

## **BAB V HASIL PENELITIAN**

### **5.1 Gambaran Umum**

Gelanggang olahraga Bung Karno atau yang lebih sering disebut Gelora Bung Karno adalah kompleks olahraga serbaguna di Senayan, Jakarta. Dinamai Gelora Bung Karno sebagai tanda penghormatan pada presiden pertama Indonesia Ir Soekarno yang juga merupakan tokoh pencetus pembangunan kompleks olahraga ini. Gelora Bung Karno sempat berubah nama menjadi Gelora Senayan pada masa orde baru, namun nama Gelora Bung Karno kembali digunakan pada tahun 1998 berdasarkan surat keputusan presiden No. 7/2001. Luas kompleks olahraga sekitar 300 hektar dengan cakupan wilayah meliputi daerah Senayan, Petunduan, Kebon kelapa dan Bendungan hilir. Tujuan awal pembangunan Gelora Bung Karno adalah sebagai pelengkap sarana dan prasarana dalam rangka Asian Games ke IV tahun 1962 yang diadakan di Jakarta.

Pembangunan Gelora Bung Karno terwujud atas kerjasama pemerintah Indonesia dengan Uni Soviet. Pembangunan pertama dimulai 8 Februari 1960 dengan rencana pembangunan enam sarana olahraga dan empat tempat akomodasi untuk atlet. Satu per satu stadion yang selesai dibangun antara lain Istana Olahraga (Istora) pada 21 Mei 1961, stadion renang, stadion madya dan stadion tenis pada Desember 1961, gedung basket pada bulan Juni 1962 dan terakhir stadion utama pada 21 Juli 1962. Gelora Bung Karno diresmikan tanggal 24 September 1962.

Sejak 1 Januari 1966 pemerintah menghentikan pemberian subsidi bagi Gelora Bung Karno. Yayasan Gelora Bung Karno (YGBK) yang pernah berubah nama menjadi Yayasan Gelanggang Olahraga Senayan (YGOS) selaku pengurus Gelora Bung Karno mengusung dana dari para mitra kerja. Hasil dari kerjasama tersebut menghasilkan lapangan golf seluas 20 hektar pada tahun 1968, *golf driving range* pada tahun 1970, hotel Hilton tahun 1971 dan Balai Sidang Jakarta tahun 1974. Kini lahan Gelora Bung Karno terbagi menjadi tiga kelompok penggunaan yaitu (1) kompleks olahraga seluas 136,84 hektar, kompleks instansi pemerintah 67,52 hektar dan kawasan komersial seluas 74,741 hektar. Menurut

hak pengelola lahan yang ditebitkan Badan Pertanahan Nasional, luas wilayah Gelora Bung Karno seluruhnya 2.790.835 meter persegi yang juga meliputi kawasan tempat berdirinya gedung Dewan Perwakilan Rakyat (DPR).

## 5.2 Hasil Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran sebaran frekuensi variabel pada atlet remaja sebanyak 103 orang. Variabel univariat meliputi karakteristik responden (umur, jenis kelamin dan cabang olah raga), pengetahuan PUGS responden, sikap PUGS responden, faktor lingkungan (pendidikan orang tua, keterpaparan media PUGS, pengaruh teman dan pengaruh pelatih) dan perilaku makan berdasarkan PUGS. Variabel tersebut masing-masing digambarkan secara berturut-turut sebagai berikut :

### Karakteristik Responden

#### 5.2.1. Umur Responden

Umur atlet remaja yang dijadikan responden dibagi menjadi tiga kelompok umur yaitu kelompok remaja awal (11-13 tahun), remaja pertengahan (14-16 tahun) dan remaja lanjut (17-20 tahun). Terlihat pada tabel 5.2.1 terdapat penyebaran frekuensi umur atlet remaja yang paling banyak pada kelompok umur remaja lanjut sebanyak 51 responden (49,5%), sedangkan kelompok paling sedikit pada kelompok umur remaja awal yaitu 12 responden (11,7%). Berikut ini pengelompokan responden berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel 5.2.1a

Tabel 5.2.1a  
Distribusi karakteristik responden berdasarkan umur

	<b>Kelompok umur</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Remaja awal	(11-13 tahun)	12	11.7
Remaja pertengahan	(14-16 tahun)	40	38.8
Remaja lanjut	(17-20 tahun)	51	49.5
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Untuk mempermudah analisis, maka usia responden dikelompokkan ulang menjadi: remaja awal (11-16 tahun) dan remaja lanjut (17-20 tahun). Berdasarkan tabel 5.2.2 didapatkan hasil bahwa proporsi kelompok remaja awal paling banyak

yaitu 50,5%. Berikut ini pengelompokan ulang responden berdasarkan umur pada tabel 5.2.1b

Tabel 5.2.1b  
Distribusi karakteristik responden berdasarkan kelompok umur

	<b>Kelompok umur</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Remaja awal	(11-16 tahun)	52	50,5
Remaja lanjut	(17-20 tahun)	51	49,5
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

### 5.2.2 Jenis Kelamin Responden

Berdasarkan tabel 5.2.3 dari 103 responden, didapatkan proporsi terbanyak yaitu pada laki-laki sebanyak 66 responden (64,1%) dan sisanya perempuan (35,9%). Berikut ini tabel 5.2.2 pengelompokan responden berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 5.2.2  
Distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

<b>Jenis kelamin</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
laki-laki	66	64.1
perempuan	37	35.9
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

### 5. 2. 3 Cabang Olahraga Responden

Cabang olahraga yang di diteliti dibagi menjadi 6 cabang olahraga antara lain renang, loncat indah, polo air, tenis, basket dan renang indah. Penyebaran proporsi terbanyak ada pada cabang olah raga renang 46 responden (44.7%). Sedangkan loncat indah menjadi cabang olahraga yang terdikit proporsinya yaitu hanya 3 responden (7,8%). Untuk gambaran cabang olahraga lebih jelas dapat dilihat pada tabel 5.2.3a berikut ini :

Tabel 5.2.3a  
Distribusi karakteristik responden berdasarkan cabang olahraga

Cabang olahraga	n	%
Renang	46	44.7
Loncat indah	8	7.8
Polo air	12	11.7
Basket	25	24.3
Tenis	9	8.7
Renang indah	3	2.9
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Untuk mempermudah analisis maka penulis membagi menjadi 2 kategori yaitu cabang olahraga aerobik tipe dua (2) antara lain: renang, renang indah, loncat indah dan polo air serta cabang olahraga aerobik tipe tiga (3) antara lain: tenis dan basket (Depkes, 2005). Maka berdasarkan tabel 5.2.3b diketahui proporsi terbanyak pada olahraga tipe 2 sebanyak 66,3% dan olahraga tipe 3 sebanyak 32,7%. Berikut ini tabel 5.2.3b pengelompokkan responden berdasarkan tipe olahraga aerobik.

