

Pengaruh Pengeluaran Pangan Keluarga dan Pengetahuan Gizi Ibu terhadap Status Gizi Usia Remaja di Desa Babakan

(The Influence of Family Food Expenditure and Mother's Nutritional Knowledge on the Nutritional Status of Adolescents in Babakan Village)

Fayza Adira Hakim*, Sharannie, dan Yayat Heryatno

Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, Bogor 16680, Indonesia

ABSTRACT

This research aims to analyze the influence of family food expenditure and maternal nutritional knowledge on the nutritional status of adolescents in Babakan Village, Dramaga District, Bogor Regency. The research design was a cross sectional study involving 63 teenage subjects in Babakan Village who were selected using purposive sampling. Data collection was carried out on 15-22 August 2023. The data used was primary and secondary data. Data was collected using the interview method. Based on the research results, most families have low food expenditure (80.9%) with most mothers' knowledge being in the good category (61.9%). Most of the teenagers in Babakan Village had normal nutritional status. There was no significant relationship between family food expenditure ($p=0.50$) and maternal nutritional knowledge ($p=0.65$) on adolescent nutritional status.

Keywords: BMI, family food expenditure, maternal nutritional knowledge, nutritional status, teenage

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pengeluaran pangan keluarga dan pengetahuan gizi ibu terhadap status gizi remaja di Desa Babakan, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* dengan melibatkan 63 subjek remaja di Desa Babakan yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 15-22 Agustus 2023. Data yang digunakan merupakan data primer dan sekunder. Data ini dikumpulkan dengan metode wawancara. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar keluarga mempunyai pengeluaran pangan rendah (80,9%) dengan pengetahuan ibu sebagian besar berada pada kategori baik (61,9%). Sebagian besar remaja di Desa Babakan mempunyai status gizi normal. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengeluaran makanan keluarga ($p=0,750$) dan pengetahuan gizi ibu ($p=0,365$) terhadap status gizi remaja.

Kata kunci: IMT, pengeluaran pangan keluarga, pengetahuan gizi ibu, remaja, status gizi

PENDAHULUAN

Setiap fase usia kehidupan memiliki karakteristik yang berbeda dari fase pertumbuhan lainnya. Setiap fase juga memiliki perbedaan dalam kondisi fisik dan kebutuhan energi yang berbeda-beda. Demikian pula dengan fase remaja yang memiliki ciri-ciri dan karakteristik yang berbeda dari fase kanak-kanak, dewasa, maupun fase usia tua. Masa remaja didefinisikan sebagai masa transisi dari usia anak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik,

biologis, kognitif, sosial-emosional, dan psikis (Maedy *et al.* 2022). Menurut WHO, batasan usia remaja adalah 12-24 tahun (Ani & Silaen 2019). Sebagian besar dari usia remaja mulai memasuki usia reproduktif yaitu 15-64 tahun sehingga aktivitas serta kebutuhan energinya ikut meningkat (Arum 2019). Penilaian kecukupan energi dapat ditinjau dari status gizi seseorang.

Status gizi merupakan keadaan yang terjadi akibat adanya keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan gizi. Status gizi usia >18 tahun dihitung menggunakan indeks massa

*Korespondensi:

fayzadirahakim@apps.ipb.ac.id

Fayza Adira Hakim

Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, Bogor 16680, Indonesia

tubuh atau IMT yang dikategorikan berdasarkan Kemenkes (2019), yaitu sangat kurus jika IMT <17,0 kg/m²; kurus jika IMT 17,0-18,4 kg/m²; normal jika IMT 18,5-25,0 kg/m²; gemuk jika IMT 25,1-27,0 kg/m²; dan obesitas jika IMT >27,0 kg/m². Status gizi remaja perlu diberi perhatian khusus karena dapat berpengaruh besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh saat dewasa (Kanah 2020).

Status gizi merupakan perbandingan antara konsumsi dengan aktivitas fisik seseorang. Ketidakseimbangan asupan pangan dengan aktivitas fisik merupakan penyebab status gizi tidak ideal (Pantaleon 2019). Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi status gizi seseorang baik secara langsung maupun tidak langsung. Salah satu faktor yang memengaruhi status gizi seseorang secara tidak langsung adalah pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi tidak secara langsung mampu meningkatkan atau menurunkan status gizi seseorang. Akan tetapi, pengetahuan gizi dapat memengaruhi sikap seseorang dalam pemilihan pangan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang rendah merupakan salah satu faktor risiko status gizi tidak ideal. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan aman dikonsumsi, dan cara mengolah makanan yang baik sesuai anjuran. Pemilihan makanan yang sehat yang berhubungan dengan pemenuhan gizi seimbang dan kesehatan dipengaruhi oleh pengetahuan gizi (Lestari 2020).

