

Hubungan antara Sosial Ekonomi, Demografi dan Kualitas Konsumsi Pangan dengan Status Gizi

Muh. Guntur Sunarjono Putra^{1*}, Lilik Kustiyah², Cesilia Meti Dwiriani³

- ¹⁾ Program Studi Sarjana Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bogor Husada, Kota Bogor, Jawa Barat, Indonesia, guntur_sunarjono_putra@sbh.ac.id
²⁾ Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, Dramaga, Jawa Barat, Indonesia, lilikku@apps.ipb.ac.id
³⁾ Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, Dramaga, Jawa Barat, Indonesia, cmdwiriani@apps.ipb.ac.id

ABSTRAK

Pembangunan nasional berhasil jika tersedianya sumber daya manusia yang berkualitas dan dipersiapkan sejak remaja dengan status gizi yang baik. Permasalahan gizi yang terjadi pada remaja di Provinsi Jawa Barat adalah stunting (24,1%) dan kelebihan berat badan (16,9%) pada usia 13-15 tahun tergolong tinggi yang disebabkan oleh faktor sosial ekonomi, demografi yang tidak optimal, dan kualitas atau keragaman konsumsi pangan yang masih tergolong rendah terutama pada pangan hewani (24%), sayur, dan buah (16,9%). Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan sosial ekonomi, demografi, dan kualitas konsumsi pangan dengan status gizi. Desain penelitian yang digunakan adalah studi potong lintang dengan menggunakan data primer dan jumlah subjek sebesar 88 orang. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2024 di SMP Negeri 1 Cibungbulang dan SMP Negeri 2 Cibungbulang. Penentuan subjek pada penelitian ini adalah purposive sampling yang didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi mencakup subjek kelas VII dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, sedangkan kriteria eksklusi mencakup subjek yang tidak bersedia berpartisipasi dan memiliki data yang tidak lengkap. Uji statistik yang digunakan adalah uji deskriptif dan uji hubungan (uji Spearman dan uji Chi-Square). Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ($p=0,013$) dan status bekerja pada ibu ($p=0,041$) terhadap status gizi serta terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas konsumsi pangan terhadap status gizi ($p=0,016$). Simpulan, Sosial ekonomi, demografi (tingkat pendidikan dan status bekerja), dan kualitas konsumsi pangan memiliki peran dan keterkaitan dalam mencapai status gizi pada remaja yang optimal.

Kata kunci: kualitas konsumsi pangan, remaja, status gizi

ABSTRACT

National development is successful when quality human resources are available, which requires early preparation during adolescence with good nutritional status. Nutritional issues among adolescents in West Java Province, particularly stunting (24.1%) and overweight (16.9%) among individuals aged 13–15 years, remain high. These issues are influenced by suboptimal socioeconomic and demographic factors, as well as the low quality and diversity of food consumption, especially in animal-based foods (24%) and fruits and vegetables (16.9%). This study aimed to analyze the relationship between socioeconomic factors, demographics, and food consumption quality with nutritional status. A cross-sectional design was employed using primary data from 88 participants. The study was conducted in February 2024 at SMP Negeri 1 Cibungbulang and SMP Negeri 2 Cibungbulang. Participants were selected through purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria. Inclusion criteria included grade VII students willing to participate in the study, while exclusion criteria included those unwilling to participate or with incomplete data. Statistical tests employed included descriptive analysis and relationship tests (Spearman and Chi-Square tests). The findings revealed significant relationships between maternal education level ($p=0.013$) and maternal employment status ($p=0.041$) with adolescent nutritional status. Additionally, food consumption quality showed a significant relationship with nutritional status ($p=0.016$). In conclusion, socioeconomic factors, demographics (maternal education level and employment status), and food consumption quality play critical roles in achieving optimal nutritional status among adolescents.