Tabel 5.2.3b  
Distribusi karakteristik responden berdasarkan tipe olahraga aerobik

Tipe olahraga aerobik	n	%
Tipe 2	69	67
Tipe 3	34	33
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100.0</b>

#### 5.2.4 Pendidikan Responden

Pendidikan responden dimulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Berdasarkan tabel 5. 2. 1. 4 proporsi terbanyak pada tingkat pendidikan SMU sebanyak 38 responden (36,9%), selanjutnya SMP 37 responden (35,9%) dan proporsi terkecil pada tingkat pendidikan SD 2 responden (1,9%). Berikut ini penyajian tingkat pendidikan responden pada tabel 5.2.4a

Tabel 5.2.4a  
Distribusi pendidikan responden

Variabel	Hasil ukur	n	%
Pendidikan responden	SD	2	1.9
	SMP	37	35.9
	SMU	38	36.9
	Diploma I	3	2.9
	Diploma III	14	13.6
	Sarjana	9	8.7
	<b>Total</b>		<b>103</b>

Untuk memudahkan analisa selanjutnya, maka pendidikan dikategorikan ulang menjadi tinggi bila  $\geq$  SMA dan rendah bila  $\leq$  SMP. Pengelompokan ini didasarkan atas program wajib belajar sembilan tahun yaitu sampai tingkat SMP sesuai program pemerintah. Berdasarkan tabel 5.2.1.5 diketahui 64 responden (62,1%) berpendidikan tinggi dan 39 responden (37,9%) berpendidikan rendah. Berikut ini penyajian kelompok pendidikan responden pada tabel 5.2.4b

Tabel 5.2.4b  
Distribusi karakteristik responden berdasarkan kelompok pendidikan

Variabel	Hasil ukur	n	%
Kelompok pendidikan responden	Tinggi	64	62.1
	Rendah	39	37.9
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

### 5.2.5 Pengetahuan PUGS

Pengetahuan PUGS responden dibagi menjadi 2 kategori yaitu baik bila nilai median  $\geq$  3.00 dan kurang bila  $<$  3.00. Berdasarkan tabel 5.2.2 diketahui bahwa pengetahuan PUGS baik 66 responden (64,1%) dan sisanya pengetahuan PUGS kurang. Berikut ini penyajian distribusi pengetahuan PUGS responden pada tabel 5.2.5

Tabel 5.2.5  
Distribusi berdasarkan pengetahuan PUGS\*

Variabel	Hasil ukur	n	%
Pengetahuan PUGS	Baik	66	64,1
	Kurang	37	35,9
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

\*) Nilai median

### 5.2.6 Sikap PUGS

Pengelompokan sikap dibagi menjadi dua kategori yaitu baik dan kurang berdasarkan nilai median. Bila  $\geq 37,00$  maka dikategorikan baik, tapi bila  $< 37,00$  maka dikategorikan kurang. Berdasarkan tabel 5.2.3 diketahui 54 responden (52,4%) bersikap PUGS baik dan sisanya sikap PUGS kurang. Berikut ini penyajian distribusi sikap PUGS pada tabel 5.2.6

Tabel 5. 2. 3  
Distribusi berdasarkan sikap PUGS\*

Variabel	Hasil ukur	n	%
Sikap PUGS	Baik	54	52,4
	Kurang	49	47,6
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

\*) Nilai median

### Faktor Lingkungan

Variabel faktor lingkungan dibagi menjadi lima yaitu pengaruh teman, pengaruh pelatih, pendidikan ayah, pendidikan ibu dan keterpaparan media PUGS. Berikut ini hasil univariat masing-masing variabel faktor lingkungan.

### 5.2.7 Pengaruh Teman

Hasil ukur pengaruh teman terbagi menjadi dua kategori yaitu kuat dan lemah berdasarkan nilai media. Dikatakan kuat bila nilai median  $\geq 1,00$  dan lemah bila  $< 1,00$ . Berdasarkan tabel 5.2.7 diketahui 80 (77,7%) responden menyatakan

pengaruh teman kuat dan sisanya lemah. Berikut ini penyajian distribusi pengaruh teman pada tabel 5.2.7

Tabel 5.2.7  
Distribusi berdasarkan pengaruh teman\*

Variabel	Hasil ukur	n	%
Pengaruh teman	Kuat	80	77,7
	Lemah	23	22,3
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

\*) Nilai median

### 5.2.8 Pengaruh Pelatih

Hasil ukur pengaruh pelatih terbagi menjadi dua kategori yaitu kuat dan lemah berdasarkan nilai media. Dikatakan kuat bila nilai median  $\geq 2,00$  dan lemah bila  $< 2,00$ . Berdasarkan tabel 5.2.8 diketahui 79 (76,7%) responden menyatakan pelatih berpengaruh kuat dan sisanya lemah. Berikut ini penyajian distribusi pengaruh pelatih pada tabel 5.2.8

Tabel 5.2.8  
Distribusi berdasarkan pengaruh pelatih\*

Variabel	Hasil ukur	n	%
Pengaruh pelatih	Kuat	79	76,7
	Lemah	24	23,3
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