Gaya hidup keluarga juga berkontribusi dalam kebiasaan anak dalam mengonsumsi makanan terutama dalam hal menyantap makanan siap saji (Aulia 2021). Pada penelitian ini, sebagian besar remaja di desa Babakan tinggal dengan orang tua mereka sehingga pemilihan hingga penyediaan makanan dilakukan oleh orang tua, dalam hal ini adalah ibu. Pengetahuan gizi yang baik menjadikan seseorang lebih baik dalam pemilihan pangan yang akan dikonsumsi. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan gizi dapat berpengaruh negatif pada pemilihan hingga penyediaan pangan seseorang. Apabila seorang ibu memiliki pemahaman yang baik terhadap gizi, konsumsi makan keluarga akan baik pula. Begitu pula sebaliknya, bila pemahaman ibu mengenai gizi rendah, maka akan berpengaruh buruk terhadap konsumsi keluarganya (Suprpto 2022).

Konsumsi makan keluarga dapat dipantau melalui pengeluaran pangan keluarga. Pengeluaran pangan keluarga meliputi seluruh alokasi pendapatan rumah tangga yang digunakan untuk pembelian pangan. Selain menilai konsumsi makan keluarga, pengeluaran pangan keluarga juga digunakan sebagai indikator kerawanan pangan untuk melihat daya beli pangan keluarga. Daya beli pangan keluarga secara tidak langsung dapat memproyeksikan pendapatan rumah tangga. Rumah tangga yang mengalami kerawanan pangan juga menjadi faktor yang memengaruhi status gizi remaja akibat daya beli yang rendah. Kerawanan pangan rumah tangga yang terjadi dalam jangka waktu yang lama dapat memengaruhi konsumsi makanan dengan cara mengurangi kuantitas maupun kualitas makanan kepada seluruh anggota keluarga. Hal tersebut menyebabkan kecukupan zat gizi menjadi rendah dan dapat berdampak negatif pada pertumbuhan (Raharja *et al.* 2019).

Berdasarkan hasil uraian di atas, maka penting untuk mengidentifikasi pengaruh pengeluaran pangan keluarga dan pengetahuan ibu terhadap status gizi usia remaja. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan tujuan menganalisis pengaruh pengeluaran pangan keluarga dan pengetahuan ibu terhadap status gizi usia remaja di Desa Babakan, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain *cross sectional study*. *Cross sectional study* merupakan metode yang dilakukan dengan mengobservasi variabel yang dilakukan dalam satu kali pengamatan. Penelitian dilakukan di Desa Babakan Raya, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Pengambilan data dilakukan pada 15-22 Agustus 2023.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 63 orang ibu yang tinggal di Desa Babakan Raya, Kabupaten Bogor. Pengambilan subjek dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Kriteria inklusi pengambilan subjek yaitu semua ibu di Desa Babakan yang memiliki anak berusia 12-24 tahun.

Jenis dan cara pengumpulan data

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer dan sekunder. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara kepada subjek. Data primer yang diperoleh meliputi identitas responden, data pengetahuan ibu, pengeluaran pangan, dan pengeluaran nonpangan. Sedangkan data sekunder yang diperoleh meliputi berat badan dan tinggi badan remaja. Data identitas responden yang diambil terdiri dari nama responden, usia, nama kepala keluarga, nama desa/kelurahan, RT, RW, nomor responden/sampel, tanggal wawancara, dan nomor telepon. Status gizi diperoleh melalui perhitungan berdasarkan data berat badan dan tinggi badan yang didapatkan.

Pengolahan dan analisis data

Data yang dikumpulkan meliputi data pengetahuan ibu, pengeluaran, dan status gizi. Data yang telah diperoleh diolah dan dianalisis secara statistik menggunakan *Microsoft Excel* dan *SPSS ver. 25 for Windows*. Data pengetahuan gizi ibu diperoleh melalui pemberian 10 pertanyaan pilihan ganda berkaitan dengan gizi. Apabila pertanyaan dijawab dengan benar maka diberi skor 10 dan jika salah diberi skor 0. Skor di bawah 60 digolongkan sebagai pengetahuan gizi kategori buruk, skor 60-79 menunjukkan pengetahuan gizi dalam kategori sedang, dan skor 80-100 menunjukkan pengetahuan gizi dalam kategori baik.