Keywords: adolescents, nutritional status, quality of food consumption

*Correspondence Author: Muh. Guntur Sunarjono Putra, Program Studi Sarjana Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bogor Husada, Kota Bogor, Jawa Barat, Indonesia, guntur_sunarjono_putra@sbh.ac.id, 085242633057

I. PENDAHULUAN

Pembangunan nasional dianggap berhasil jika terdapat sumber daya manusia berkualitas yang dipersiapkan sejak remaja, terkait dengan status gizi yang baik.¹ Pola makan memengaruhi secara langsung terhadap status gizi individu.^{2,3} Masa remaja adalah fase transisi dari anak-anak ke dewasa, ditandai oleh kematangan organ reproduksi dan pertumbuhan puncak yang memengaruhi perubahan komposisi tubuh, penambahan berat badan, perkembangan massa tulang, dan aktivitas fisik. Hal tersebut menyebabkan peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi selama masa remaja.⁴⁻⁶

Berbagai masalah gizi yang masih terjadi pada masa remaja di Indonesia adalah *stunting* sebesar 25,7% dan kelebihan berat badan sebesar 16% yang masih tergolong tinggi, sedangkan kejadian masalah gizi di Provinsi Jawa Barat seperti *stunting* sebesar 24,1% dan kelebihan berat badan sebesar 16,9% pada rentang usia 13-15 tahun.⁷ Selain itu, kualitas atau keragaman konsumsi pangan yang juga masih tergolong rendah terutama pada kelompok pangan protein hewani (24%), sayur, dan buah (16,9%).⁸ Ketidakeimbangan dalam asupan zat gizi, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, serta pola hidup yang tidak sehat dapat mengakibatkan tingginya angka kesakitan, kematian, penurunan produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit tidak menular.^{2,4,9}

Konsumsi pangan pada remaja dapat dilihat dari kualitas yang tercermin pada keragaman konsumsi pangan. Semakin beragam bahan pangan yang dikonsumsi maka semakin besar pula terpenuhinya kebutuhan energi dan zat gizi.¹⁰ Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variasi atau keragaman konsumsi pangan dan status gizi pada remaja.¹¹⁻¹⁶ Berbagai faktor lain yang memengaruhi kualitas konsumsi pangan meliputi tingkat pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, pendapatan keluarga, jenis kelamin, dan uang saku. Penelitian sebelumnya juga mengindikasikan adanya korelasi antara faktor-faktor sosial ekonomi, seperti pendapatan, pendidikan, jenis kelamin, dan jumlah uang saku, dengan variasi dalam konsumsi pangan.¹⁷⁻²⁰

Remaja sering mengalami kesulitan dalam memilih bahan pangan akibat rendahnya pengetahuan tentang gizi.² Remaja cenderung mengonsumsi makanan yang kaya akan karbohidrat dan lemak dalam jumlah yang lebih tinggi, sementara asupan makanan yang mengandung serat tergolong lebih rendah.⁷ Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara sosial ekonomi, demografi, dan kualitas konsumsi pangan terhadap status gizi pada remaja.

II. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan desain studi potong lintang yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Cibungbulang dan SMP Negeri 2 Cibungbulang pada bulan Februari 2024. Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Sarapan terhadap Kadar Glukosa Darah dan *Working Memory* pada Remaja” dan telah mendapatkan persetujuan etika dari Komisi Etik yang Mengawasi Penelitian pada Subjek Manusia di IPB University dengan nomor 1177/IT3.KEPMSM-IPB/SK/2024.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi. Kriteria inklusi mencakup subjek yang berada di kelas VII dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, sedangkan kriteria eksklusi mencakup subjek yang tidak bersedia berpartisipasi dan memiliki data yang tidak lengkap. Berdasarkan perhitungan jumlah subjek minimum menggunakan rumus Lemeshow *et al.* 1997, diperoleh angka 54 subjek. Namun, untuk mengantisipasi kemungkinan *drop out*, jumlah sampel ditambahkan sebesar 10%, sehingga total minimal subjek menjadi 60 subjek.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data primer (karakteristik sosial ekonomi dan demografi) yang diperoleh melalui pengisian kuesioner oleh subjek dan data terkait konsumsi pangan diperoleh melalui wawancara secara langsung oleh subjek setelah menerima penjelasan mengenai rangkaian penelitian dari peneliti. Karakteristik sosial ekonomi dan demografi keluarga yang dianalisis mencakup