\*) Nilai median

### 5.2.9 Keterpaparan Media PUGS

Pengelompokan keterpaparan media PUGS dibagi menjadi dua kategori yaitu pernah melihat media yang berisikan PUGS dan tidak pernah melihat media berisikan PUGS. Kategori berdasarkan total skor, bila pernah melihat/membaca media berisikan pesan PUGS maka skor 1 dan skor 0 bila tidak pernah melihat media berisikan pesan PUGS. Berikut ini penyajian distribusi responden terhadap keterpaparan media PUGS pada tabel 5.2.9<sup>a</sup>

Tabel 5.2.9a  
Distribusi berdasarkan ketepatan media PUGS

Variabel	Hasil ukur	n	%
Keterpaparan media	Pernah	37	35,6
	Tidak pernah	66	63,5
<b>Total</b>		<b>104</b>	<b>100</b>

Peneliti bertanya lebih lanjut tentang jenis media yang dilihat responden. Maka dari hasil tersebut diketahui responden banyak mendapatkan pesan PUGS dari media cetak, elektronik dan pesan langsung yang diberitahukan oleh orang tua, guru, teman, pelatih dan petugas kesehatan. Guru merupakan sumber penyampaian media PUGS yang paling banyak (17.4%). Selanjutnya responden banyak melihat pesan PUGS dari televisi (16.5%), majalah (15.5%) dan koran (14.5%). Ada satu responden (0.9%) yang menyatakan pernah melihat pesan PUGS saat seminar. Berikut ini tabel 5.2.9b penjabaran jenis media berisikan pesan PUGS yang pernah dilihat responden.

Tabel 5.2.9b  
Jenis media PUGS

No	Jenis media	n	%
1.	Media cetak : Koran	15	14,5
2.	Majalah	16	15,5
3.	Buku	7	6,8
4.	Leflet	2	1,9
5.	Brosur	6	5,8
6.	Poster	4	3,8
7.	Media elektronik : Televisi	17	16,5
8.	Radio	6	5,8
9.	Internet	11	10,6
10.	Guru	18	17,4
11.	Teman	3	2,9
12.	Orang tua	11	10,6
13.	Pelatih	13	12,6
14.	Petugas kesehatan	10	9,7
15.	Lain-lain : Seminar	1	0,9
<b>Total</b>		<b>140</b>	<b>135,3</b>

### 5.2.10 Pendidikan Ayah

Tingkat pendidikan ayah sangat bervariasi, dimulai dari jenjang Sekolah Dasar hingga perguruan tinggi. Berdasarkan tabel 5.2.10a diketahui proporsi

terbanyak pada jenjang pendidikan ayah pada perguruan tinggi S1/S2/S3 yaitu 56 responden (54,4%) dan tamatan terendah yaitu SD sebanyak 1 responden (1%). Berikut ini penyajian distribusi pendidikan ayah pada tabel 5.2.10a

Tabel 5.2.10a  
Distribusi berdasarkan pendidikan ayah

Variabel	Hasil ukur	n	%
Pendidikan ayah	Tamat SD	1	1.0
	Tamat SMP	3	2.9
	Tamat SMA	31	30.1
	Tamat akademi D1/D3	12	11.7
	Tamat perguruan tinggi S1/S2/S3	56	54.4
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Untuk memudahkan analisa selanjutnya, maka pendidikan ayah dibagi menjadi 2 kategori yaitu menengah kebawah bila pendidikan orang tua  $\leq$  SMA dan tinggi bila pendidikan orang tua  $\geq$  Diploma III. Berdasarkan tabel 5.2.10b diketahui proporsi pendidikan ayah paling banyak pada kelompok pendidikan tinggi yaitu sebanyak 66% dan kelompok pendidikan rendah sebanyak 34%. Berikut ini penyajian kelompok pendidikan ayah pada tabel 5.2.10b

Tabel 5.2.10b  
Distribusi berdasarkan kelompok pendidikan ayah

Variabel	Hasil ukur	n	%
Pendidikan ayah	Rendah	35	34
	Tinggi	68	66
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

### 5.2.11 Pendidikan Ibu

Distribusi pendidikan ibu dimulai dari jenjang SD hingga perguruan tinggi. Berdasarkan tabel 5.2.11a proporsi terbanyak ada pada jenjang pendidikan perguruan tinggi yaitu sebanyak 46 responden (44,2%) dan proporsi terkecil 1% pada responden yang tidak bersekolah. Berikut ini distribusi penyajian pendidikan ibu pada tabel 5.2.11a

Tabel 5.2.11a  
Distribusi berdasarkan pendidikan ibu

Variabel	Hasil ukur	n	%
Pendidikan ibu	Tidak sekolah	1	1.0
	Tamat SD	2	1.9
	Tamat SMP	3	2.9
	Tamat SMA	37	35.6
	Tamat akademi D1/D3	14	13.5
	Tamat perguruan tinggi S1/S2/S3	46	44.2
	<b>Total</b>		<b>104</b>

Untuk memudahkan analisa selanjutnya, maka pendidikan ibu dibagi menjadi 2 kategori yaitu menengah kebawah bila pendidikan orang tua  $\leq$  SMA dan tinggi bila pendidikan orang tua  $\geq$  Diploma III. Berdasarkan tabel 5.2.11b diketahui proporsi pendidikan ibu paling banyak pada kelompok pendidikan tinggi yaitu sebanyak 58,3%% dan kelompok pendidikan rendah sebanyak 31,7%. Berikut ini penyajian kelompok pendidikan ibu pada tabel 5.2.11b

Tabel 5.2.11b  
Distribusi berdasarkan kelompok pendidikan ibu

Variabel	Hasil ukur	n	%
Pendidikan ibu	Rendah	43	41,7
	Tinggi	60	58,3
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

### 5.2.12 Perilaku PUGS

Berdasarkan tabel 5.2.12 terlihat perilaku PUGS sebagian besar responden perilaku PUGS baik sebanyak 68 responden (66%). Kategori perilaku dibagi berdasarkan nilai median, baik bila  $\geq$  5.00 dan kurang bila  $\leq$  5.00. Berikut ini distribusi penyajian perilaku makan pada tabel 5.2.12

Tabel 5.2.12  
Distribusi berdasarkan perilaku PUGS\*

Variabel	Hasil ukur	n	%
Perilaku PUGS	Baik	68	66
	Kurang	35	34
<b>Total</b>		<b>103</b>	<b>100</b>

\*) Nilai median

### 5.3 Hasil Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel independent dengan variable dependen yang di uji menggunakan metode *chi square*. Variable independen dalam penelitian ini adalah karakteristik responden (umur, jenis kelamin dan cabang olahraga), pengetahuan PUGS responden, sikap PUGS responden dan faktor lingkungan (pendidikan orang tua, keterpaparan media, pengaruh pelatih dan pengaruh teman). Sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku makan berdasarkan PUGS.