Data status gizi dihitung menggunakan parameter IMT yang dikategorikan berdasarkan Kemenkes (2019), yaitu kurus berat jika IMT <17,0 kg/m²; kurus ringan jika IMT 17,0-18,4 kg/m²; normal jika IMT 18,5-25,0 kg/m²; gemuk ringan jika IMT 25,1-27,0 kg/m²; dan gemuk berat jika IMT >27,0 kg/m². Normalitas data diuji dengan uji normalitas metode *Kolmogorov-Smirnov* dan uji hubungan menggunakan uji *Spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan pengumpulan data pengeluaran pangan keluarga, pengetahuan gizi ibu, serta status gizi remaja, setiap parameter dikelompokkan berdasarkan beberapa kategori. Hasil pengelompokan disajikan pada Tabel 1.

Karakteristik Remaja. Remaja di Desa Babakan yang dijadikan subjek penelitian memiliki usia berkisar antara 12 hingga 24

tahun dengan rata-rata usia 18±3,55 tahun. Dari 63 subjek yang diteliti, 36 atau 57,14% adalah laki-laki dan 27 atau 42,86% adalah perempuan. Sebaran tingkat pendidikan remaja yang diteliti cukup beragam. Sebanyak 2 orang (3,17%) tidak bersekolah, 10 orang (15,87%) SD/ sederajat, 18 orang (28,57%) SMP/ sederajat, 30 orang (47,62%) SMA/ sederajat, dan 3 orang (4,76%) perguruan tinggi/ sederajat.

Karakteristik Ibu. Rata-rata usia ibu dari subjek adalah 45 tahun dengan kisaran usia antara 31 hingga 66 tahun dengan rata-rata usia ibu sebesar 45±6,94 tahun. Sebaran tingkat pendidikan ibu yang diteliti cukup beragam. Sebanyak 10 orang (20,83%) SD/ sederajat, 11 orang (22,92%) SMP/ sederajat, 19 orang (39,67%) SMA/ sederajat, dan 8 orang (16,67%) perguruan tinggi/ sederajat. Tidak ada ibu yang tidak sekolah pada penelitian ini. Pekerjaan ibu yang diteliti juga cukup beragam dengan didominasi dengan ibu rumah tangga sebanyak 32 orang atau 66,67%. Selain ibu rumah tangga, sebanyak 2 orang (4,17%) bekerja sebagai PNS, 3 (6,35%) sebagai wiraswasta, 1 (2,08%) sebagai buruh, dan 10 (20,83%) memiliki pekerjaan selain kategori yang ada.

Tabel 1. Sebaran subjek berdasarkan pengetahuan gizi dan kesehatan ibu, pengeluaran pangan keluarga, dan status gizi remaja

Variabel	n	%
Pengeluaran pangan		
- Tinggi	51	80,95
- Rendah	12	19,05
- Rata-rata±SD (%)	45,59±18,00	
Pengetahuan gizi ibu		
- Buruk	4	6,35
- Sedang	20	31,75
- Baik	39	61,90
- Rata-rata±SD	2,55±0,61	
Status gizi remaja (IMT)		
- Kurus Berat	13	20,63
- Kurus Ringan	9	14,29
- Normal	36	57,14
- Gemuk Ringan	2	3,17
- Gemuk Berat	3	4,76

Pengetahuan Gizi Ibu. Berdasarkan pengetahuan gizi ibu yang dinilai menggunakan kuesioner yang berisi 10 pertanyaan mengenai gizi dan kesehatan, terlihat bahwa sebanyak 39 ibu (61,90%) memiliki pengetahuan gizi yang

baik, 20 ibu (31,75%) memiliki pengetahuan sedang, dan 4 (6,35%) ibu memiliki pengetahuan buruk. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu telah memiliki pengetahuan dasar mengenai gizi.

Pendapatan Keluarga. Pendapatan keluarga yang diteliti cukup bervariasi dan berkisar antara Rp500.000/bulan hingga Rp59.900.000/bulan dengan rata-rata Rp7.497.333/bulan ± Rp9.413.911/bulan. Berdasarkan BPS, pendapatan keluarga dibagi menjadi empat kategori yaitu rendah (6%), sedang (10%), tinggi (12%), dan sangat tinggi (62%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar keluarga yang diteliti memiliki pendapatan sangat tinggi atau di atas Rp3.500.000.