tingkat pendidikan orang tua, status pekerjaan orang tua, tingkat pendapatan keluarga, jenis kelamin, dan uang jajan per hari. Data kualitas konsumsi pangan terdiri dari 1) Makanan pokok, 2) Sayuran berdaun hijau tua, 3) Buah-buahan dan sayuran kaya vitamin A, 4) Sayuran dan buah lainnya, 5) Jeroan, 6) Daging dan ikan, 7) Telur, 8) Kacang-kacangan dan biji-bijian, 9) Susu dan produk olahannya yang dinilai menggunakan metode *recall* 2x24 jam saat *weekday* dan *weekend*.¹⁰ Pengolahan data dalam menentukan skor kualitas konsumsi pangan mencakup penilaian konsumsi pangan selama *weekday* dan *weekend* yang dinilai berdasarkan 9 kelompok pangan. Konsumsi pangan selama *weekday* dan *weekend* masing-masing akan dihitung. Kelompok pangan yang dianggap mengonsumsi jika beratnya mencapai ≥ 15 gram dan diberikan skor 1, sedangkan subjek yang mengonsumsi kurang dari 15 gram dianggap tidak mengonsumsi kelompok pangan tersebut dan diberikan skor 0. Total skor kualitas konsumsi pangan berdasarkan 9 kelompok pangan untuk *weekday* dan *weekend* serta dihitung rata-ratanya, kemudian dikelompokkan menjadi 3 kategori terdiri dari rendah (≤ 3 kelompok pangan), sedang (4-5 kelompok pangan), dan tinggi (≥ 6 kelompok pangan).¹⁰ Data status gizi diolah menggunakan *WHO Anthro Plus* dengan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U).⁽²¹⁾ Data status gizi mencakup pengukuran langsung pada berat badan (Omron HN-89) dan tinggi badan (Seca 213).

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini diolah dan dianalisis menggunakan perangkat lunak *Microsoft Excel 2021* dan *SPSS* versi 23.0 for Windows. Uji statistik yang diterapkan dalam penelitian ini meliputi uji deskriptif yang digunakan untuk menganalisis distribusi frekuensi kondisi sosial ekonomi dan demografi subjek, status gizi, kualitas konsumsi pangan, dan konsumsi pangan berdasarkan 9 kelompok pangan. Selain itu, uji *Spearman* dan uji *Chi-Square* digunakan untuk menganalisis hubungan atau korelasi antara kondisi sosial ekonomi, demografi, dan kualitas konsumsi pangan terhadap status gizi. Variabel yang memiliki

hubungan atau korelasi yang signifikan terhadap status gizi remaja jika $p < 0,05$.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi sosial ekonomi dan demografi berkaitan dengan konsumsi pangan dalam suatu rumah tangga atau keluarga. Berdasarkan kerangka UNICEF, karakteristik sosial ekonomi dan demografi keluarga merupakan faktor-faktor yang secara tidak langsung berkontribusi terhadap kejadian masalah gizi dan akan memengaruhi faktor-faktor penyebab masalah gizi secara langsung.²² Sebaran kondisi sosial ekonomi, demografi, dan karakteristik subjek disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Sebaran karakteristik sosial ekonomi dan demografi subjek (n=88)