#### 5.3.1 Hubungan Umur Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Hubungan umur atlet remaja dengan perilaku PUGS dapat dilihat pada tabel 5.3.1 hasil penelitian didapatkan bahwa kelompok umur berperilaku PUGS baik banyak terdapat di kelompok remaja awal yaitu sebanyak 35 responden (67,3%). Kelompok remaja lanjut yang berperilaku baik sebanyak 33 responden (64,7%). Dari hasil tersebut secara persentase, responden yang lebih muda (remaja awal) paling banyak perilaku PUGS baik dari pada responden kelompok usia remaja lanjut. Hasil uji statistik didapatkan nilai p 0,944, berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara umur dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Berikut ini tabel 5.3.1 analisis bivariat antara umur dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5. 3. 1  
Hubungan umur dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Kelompok umur	Perilaku PUGS				Total		p
	Kurang		Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Remaja awal	17	32,7	35	67,3	52	100	0,944
Remaja lanjut	18	35,3	33	64,7	51	100	
Total	35	68	68	132	103	100	

### 5.3.2 Hubungan Cabang Olahraga Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan tabel 5.3.2 diketahui responden dari cabang olahraga aerobik tipe 2 terbanyak perilaku PUGS baik yaitu sebanyak 49 responden (71%). Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antar cabang olahraga dengan perilaku makan berdasarkan PUGS (p 0,192). Berikut ini tabel 5.3.2 analisis bivariat antara jenis cabang olahraga aerobik dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3.2  
Hubungan cabang olahraga dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Cabang olahraga	Perilaku PUGS				Total		p
	Kurang		Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Tipe 2	20	29	49	71	69	100	0,192
Tipe 3	15	44,1	19	55,9	34	100	
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>73,1</b>	<b>68</b>	<b>126,9</b>	<b>103</b>	100	

### 5.3.3 Hubungan Jenis Kelamin Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Perilaku makan baik berdasarkan PUGS paling banyak pada kelompok laki-laki yaitu 71,2%. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh p 0,204 maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan bermakna antara jenis kelamin dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Berikut ini tabel 5.3.3 analisis bivariat antara jenis kelamin dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3.3  
Hubungan jenis kelamin dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Jenis kelamin	Perilaku PUGS				Total		p
	Kurang		Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Laki-laki	19	28,8	47	71,2	66	100	0.204
Perempuan	16	43,2	21	56,8	37	100	
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>72</b>	<b>68</b>	<b>128</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	

#### 5. 3. 4 Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan tabel 5.3.4 diketahui ada 51 responden (77%) yang memiliki pengetahuan dan perilaku PUGS yang baik. Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan kurang tapi perilaku baik sebanyak 17 responden (46%). Dari hasil uji statistik didapatkan p 0.003 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Dari hasil analisis juga diperoleh nilai OR 4.000 artinya responden yang pengetahuan PUGS baik mempunyai peluang 4.000 kali untuk berperilaku PUGS baik. Berikut ini tabel 5.3.4 analisis bivariat antara pengetahuan dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3.4  
Hubungan pengetahuan dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Pengetahuan PUGS	Perilaku PUGS				Total		p	OR
	Baik		Kurang		n	%		
	n	%	n	%				
Baik	51	77	15	23	66	100	0,003	4.000 (1,683-9,507)
Kurang	17	46	20	54	37	100		
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>123</b>	<b>35</b>	<b>77</b>	<b>103</b>	<b>100</b>		

#### 5.3.5 Hubungan Sikap Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan tabel 5.3.5 diketahui ada 39 responden (72,2%) bersikap dan perilaku PUGS yang baik, sedangkan 29 responden (59,2%) bersikap kurang tetapi perilaku PUGS baik. Dari hasil uji statistik diketahui p 0.235 maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Berikut ini tabel 5.3.5 analisis bivariat antara sikap dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3.5  
Hubungan sikap dengan perilaku makan berdasarkan

Sikap PUGS	Perilaku PUGS				Total		p
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	39	72,2	15	27,8	54	100	0,235
Kurang	29	59,2	20	40,8	49	100	
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>131,4</b>	<b>35</b>	<b>68,6</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	

### 5.3.6 Hubungan Pengaruh Pelatih Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan tabel 5.3.6 responden yang dipengaruhi kuat oleh pelatih memiliki perilaku PUGS baik sebanyak 50 responden (63,3%). Sedangkan responden yang dipengaruhi lemah oleh pelatih tetapi perilaku PUGS baik ada 18 responden (75%). Dari hasil uji statistik diketahui p 0,415 maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang bermakna antar pengaruh pelatih dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Berikut ini tabel 5.3.6 analisis bivariat antara pengaruh pelatih dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3.6  
Hubungan pengaruh pelatih dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Pengaruh pelatih	Perilaku PUGS				Total		p
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Kuat	50	63,3	29	36,7	79	100	0,415
Lemah	18	75	6	25	24	100	
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>138,3</b>	<b>35</b>	<b>61,7</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	

### 5.3.7 Hubungan Pengaruh Teman Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan tabel 5.3.7 responden yang dipengaruhi kuat oleh teman dan memiliki perilaku PUGS baik sebanyak 48 responden (60%). Sedangkan responden yang dipengaruhi lemah oleh teman tetapi memiliki perilaku PUGS baik ada 20 responden (86,9%). Dari hasil uji statistik diketahui p 0.03, maka

dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna antar pengaruh teman dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Dari hasil analisis juga diperoleh OR 0.225 artinya pengaruh teman yang kuat akan berpeluang 0.225 kali untuk berperilaku PUGS yang baik. Berikut ini tabel 5.3.7 analisis bivariat antara pengaruh teman dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3.7  
Hubungan pengaruh teman dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Pengaruh teman	Perilaku PUGS				Total		p	OR
	Baik		Kurang		n	%		
	n	%	n	%				
Kuat	48	60	32	40	80	100	0,03 (0,062-0,820)	
Lemah	20	86,9	3	13,1	23	100		
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>146,9</b>	<b>35</b>	<b>53,1</b>	<b>103</b>	<b>100</b>		