Pengeluaran Pangan Keluarga. Persen pengeluaran didapatkan dari perbandingan antara pengeluaran pangan dengan total pengeluaran pangan dan nonpangan. Persen pengeluaran pangan yang kurang dari atau sama dengan 60% digolongkan sebagai rendah sedangkan yang lebih dari 60% digolongkan sebagai tinggi (Ashari *et al.* 2019). Pada penelitian ini, didapatkan hasil bahwa 80,95% tergolong rendah dan 19,05% tergolong tinggi.

Status Gizi Remaja. Berdasarkan Kemenkes (2019), status gizi dibagi menjadi lima kategori yaitu kurus berat jika IMT <17,0 kg/m²; kurus ringan jika IMT 17,0-18,4 kg/m²; normal jika IMT 18,5-25,0 kg/m²; gemuk ringan jika IMT 25,1-27,0 kg/m²; dan gemuk berat jika IMT >27,0 kg/m². Rata-rata IMT remaja yang diteliti berada pada 12,6±4,7 kg/m². Didapatkan hasil perhitungan status gizi remaja adalah 20,63% kurus berat, 14,29% kurus ringan, 57,14% normal, 3,17% gemuk ringan, dan 4,76% gemuk berat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa setengah dari remaja yang diteliti memiliki status gizi normal.

Tabel 2. Uji korelasi pengeluaran pangan dan pengetahuan gizi ibu terhadap status gizi remaja

Variabel	p-value	r
Pengetahuan gizi	0,365	-0,116
Pengeluaran pangan	0,750	-0,041

Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan dengan Status Gizi Remaja. Hasil uji normalitas data pengetahuan gizi ibu diperoleh nilai *p-value* sebesar $p=0,365$ ($p>0,05$

data normal) sehingga data terdistribusi tidak normal. Uji korelasi yang digunakan untuk data yang terdistribusi tidak normal adalah uji *Rank Spearman*. Uji korelasi *Rank Spearman* yang dilakukan menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dengan kesehatan dengan status gizi remaja ($p=0,365$, $r=-0,116$). Tidak adanya hubungan diduga terjadi karena pengetahuan tidak berhubungan langsung terhadap status gizi. Hal ini sejalan dengan penelitian Pantaleon (2019) yang menyatakan bahwa tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dan kesehatan dengan status gizi remaja. Meskipun tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan kesehatan dengan status gizi secara statistik, tetapi tidak berarti pengetahuan tidak memengaruhi status gizi remaja.

Berdasarkan hasil penelitian, status gizi remaja sebagian besar tergolong normal dan pengetahuan gizi dan kesehatan sebagian besar tergolong baik. Meskipun nampak adanya hubungan yang linear antara kedua parameter, tapi kedua data tersebut bukan merupakan hubungan sebab akibat yang langsung. Pengetahuan gizi dan kesehatan idealnya memengaruhi pemilihan makanan yang baik. Namun, pada aktualnya pemilihan makan lebih didasari oleh selera makan, daya beli, faktor teman sebaya, pengalaman individu, kebiasaan orang tua, dan media sosial (Muna dan Mardiana 2019).

Hubungan Pengeluaran Pangan Keluarga dengan Status Gizi Remaja. Hasil uji normalitas data pengeluaran pangan keluarga diperoleh nilai $p=0,750$ ($p>0,05$ data normal) sehingga data terdistribusi tidak normal. Uji korelasi yang digunakan untuk data yang terdistribusi tidak normal adalah uji *Rank Spearman*. Uji korelasi *Rank Spearman* yang dilakukan menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara pengeluaran pangan dengan kesehatan dengan status gizi remaja ($p=0,750$, $r=-0,041$). Tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengeluaran pangan dengan status gizi remaja dapat dikaitkan dengan jumlah keluarga dalam satu rumah. Pengeluaran pangan yang dihitung merupakan pengeluaran pangan untuk sejumlah anggota keluarga sehingga tidak dapat menggambarkan tingkat konsumsi pangan remaja. Hal ini bertentangan dengan penelitian Rahman *et al.* (2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara uang

saku, pengeluaran pangan, serta status gizi remaja. Pada penelitian ini, diketahui bahwa remaja yang diberikan uang saku lebih banyak memiliki pengeluaran pangan yang lebih tinggi pula. Diketahui pula bahwa semakin tinggi pengeluaran pangan remaja maka semakin besar nilai IMT-nya. Penelitian ini juga didukung oleh Lidiawati *et al.* (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi remaja dan pengeluaran pangan. Remaja dengan gizi lebih cenderung memiliki uang jajan lebih besar pula sehingga alokasi pengeluaran pangannya juga berbanding linear.

