n	%	
		N	%	N	%	N	%			
1	Baik	16	72,7	3	13,6	3	13,6	22	100	0,036
2	Cukup	7	29,2	8	33,3	9	37,5	24	100	
3	Kurang	11	40,7	10	37	6	22,2	27	100	

Sumber : Hasil Pengolahan SPSS (2024)

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa total responden sebanyak 73 dimana responden yang memiliki pengetahuan baik dengan status kurang gizi sebanyak 16 dengan tingkat persentase sebesar 72,7%, status gizi normal sebanyak 3 orang dengan persentase 13,16% dan status gizi obesitas sebanyak 3 orang dengan tingkat persentase sebesar 13,6%. Selanjutnya siswa dengan pengetahuan cukup dengan status kurang gizi sebanyak 7 orang dengan tingkat persentase sebesar 29,2%, status gizi normal sebanyak 8 orang dengan persentase 33,3% dan status gizi obesitas sebanyak 9 orang dengan tingkat persentase sebesar 37,5%.

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan hasil analisis uji chi square di peroleh nilai $P = 0,036$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ yang berarti ($p < \alpha$) atau H_0 diterima dan H_1 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan status gizi pada siswa SD Negeri 52 Palipi Soreang.

b. Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis Terhadap Status Gizi Pada Siswa

Tabel 8.
Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis Terhadap Status Gizi
Pada Siswa SD Negeri 52 Palipi Soreang

No	Konsumsi Minuman Berpemanis	Pengetahuan						Total		P
		Kurang Gizi		Normal		Obesitas		n	%	
		N	%	N	%	N	%			
1	Rendah	16	76,2	2	9,5	3	14,3	21	100	0,014
2	Sedang	7	29,2	8	33,3	9	37,5	24	100	
3	Tinggi	11	39,3	11	39,3	6	21,4	28	100	

Sumber : Hasil Pengolahan SPSS (2024)

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa total responden sebanyak 73 dimana responden yang mengonsumsi minuman berpemanis kategori rendah dengan status kurang gizi sebanyak 16 dengan tingkat persentase sebesar 76,2%, status gizi normal sebanyak 2 orang dengan persentase 9,5% dan status gizi obesitas sebanyak 3 orang dengan

tingkat persentase sebesar 14,3%. Selanjutnya responden yang mengonsumsi minuman berpemanis kategori sedang dengan status kurang gizi sebanyak 7 orang dengan tingkat persentase sebesar 29,2%, status gizi normal sebanyak 8 orang dengan persentase 33,3% dan status gizi obesitas sebanyak 9 orang dengan tingkat persentase sebesar 37,5%.

Adapun responden yang mengonsumsi minuman berpemanis kategori tinggi dengan status kurang gizi sebanyak 11 orang dengan tingkat persentase sebesar 39,3%, status gizi normal sebanyak 11 orang dengan persentase 39,3% dan status gizi obesitas sebanyak 6 orang dengan tingkat persentase sebesar 21,4%.

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan hasil analisis *uji chi square* di peroleh nilai $P = 0,014$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ yang berarti ($p < \alpha$) atau H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi pada siswa SD Negeri 52 Palipi.

Pembahasan

A. Hubungan Pengetahuan Terhadap Status Gizi Pada Siswa

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan hasil analisis *uji chi square* di peroleh nilai $P = 0,014$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ yang berarti ($p < \alpha$) atau H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan status gizi pada siswa SD Negeri 52 Palipi, artinya semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya. Akan tetapi, pengetahuan gizi yang dimiliki seseorang belum tentu dapat mengubah kebiasaannya, dimana mereka memiliki pemahaman terkait asupan nutrisi yang diperlukan oleh tubuh tetapi tidak mengaplikasikan pengetahuan gizi tersebut dalam kehidupan sehari-harinya.

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan responden terkait gizi dan makanan, sumber-sumber zat gizi yang terkandung pada makanan dan minuman serta cara pemilihan jajanan yang aman dan sehat (Notoatmodjo, 2012). Perilaku seseorang terkait gizi dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, yang akan memberikan dampak terhadap asupan makanan dan status gizi (Lestari, 2020). Berbekal pengetahuan gizi yang baik diharapkan anak akan memahami minuman yang sehat dan baik untuk dikonsumsi serta minuman yang kurang baik untuk dikonsumsi (Afni, 2017).