### 5.3.8 Hubungan Pendidikan Ayah Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan tabel 5.3.8 pendidikan orang ayah yang tinggi berpengaruh terhadap perilaku PUGS baik responden ada 44 responden (64,7%), sedangkan responden yang berperilaku baik tetapi pendidikan ayah rendah ada 24 responden (68,6%). Dari hasil uji statistik diketahui p 0.863, maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang bermakna antar pendidikan ayah dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Berikut ini tabel 5.3.8 analisis bivariat antara pendidikan ayah dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3.8  
Hubungan pendidikan ayah dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Pendidikan ayah	Perilaku PUGS				Total		p
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Tinggi	44	64,7	24	35,3	68	100	0,863
Rendah	24	68,6	11	31,4	35	100	
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>133,3</b>	<b>35</b>	<b>66,7</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	

### 5.3.9 Hubungan Pendidikan Ibu Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan tabel 5.3.9 pendidikan orang ibu yang tinggi berpengaruh terhadap perilaku PUGS baik ada 40 responden (66,7%) sedangkan pendidikan ibu yang rendah tetapi perilaku PUGS baik ada 28 responden (65,1%). Dari hasil uji statistik diketahui  $p > 1,000$  maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang bermakna antar pendidikan ibu dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Berikut ini tabel 5.3.9 analisis bivariat antara pendidikan ibu dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3.9  
Hubungan pendidikan ibu dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Pendidikan ibu	Perilaku PUGS				Total		p
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Tinggi	40	66,7	20	33,3	60	100	1,000
Rendah	28	65,1	15	34,9	43	100	
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>131,5</b>	<b>35</b>	<b>68,2</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	

### 5.3.10 Hubungan Keterpaparan Media PUGS Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan tabel 5.3.10 sebanyak 25 responden (67,6%) menyatakan pernah melihat media PUGS dan perilaku PUGS baik, sedangkan responden yang tidak pernah melihat media beisikan pesan PUGS tapi berperilaku PUGS baik ada 43 responden (65,1%). Dari hasil uji statistik diketahui  $p > 0,975$ , maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang bermakna antar pendidikan ibu dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Tabel 5.3 10  
Hubungan keterpaparan media PUGS dengan perilaku makan berdasarkan PUGS

Keterpaparan media PUGS	Perilaku PUGS				Total		p
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Pernah	25	67,6	12	32,4	37	100	0,975
Tidak pernah	43	65,1	23	34,9	66	100	
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>132,7</b>	<b>35</b>	<b>67,3</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	

## **BAB VI PEMBAHASAN**

### **6.1 Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini tentunya menemui perbedaan antara harapan penulis dengan kenyataan yang dihadapi dilapangan. Berikut ini adalah beberapa keterbatasan penelitian yang memungkinkan terjadinya bias informasi dari hasil penelitian yang telah diolah.

1. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*, dimana data variabel bebas dan terikat dikumpulkan secara bersamaan sehingga sulit melihat hubungan sebab akibat.
2. Penelitian ini belum tentu menggambarkan keseluruhan populasi atlet di Gelora Bung Karno Senayan karena sampel yang diambil hanya atlet dari cabang olahraga renang, renang indah, polo air, loncat indah, tennis dan basket.
3. Jadwal latihan atlet yang padat dan berdekatan dengan jam berangkat (06.00 WIB) dan pulang sekolah (16.00 WIB) tidak memungkinkan untuk melakukan wawancara dilokasi penelitian, sehingga kuesioner dibawa pulang responden untuk diisi (angket).
4. Cara pengambilan data dengan memberikan angket dan dibawa pulang memiliki banyak keterbatasan antara lain: sangat memungkinkan diisi bukan oleh responden dan responden tidak mengerti maksud pertanyaan yang diberikan padahal telah dijelaskan secara lisan dan tulisan.

### **6.2 Hubungan Umur Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS**

Umur atlet remaja bila dihubungkan dengan perilaku makan berdasarkan PUGS menunjukkan ada respon yang buruk antara semakin meningkatnya umur dengan perilaku makan baik berdasarkan PUGS. Hal ini dilihat pada kelompok umur dimana remaja lanjut yang berperilaku baik sebanyak 64,7% sedangkan remaja awal proporsi perilaku baiknya lebih banyak yaitu 67,3%. Keadaan ini sama seperti yang digambarkan oleh Burke dan Deakin (2006) yang berpendapat

bahwa semakin meningkatnya usia maka semakin buruk pula perilaku makan remaja. Hal ini dikarenakan semakin bertambahnya usia maka semakin bertambah pula aktifitas fisik remaja. Karena terlalu sibuk membuat remaja sering melewatkan waktu makannya atau memilih makan *fast food* yang lebih praktis. Tetapi pendapat lain diungkapkan oleh Brown (2005) dimana semakin bertambahnya usia membuat remaja lebih pintar memilih makanan sehat. Hal ini dikarenakan semakin meningkatnya usia, kemampuan kognitif dan psikososial mereka juga semakin berkembang sehingga remaja lebih tau apa manfaat atau dampak dari makanan yang dimakannya.

Namun berdasarkan hasil uji statistik menggunakan metode *chi square* didapatkan nilai  $p$  0,944 artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara umur responden dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Muhammad (2001), pada siswi di SMU negeri 26 dan 37 Tebet Jakarta Selatan tahun yang menemukan tidak ada hubungan antara umur dengan perilaku PUGS. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan teori perilaku Green dalam Notoatmodjo (2003) yang menyatakan bahwa usia merupakan bagian dalam faktor predisposisi yang memengaruhi perilaku manusia.