Alokasi pengeluaran pangan keluarga kerap dikaitkan dengan ketahanan pangan keluarga. Ketahanan pangan yang buruk dapat menyebabkan kerawanan pangan. Kerawanan pangan dapat diukur menggunakan asupan kalori/kapita/hari relatif terhadap rasio Angka Kecukupan Gizi berdasarkan hasil Forum Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi edisi XI 2018, yaitu 2.100 kkal/kapita/hari (Saputro dan Fidayani 2020).

KESIMPULAN

Sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan gizi yang tergolong baik (61,9%), pengeluaran pangan keluarga tergolong tinggi (80,9%), dan status gizi remaja sebagian besar tergolong normal (57,1%). Hasil uji korelasi dengan menggunakan uji *Rank Spearman* menunjukkan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan yang nyata antara pengeluaran pangan ($p=0,750$) dan pengetahuan gizi ibu ($p=0,365$) terhadap status gizi remaja di Desa Babakan.

DAFTAR PUSTAKA

Arum YTG. 2019. Hipertensi pada penduduk usia produktif (15-64 tahun). *Higeia Journal of Public Health Research and Development*. 1(3):84-94.

Lestari P. 2020. Hubungan pengetahuan gizi, asupan makanan dengan status gizi siswi MTS Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*. 2(2):73-80. <https://doi.org/10.15294/spnj.v2i2.39761>

Aulia NR. 2021. Peran pengetahuan gizi terhadap asupan energi, status gizi dan sikap tentang gizi remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan (JIGK)*. 2(02):31-35. <https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.454>

Ani LS, Silaen RMA. 2019. Prevalensi dysmenorrhea dan karakteristiknya pada remaja putri di Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*. 8(11):1-6.

Maedy FS, Permatasari TAE, Sugiati S. 2022. Hubungan status gizi dan stres terhadap siklus menstruasi remaja putri di Indonesia. *Muhammadiyah Journal Of Nutrition And Food Science (MJNF)*. 3(1):1-10. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.1-10>

[Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta (ID): Kemenkes RI.

Kanah P. 2020. Hubungan pengetahuan dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*. 4(2):203-211. <https://doi.org/10.33086/mtpjh.v4i2.1199>

Lidiawati M, Lumongga N, Anto A. 2020. Faktor yang mempengaruhi perilaku makan pada remaja obesitas di SMA Kota Banda Aceh. *Jurnal Aceh Medika*. 4(1):52-62.

Rahman J, Fatmawati I, Syah MNH, Sufyan DL. 2021. Hubungan peer group support, uang saku dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*. 6(1):65-74. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.391>

Suprpto S. 2022. Pengaruh edukasi media kartun terhadap peningkatan pengetahuan ibu dan status gizi anak. *Journal of Health (JoH)* 9(2):81-87. <https://doi.org/10.30590/joh.v9n2.500>

Raharja UMP, Waryana SA, Sitasari A. 2019. Status ekonomi orang tua dan ketahanan pangan keluarga sebagai faktor risiko stunting pada balita di Desa Bejiharjo. *Ilmu Gizi Indonesia*. 3(1):73-82. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v3i1.130>

Ashari CR, Khomsan A, Baliwati YF. 2019. Validasi HFIAS (Household Food Insecurity Access Scale) dalam mengukur ketahanan pangan: kasus pada rumah tangga perkotaan dan perdesaan di Sulawesi Selatan. *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*. 42(1):11-20. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.391>

- doi.org/10.22435/pgm.v42i1.2417
- Muna NI, Mardiana M. 2019. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja. *Sport and Nutrition Journal*. 1(1):1-11. <https://doi.org/10.15294/spnj.v1i1.31187>
- Pantaleon MG. 2019. Hubungan pengetahuan gizi dan kebiasaan makan dengan status gizi remaja putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK Health Journal*. 3(3):69-76.
- Saputro WA, Fidayani Y. 2020. Faktor-faktor yang memengaruhi ketahanan pangan rumah tangga petani di Kabupaten Klaten. *Jurnal Agrica*. 13(2):115-123. <https://doi.org/10.31289/agrica.v13i2.4078>