Berdasarkan distribusi responden dalam penelitian juga diketahui bahwa siswa SD Negeri 52 Palipi dengan tingkat pengetahuan rendah menduduki posisi tertinggi yaitu responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 27 orang dengan frekuensi sebesar 37,0% sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 22 orang dengan frekuensi sebesar 30,1%. Hal ini berarti bahwa mayoritas siswa kurang paham mengenai pengetahuan gizi padahal pemahaman terkait pengetahuan gizi sangatlah penting untuk diketahui agar mereka sadar akan pentingnya asupan gizi yang dibutuhkan tubuh dengan baik.

Menurut (Fauziah *et al.*, 2022) peningkatan pengetahuan gizi dapat dilakukan dengan program pendidikan gizi yang dilakukan oleh pemerintah, dengan harapan program pendidikan gizi tersebut dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku anak terhadap pola konsumsinya. Penyediaan informasi yang memadai akan berguna dalam meningkatkan kesadaran, mengubah sikap dan pola konsumsi (Pacific & Hoefkins, 2014). Pengetahuan gizi perlu diberikan sejak usia dini, dengan tujuan agar siswa memiliki kemampuan dalam melakukan pemilihan makanan yang sehat serta memiliki nilai gizi yang tinggi, karena rendahnya pengetahuan gizi anak akan memberikan pengaruh terhadap kebiasaan konsumsi makanan anak, termasuk kebiasaan konsumsi jajanan pada anak (Arti & Suprianto, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya seperti penelitian yang dilakukan oleh Lestari *et.al* (2022) yang menyatakan bahwa “terdapat hubungan antara pengetahuan terhadap status gizi remaja” dan penelitian yang dilakukan oleh Namira *et.al* (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan status gizi siswa SDN. Putat Jaya II Surabaya”.

B. Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis Terhadap Status Gizi Pada Siswa

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan hasil analisis *uji chi square* di peroleh nilai $P = 0,014$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ yang berarti ($p < \alpha$) atau H_0 diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi pada siswa SD Negeri 52 Palipi, artinya semakin tinggi tingkat konsumsi minuman berpemanis maka sangat mempengaruhi status gizi.

Berdasarkan distribusi responden dalam penelitian juga diketahui bahwa tingkat konsumsi minuman berpemanis SD Negeri 52 Palipi berada pada kategori tinggi sebanyak 28 orang dengan tingkat persentase 38,4%. Hal ini dapat diartikan bahwa mayoritas siswa SD Negeri 52 Palipi sering mengonsumsi minuman berpemanis setiap harinya.

Menurut *Dietary Guidelines for americans* (2015) minuman berpemanis (*sugar sweetened beverages*) merupakan cairan yang dikemas dan ditambahi pemanis sebelum atau setelah pembelian dengan berbagai jenis gula tambahan seperti maltosa, molase, gula pasir, laktosa, malt, sukrosa dan tidak sedikit dari minuman berpemanis tidak memiliki nilai gizi lainnya seperti vitamin, mineral dan serat.

Mengonsumsi terlalu banyak minuman berpemanis dapat mengarah kepada konsumsi kalori yang berlebihan tanpa memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Hal ini dapat menggantikan konsumsi makanan sehat dan bergizi yang pada akhirnya dapat menyebabkan obesitas atau kekurangan gizi serta defisiensi nutrisi jika tidak seimbang dengan pola makan yang lain. Hal ini dibuktikan dengan pengolahan data yang dilakukan dalam penelitian, berdasarkan distribusi responden pada status gizi siswa diketahui bahwa responden dengan status gizi tertinggi berada pada kategori kategori status gizi kurang sebanyak 34 orang dengan frekuensi sebesar 46,6%.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Cahyaningtyas, 2018) mengenai hubungan frekuensi konsumsi minuman berkalori dengan status gizi pada siswa di SMA Negeri 5 Surakarta mendapatkan hasil (nilai p) 0,000 yang artinya bahwa terdapat hubungan antara frekuensi minuman berkalori dengan status gizi pada siswa SMA Negeri 5 Surakarta.

Penelitian lain juga dilakukan oleh (Saidah, Maryanto dan Pontang, 2017) mengenai hubungan kebiasaan konsumsi minuman berpemanis terhadap kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Institut Indonesia Semarang mendapatkan hasil (nilai p) 0,001 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan kebiasaan konsumsi minuman berpemanis terhadap kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Institut Indonesia Semarang.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang “hubungan antara pengetahuan dan konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi pada siswa SD Negeri 22 Palipi Soreang” maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan status gizi pada siswa SD Negeri 22 Palipi Soreang, artinya semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya. Akan tetapi, pengetahuan gizi yang dimiliki seseorang belum tentu dapat mengubah kebiasaannya, dimana mereka memiliki pemahaman terkait asupan nutrisi

yang diperlukan oleh tubuh tetapi tidak mengaplikasikan pengetahuan gizi tersebut dalam kehidupan sehari-harinya.