Berdasarkan hasil observasi penulis, atlet remaja memiliki kegiatan yang sangat padat sehingga mereka cenderung memilih makanan cepat saji untuk mengobati rasa laparnya. Akses untuk mendapatkan makanan cepat saji juga sangat mudah karena hampir disetiap pusat latihan terdapat pedagang yang menjual makanan cepat saji (*fast food*) dan lokasi Gelora Bung Karno berdekatan dengan mall yang terdapat banyak restoran cepat saji. Selain itu, jadwal latihan yang padat membuat atlet remaja sering melewatkan waktu makan, contohnya pada atlet renang, polo air, renang indah dan loncat indah yang memiliki jadwal latihan pagi dan sore. Latihan pagi hari dimulai pukul 04.00 WIB hingga pukul 06.00 WIB. Rata-rata atlet remaja tersebut masih bersekolah sehingga umumnya mereka mempersiapkan diri untuk berangkat sekolah dari tempat berlatih. Hal ini membuat atlet remaja sering melewatkan waktu sarapan karena buru-buru untuk berangkat kesekolah. Sebuah penelitian di Amerika juga menyebutkan bahwa hanya 77% remaja Amerika usia 12-19 tahun yang menyempatkan sarapan

sebelum beraktifitas, angka ini lebih kecil dari usia 6-11 tahun yang ternyata 92% sarapan sebelum beraktifitas ([www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)).

### 6.3 Hubungan Cabang Olahraga Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Pengelompokan cabang olahraga dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu olahraga tipe 2 untuk olahraga yang naik turunnya denyut nadi secara bertahap (renang, renang indah, polo air dan loncat indah) dan olahraga tipe 3 untuk olahraga yang turunnya denyut nadi secara mendadak (tenis dan basket). Berdasarkan tabel 5.3.2 diketahui cabang olahraga tipe 2 lebih banyak yang berperilaku PUGS baik (71%) dari pada responden cabang olahraga tipe 3 (55,9%). Dapat dikatakan atlet cabang olahraga tipe 2 cenderung berperilaku PUGS baik dari pada atlet dari cabang olahraga tipe 3.

Berdasarkan uji *chi square* didapatkan  $p = 0,192$  artinya tidak ada hubungan bermakna antara cabang olahraga dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Menurut Williams (1993) dan Irawan (2007) kebutuhan energi untuk atlet remaja tergantung dari jenis olahraga dan durasinya. Beberapa olahraga tidak membutuhkan dan mengeluarkan energi besar serta dilakukan dalam waktu singkat contohnya seperti golf dan panahan. Tetapi olahraga seperti basket, sepakbola dan olahraga lain yang membutuhkan daya tahan membutuhkan energi yang lebih besar. Menurut Brown (2005), aktifitas fisik yang tinggi tetapi tidak diimbangi dengan asupan energi yang cukup akan berpengaruh pada kehilangan berat badan. Pada atlet wanita, hal ini akan menyebabkan terjadinya *amenorhea*. Resiko terbesar *amenorhea* banyak terjadi pada atlet wanita renang dan atletik. Pidcock (2009) menjelaskan bahwa atlet renang cenderung sering mengurangi jumlah kalori setiap kali makan karena takut gemuk.

Penulis berasumsi penyebab tidak bermaknanya variabel cabang olahraga dengan perilaku makan berdasarkan PUGS adalah karena terlalu kecilnya jumlah sampel percabang olahraga bila dibandingkan jumlah populasi atlet remaja di Gelora Bung Karno Senayan. Selain itu jumlah cabang olahraga yang dijadikan sampel hanya enam cabang olahraga juga terlalu kecil dari pada jumlah seluruh cabang olahraga di Senayan.

#### 6. 4 Hubungan Jenis Kelamin Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Lebih dari separuh reponden laki-laki (71,2%) dan perempuan (56,8%) memiliki perilaku PUGS yang baik. Hal ini menandakan bahwa mereka telah memiliki kesadaran untuk mempraktekan makan makanan sehat dengan melaksanakan PUGS. Menurut Soetjningsih (2004), laki-laki dan perempuan memiliki pola pertumbuhan yang berbeda. Perempuan lebih dahulu tumbuh dari pada laki-laki sehingga ketika dewasa laki-laki memiliki postur tubuh yang lebih besar dari pada perempuan. Pada masa remaja, laki-laki dan perempuan memiliki konsep citra tubuh yang berbeda. Brown (2005) menjelaskan, remaja laki-laki lebih menyukai bentuk badan yang tinggi besar dengan harapan dapat menarik perhatian lawan jenisnya. Sehingga remaja laki-laki lebih banyak porsi makannya dari pada remaja perempuan. Sedangkan remaja perempuan lebih mencitrakan tubuh yang ideal adalah tubuh yang kurus-langsing, sehingga mereka cenderung mengurangi porsi makannya untuk menjaga berat badan.

Berdasarkan uji *chi square* didapatkan  $p > 0.204$  artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Wang et al (2002) yang juga tidak menemukan hubungan bermakna antara jenis kelamin dengan perilaku PUGS pada remaja di Cina. Penelitian Dunn et al (2006) pada atlet remaja di Southern University juga menunjukkan hal serupa yaitu tidak ada hubungan bermakna antara jenis kelamin dengan perilaku makan atlet remaja. Hal ini tidak sejalan dengan teori perilaku makan remaja oleh Burke dan Deakin (2006), yang menjelaskan bahwa ada hubungan bermakna antara jenis kelamin dengan perilaku makan remaja. Biasanya remaja perempuan lebih baik perilaku makannya dari pada remaja laki-laki. Dijelaskan pula bahwa remaja perempuan lebih menjaga perilaku makannya dengan cara banyak makan sayuran dan buah-buahan serta makan makanan rendah lemak.

Penulis berasumsi penyebab tidak bermakna variabel jenis kelamin dengan perilaku makan berdasarkan PUGS karena hampir seluruh atlet remaja sudah menyadari fungsi makan bergizi guna mendukung penampilan mereka saat bertanding. Hal ini didukung dari hasil analisis dimana sebagian besar atlet remaja laki-laki dan perempuan memiliki perilaku PUGS baik. Berdasarkan hasil

observasi penulis, postur tubuh atlet perempuan hampir sama dengan atlet laki-laki yaitu tinggi dan besar. Hal ini menunjukkan bahwa citra tubuh hampir tidak memengaruhi mereka untuk mengkonsumsi segala jenis makanan.