Variabel	n	%
Tingkat Pendidikan Ayah		
Tidak Sekolah	1	1,1
SD/ sederajat	15	17,0
SMP/ sederajat	14	15,9
SMA/ sederajat	51	58,0
Perguruan Tinggi	7	8,0
Tingkat Pendidikan Ibu		
Tidak Sekolah	2	2,3
SD/ sederajat	21	23,9
SMP/ sederajat	21	23,9
SMA/ sederajat	33	37,5
Perguruan Tinggi	11	12,5
Status Bekerja pada Ayah		
Tidak bekerja	1	1,1
Bekerja	87	98,9
Status Bekerja pada Ibu		
Ibu rumah tangga	75	85,2
Bekerja	13	14,8
Tingkat Pendapatan Keluarga		
<UMK Kabupaten Bogor 2024 (<Rp. 4.579.541)	70	79,5
\geq UMK Kabupaten Bogor 2024 (\geq Rp. 4.579.541)	18	20,5
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	28	31,8
Perempuan	60	68,2
Uang Jajan		
<Median (<Rp. 15.000)	15	17,0
\geq Median (\geq Rp. 15.000)	73	83,0

Tabel 1 menggambarkan bahwa sebagian besar orang tua subjek memiliki tingkat pendidikan ayah berada pada jenjang SMA atau sederajat (58,0%) dan bekerja (98,9%), sedangkan tingkat pendidikan ibu berada pada jenjang SMA atau sederajat (37,5%) dan

berperan sebagai ibu rumah tangga (85,2%). Selain itu, lebih dari separuh subjek memiliki tingkat pendapatan keluarga dibawah dari Upah Minimum Kabupaten Bogor 2024 sebesar Rp. 4.579.541 dan sebagian besar subjek berjenis kelamin laki-laki (68,2%) dengan uang jajan lebih dari median sebesar Rp. 15.000 (83,0%).

Masalah gizi yang tercermin pada status gizi pada remaja perlu untuk mendapatkan perhatian yang dikarenakan memiliki pengaruh terhadap tumbuh kembang dan berdampak pada masalah gizi yang sangat kompleks masa dewasa.^{6,23} Sebaran kondisi status gizi subjek disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Sebaran kondisi status gizi subjek (n=88)

Status Gizi	n	%
Gizi Buruk	0	0
Gizi Kurang	0	0
Gizi Baik	60	68,2
Gizi Lebih (<i>overweight</i>)	18	20,5
Obesitas	10	11,4

Tabel 2 menggambarkan bahwa lebih dari separuh subjek memiliki status gizi tergolong gizi baik (68,2%). Adapun secara umum, rata-rata dari parameter berat badan sebesar 47,2 kg, tinggi badan sebesar 152,3 cm, dan *z-score* sebesar 0,4 SD. Selain itu, pada penelitian ini ditemukan anak mengalami gizi tergolong gizi lebih (*overweight*) (20,5%) dan obesitas (11,4%). Kualitas konsumsi pangan pada penelitian ini tercermin pada keragaman dari konsumsi pangan pada subjek saat *weekday* dan *weekend* yang mengacu pada FAO. Sebaran kualitas konsumsi pangan subjek disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Sebaran kualitas konsumsi konsumsi pangan subjek (n=88)

Kualitas Konsumsi Pangan	n	%
Rendah (≤ 3 kelompok pangan)	2	2,3
Sedang (4-5 kelompok pangan)	2	2,3
Tinggi (≥ 6 kelompok pangan)	84	95,5

Tabel 3 menunjukkan bahwa hampir semua subjek memiliki tingkat keragaman konsumsi pangan yang tinggi (95,5%) dengan rata-rata total kelompok pangan sebesar 7 yang dapat dinilai tergolong tinggi. Selain itu, masih ditemukan subjek memiliki tingkat keragaman konsumsi pangan yang tergolong rendah dan sedang masing-masing persentase sebesar 2,3%.

Hal ini menunjukkan bahwa tingkat keragaman konsumsi pangan yang tergolong tinggi bermakna bahwa hampir semua subjek mengonsumsi pangan yang tergolong beragam.