2. Terdapat hubungan antara konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi pada siswa SD Negeri 22 Palipi Soreang, artinya semakin tinggi tingkat konsumsi minuman berpemanis maka sangat mempengaruhi status gizi.

Referensi

- MASIR, Sabrianto; PUSPITASARI, Dyah Intan; GZ, S. *Hubungan Pengetahuan Dan Konsumsi Minuman Berpemanis Dengan Status Gizi Pada Siswa SD Ta'mirul Islam Surakarta. 2019.* PhD Thesis. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hana, A. N. H., & Raida, S. A. (2022). *Pengaruh Kebiasaan Mengkonsumsi Minuman Kemasan dan Berpemanis terhadap Berat Badan pada anak sekolah dasar.* *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 141-9.
- Muwakhidah, S. K. M., & SB, T. W. A. (2016). *Hubungan Pendapatan Orangtua, Aktivitas Fisik Dan Frekuensi Konsumsi Fastfood Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Ketelan Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).*
- Tutik, T., Fitriani, E., Falla, F., Utami, K. B., Febriasti, N. A., & Putri, M. M. (2022). *Pemanis dan Pewarna Pada Makanan Jajanan.* *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati (JPFM)*, 5(2).
- Henny, E., Kartini, A., & Rahfiludin, M. Z. (2015). *Hubungan pengetahuan siswa sekolah dasar dengan konsumsi minuman serbuk instan di SD Negeri Sendang Mulyo 03 Semarang.* *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 263-270.
- Anggitho, B. S. *Hubungan Antara Konsumsi Minuman Berkalori Dan Status Gizi Pada Santri Pondok Pesantren Ruhul Islam Anak Bangsa (Bachelor's thesis, Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).*
- Azzahwa, L. N., Djalilah, G. N., Marlina, U., & Masitha, D. (2024). *Hubungan Kebiasaan Sedentari dengan Kejadian Status Gizi Lebih Pada Anak Usia 10-12 Tahun di SD Muhammadiyah Manyar Gresik.* *JurnalMU: Jurnal Medis Umum*, 1(01), 23-32.
- Bahar, F. N. *Hubungan Konsumsi Frozen Food, Minuman Ringan Berpemanis, Dan Stres Dengan Status Gizi Anak Di Pondok Pesantren Al-Hamid Cilacap Jakarta Timur Skripsi.*
- Tambunan, G. N. (2019). *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Jajan Anak Di Sd Wilayah Kerja Puskesmas Matiti Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2018 (Doctoral dissertation, Institut Kesehatan Helvetia).*
- Daeli, W. A. C., & Nurwahyuni, A. (2019). *Determinan sosial ekonomi konsumsi minuman berpemanis di Indonesia: analisis data susenas 2017.* *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 4(1).
- Sari, S. L., Utari, D. M., & Sudiarti, T. (2021). *Konsumsi minuman berpemanis kemasan pada remaja .* *Ilmu Gizi Indonesia*, 5(1), 91-100.
- Utari, H. P., & Fitranti, D. Y. (2017). *Hubungan status gizi dan kebiasaan minum minuman ringan dengan kejadian menarche dini.* *Journal of Nutrition College*, 6(1), 114-118.
- Tambunan, G. N. (2019). *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Jajan Anak Di Sd Wilayah Kerja Puskesmas Matiti Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2018 (Doctoral dissertation, Institut Kesehatan Helvetia).*
- Putri, A. S., Mulyasari, I., & Mustika Anugrah, R. (2021). *Hubungan Tingkat Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anak Sekolah Dasar (Doctoral dissertation, Universitas Ngudi Waluyo).*

- Simanjuntak, O. Y. N. (2020). *Gambaran Pengetahuan Sikap dan Tindakan Siswa Siswi Terhadap Minuman Ringyang Dijual Di Lingkungan Sekolah SD Negeri 060890 Kec. Medan Polonia Tahun 2020.*
- Sari, S. L., Utari, D. M., & Sudiarti, T. (2021). *Konsumsi minuman berpemanis kemasan pada remaja. Ilmu Gizi Indonesia, 5(1), 91-100.*
- Wahab abdul, 2013. *Pengantar statistik untuk pendidikan dan sains cetakan pertama.* yogyakarta.