### **6. 5 Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS**

Sebagian besar atlet memiliki pengetahuan PUGS baik ternyata juga diimbangi dengan perilaku PUGS yang baik pula (77%). Sedangkan atlet yang berperilaku PUGS baik tapi pengetahuan kurang ada 46%. Menurut Notoatmodjo (2003), pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*).

Hasil uji statistik memperlihatkan p 0,003 artinya ada hubungan bermakna antara pengetahuan dan perilaku makan berdasarkan PUGS. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhamad (2001) yang juga mendapatkan hasil ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan perilaku PUGS pada siswi SMU Negeri 26 dan 37 Tebet p 0.032. Notoatmodjo (2003) menyatakan bahwa perilaku seseorang ditentukan oleh pengetahuan, sikap dan tradisi. Namun penelitian yang dilakukan oleh Rash et al (2006) pada atlet remaja di Southeastern United States memperlihatkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku makan atlet remaja. Hasil penelitian yang sama juga terjadi pada Umrin (2007), bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku PUGS pada siswa di SMU Negeri 1 Depok.

Hasil *Odd Ratio* (OR) menunjukkan nilai 4,000 artinya atlet remaja yang berpengetahuan PUGS baik memiliki peluang 4,000 kali untuk berperilaku PUGS baik dari pada atlet remaja yang pengetahuan PUGS kurang.

Notoatmodjo (2003), menjelaskan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Maka sebelum seseorang mengadopsi perilaku sebaiknya mengetahui terlebih dahulu apa arti dan manfaat perilaku tersebut bagi dirinya, sehingga dibutuhkan pengetahuan sebelum berperilaku.

## 6. 6 Hubungan Sikap Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Berdasarkan hasil pada tabel 5.3.5 didapatkan proporsi responden yang memiliki sikap dan perilaku baik lebih banyak (72,2%) dari pada responden yang bersikap kurang tapi perilaku baik (59,2%). Penulis mengasumsikan hal ini mungkin dikarenakan pengetahuan responden baik maka menghasilkan sikap dan perilaku baik.

Hasil uji *chi square* didapatkan p 0.235 yang artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Namun penelitian Muhamad (2001), menemukan hubungan yang bermakna antara sikap dengan perilaku PUGS. Menurut Sukandar (2000) secara teori, sikap dan perilaku seiring berjalan maka bila sikap baik maka perilaku juga baik. Notoatmodjo (2003) menjelaskan bahwa sikap adalah perasaan, keyakinan, nilai yang berpengaruh pada perilaku seseorang selanjutnya. Selain itu juga dikatakan, sikap merupakan respon tertutup.

Peneliti berasumsi penyebab tidak bermaknanya sikap dengan perilaku makan berdasarkan PUGS adalah karena sikap masih sebatas pendapat/respon. Walaupun terkadang sudah memiliki pengetahuan baik biasanya untuk menjalankan pendapat akan suatu sikap terkadang dipengaruhi banyak faktor seperti budaya, sosial ekonomi dan kepercayaan.

## 6. 7 Hubungan Pengaruh Pelatih Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Pelatih dapat diartikan selayaknya guru bagi atlet, sehingga apa yang dikatakan pelatih sedikit banyak mempengaruhi remaja. Proporsi responden yang dipengaruhi kuat oleh pelatih dan berperilaku baik sebanyak 50 responden (63,3%) yang artinya lebih banyak dari pada responden yang dipengaruhi lemah oleh pelatih tetapi perilakunya baik yaitu 18 responden (75%).

Dari uji *chi square* didapatkan p 0,415 artinya tidak ada hubungan bermakna antara pengaruh pelatih dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. hal ini tidak sejalan dengan teori Soetjningsih (2004), dimana pelatih merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perilaku makan remaja sebab pelatih

merupakan *role models* selayaknya orangtua dan artis idola remaja. Sehingga apapun perilaku pelatih akan ditiru oleh atlet remaja.

Penulis berasumsi penyebab tidak bermakna variabel pelatih dengan perilaku makan berdasarkan PUGS karena sebagian besar responden merupakan kelompok remaja awal yang menurut Brown (2005) pada usia ini, teman sangat berpengaruh besar dalam mengadopsi perilaku makan mereka. Selain itu remaja merasa takut dijauhi teman-temannya bila tidak mengikuti perilaku kelompoknya, sehingga remaja lebih memilih pendapat teman dari pada guru atau pelatihnya.

### **6.8 Hubungan Pengaruh Teman Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS**

Remaja banyak menghabiskan waktu kesehariannya bersama teman-temannya maka tidaklah heran bila perilaku teman banyak memengaruhi perilaku remaja itu sendiri. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 48 responden (60%) yang memiliki pengaruh teman yang kuat ternyata perilaku PUGS baik. Sedangkan responden yang dipengaruhi lemah tapi perilaku PUGS baik ada 20 responden (86,9%). Hasil ini menunjukkan teman tidak selalu memberikan efek buruk dalam mengadopsi perilaku makan.

Dari hasil uji *chi square* didapatkan  $p = 0,03$  yang artinya ada hubungan bermakna antara pengaruh teman dengan perilaku PUGS pada remaja. Penelitian Umrin (2007) juga mendapatkan hasil yang sama yaitu ada hubungan antara pengaruh teman dengan perilaku makan berdasarkan PUGS.

Berdasarkan hasil Odd Ratio (OR) didapatkan nilai 0,225 artinya atlet yang dipengaruhi kuat oleh teman akan berpeluang 0,225 kali untuk berperilaku PUGS baik dari pada atlet yang lemah pengaruhnya.

Menurut Williams (1993), teman banyak memengaruhi perilaku makan pada remaja sebab ada rasa takut ditolak dalam kelompok menyebabkan remaja mengikuti perilaku temannya.

## 6.9 Hubungan Pendidikan Orangtua Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS

Separuh dari orang tua responden berpendidikan tinggi (ayah 68% dan ibu 60%). Berdasarkan tabel 5.3.8 didapatkan proporsi pendidikan ayah yang tinggi dengan perilaku responden baik ada 44 responden (64,7%) dan pendidikan rendah tetapi perilaku PUGS baik ada 24 responden (68,6%). Sedangkan dari tabel 5.3.9 didapatkan pendidikan ibu tinggi dengan responden yang berperilaku baik ada 40 responden (66,7%) dan pendidikan rendah tetapi perilaku PUGS baik ada 28 responden (65,1%). Dari hasil penelitian ini dapat dikatakan bahwa atlet yang orangtua yang berpendidikan tinggi akan cenderung berperilaku PUGS baik. Menurut Apriadji (1986), pendidikan yang tinggi akan mempermudah seseorang menyerap berbagai informasi gizi. Dengan mudahnya pemahaman akan informasi gizi maka pola penyediaan makan akan lebih baik dari pada mereka yang kurang memahami isi informasi gizi.

Berdasarkan uji *chi square* didapatkan hasil  $p = 0,863$  pada pendidikan ayah dan pendidikan ibu  $p = 1,000$ . Berdasarkan hasil uji statistik tersebut diketahui tidak ada hubungan bermakna antara tingkat pendidikan orang tua dengan perilaku makan berdasarkan PUGS. Hasil ini sejalan dengan penelitian Umrin (2007) dan muhamad yang tidak menemukan hubungan antara pendidikan orang tua dengan perilaku PUGS. Namun penelitian Wang et al (2002) pada remaja di Cina, menemukan hubungan bermakna antara pendidikan ibu dengan perilaku PUGS. Hasil yang didapatkan bahwa ibu yang berpendidikan tinggi lebih sering menyediakan buah dan sayuran dari pada ibu berpendidikan rendah. Brown (2005) menjelaskan bahwa orang tua memiliki andil dalam pembentukan perilaku makan sebab orang tua pemegang keputusan dalam penyediaan makan dikeluarga yang selanjutnya akan menjadi tradisi. Hal serupa juga dijelaskan dalam laporan CDC (2005) dimana perilaku makan orang tua sangat memengaruhi anak dalam memilih makanan hingga dewasa. Maka cara termudah memperbaiki perilaku makan remaja yang buruk adalah dengan merubah perilaku makan orang tua mereka untuk menjadi lebih baik.

Penulis berasumsi penyebab tidak bermaknanya variabel pendidikan orang tua (terutama ibu) dengan perilaku makan atlet remaja berdasarkan PUGS adalah

karena yang menyediakan dan memilihkan makanan di rumah bukan ibunya sendiri karena hampir semua orang tua (terutama ibu) bekerja diluar rumah. Sehingga perilaku makan orang tua tidak berpengaruh langsung pada perilaku makan atlet remaja.

#### **6. 10 Hubungan Keterpaparan Media Dengan Perilaku Makan Berdasarkan PUGS**

Berdasarkan tabel 5.3.10 didapatkan 25 responden (67,6%) yang pernah terpapar media berisikan PUGS memiliki perilaku PUGS yang baik dan 43 responden (65,1%) yang tidak pernah terpapar media PUGS juga berperilaku PUGS baik. Dari hasil penelitian ini dapat dikatakan bahwa atlet remaja yang pernah terpapar media berisikan pesan PUGS cenderung berperilaku PUGS baik. Notoatmodjo (2003) menjelaskan bahwa media merupakan sarana pendukung agar informasi atau pesan dapat tersampaikan, sehingga mempermudah sasaran merubah perilaku sesuai isi pesan. Dari 35.9% responden yang mengaku pernah melihat media berisikan PUGS menyatakan 16.5% melihat di televisi, 15.5% dimajalah dan 14.5% dikoran. Selain dari media cetak dan elektronik, ternyata responden juga pernah mendapatkan informasi tentang PUGS dari guru (17.4%), pelatih (12.6%) dan orang tua (10.6%).

Menurut Burke dan Deakin (2006), media cetak seperti majalah merupakan sarana utama remaja untuk mencari informasi tentang gizi. Selanjutnya alternatif kedua dimana remaja mendapatkan informasi gizi adalah pada tenaga kesehatan, orang tua, guru/pelatih dan teman. Hal ini tidak sejalan dengan apa yang didapatkan peneliti dilapangan, dimana reponden lebih banyak mendapatkan informasi PUGS dari guru disekolah. Hal ini dikarenakan hampir seluruh responden adalah pelajar, sehingga informasi PUGS didapatkan saat guru mengajar. Sebab saat ini materi gizi juga sudah banyak diselipkan diantara materi pelajaran disekolah. Hal ini dipertegas oleh pernyataan Komariah (2008), dimana pembelajaran ilmu pengetahuan alam dapat digunakan sebagai alternatif penanaman dan pemahaman konsep gizi seimbang pada anak usia dini.

Berdasarkan uji statistik didapatkan  $p > 0,975$  maka dapat dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara keterpaparan media dengan perilaku maka

berdasarkan PUGS. Penelitian Umrin (2007) juga menemukan hasil yang sama yaitu tidak ada hubungan antara akses informasi dengan perilaku PUGS siswa SMU Negeri 1 Depok.

Penulis berasumsi penyebab tidak bermaknanya variabel keterampilan media dengan perilaku makan berdasarkan PUGS adalah karena masih minimnya media yang berisikan pesan PUGS. Hal ini diperkuat berdasarkan tabel 5.2.9a diperoleh hasil hampir sebagian responden (63,5%) belum pernah melihat media berisikan pesan PUGS. Peran media yang berisikan pesan PUGS sangat membantu dalam menerapkan promosi perilaku makan makanan sehat sebab PUGS disajikan dalam bentuk gambar sehingga lebih mudah penyampaiannya (Budianto dalam Sari, 2003). Hal serupa juga diungkapkan oleh Caliendo (1979) dimana media massa dianggap salah satu cara yang potensial untuk melaksanakan pendidikan gizi. Sehingga media massa dianggap cara termudah untuk mengubah perilaku seseorang.