Tabel 4. Sebaran konsumsi pangan subjek berdasarkan 9 kelompok pangan saat *weekday* dan *weekend* (n=88)

No	Kelompok Pangan	Weekday		Weekend	
		n	%	n	%
1	Makanan pokok	88	100	87	98,9
2	Sayuran berdaun hijau tua	67	76,1	60	68,2
3	Buah-buahan dan sayuran kaya vitamin A	62	70,5	58	65,9
4	Sayuran dan buah lainnya	65	73,9	70	79,5
5	Jeroan	70	79,5	66	75
6	Daging dan ikan	82	93,5	76	86,4
7	Telur	75	85,2	74	84,1
8	Kacang-kacangan dan biji-bijian	65	73,9	67	76,1
9	Susu dan produk olahannya	72	81,8	65	73,9

Tabel 4 menunjukkan bahwa secara umum konsumsi kelompok pangan tergolong sayuran berdaun hijau tua dan buah serta sayur yang kaya vitamin A tergolong lebih rendah pada saat *weekend* dibandingkan *weekday*. Selain itu, hampir semua subjek pada saat *weekend* dan *weekday* mengonsumsi kelompok makanan pokok. Adapun rata-rata dari konsumsi kelompok pangan pada saat *weekend* dan *weekday* masing-masing sebesar 7,4 dan 7,3 atau setara dengan 7 kelompok pangan.

Tingkat pendidikan ibu menunjukkan hubungan yang signifikan dengan status gizi subjek ($p=0,013$) (Tabel 5). Hasil analisis mengenai hubungan antara karakteristik sosial ekonomi, demografi, dan karakteristik subjek dengan status gizi disajikan dalam Tabel 5.

Tabel 5. Hubungan antara karakteristik sosial ekonomi dan demografi terhadap status gizi

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	p-value
Tingkat Pendidikan Ayah ^a	-0,013	0,905
Tingkat Pendidikan Ibu ^a	0,263	0,013*
Tingkat Pendapatan Keluarga ^a	0,190	0,076
Status Bekerja pada Ayah ^b	-	0,790
Status Bekerja pada Ibu ^b	-	0,041*
Jenis Kelamin ^b	-	0,695
Uang Jajan ^a	0,157	0,145

Keterangan: ^a Uji Spearman; ^b Uji Chi-Square

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu terhadap status gizi subjek, dengan kekuatan korelasi berdasarkan koefisien korelasi positif yang tergolong lemah ($r=0.263$). Semakin tinggi tingkat pendidikan ibu maka semakin tinggi juga nilai *z-score* berdasarkan indeks IMT/U pada subjek. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi.^{23,24} Tingkat pendidikan ibu berkaitan dengan pengetahuan dan kesadaran mengenai pentingnya gizi dan pola makan yang sehat bagi keluarga termasuk anak. Tingkat pendidikan ibu yang tergolong lebih tinggi dapat memiliki akses terhadap sumber informasi terkait gizi serta berkaitan dengan status ekonomi keluarga yang lebih baik. Hal ini disebabkan karena akses dalam memperoleh pekerjaan yang lebih baik pula sehingga dapat meningkatkan pendapatan keluarga.²⁵ Tingkat pendidikan dapat berdampak terhadap kesadaran pentingnya dalam memperhatikan kondisi status gizi anak.²⁶ Orang tua yang memiliki latar belakang pendidikan umumnya cenderung menerapkan metode pengasuhan yang lebih baik terhadap anak-anak jika dibandingkan dengan orang tua yang tidak memiliki latar belakang pendidikan.²⁷

Korelasi yang tidak signifikan antara tingkat pendapatan keluarga terhadap status gizi pada subjek ($p=0,076$; $r=0,207$). Meskipun menunjukkan korelasi yang tidak signifikan namun memiliki kecenderungan bahwa semakin tinggi tingkat pendapatan keluarga maka semakin tinggi pula nilai *z-score* indeks IMT/U pada subjek. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendapatan keluarga dengan status gizi.²⁸⁻³⁰ Hal ini dikarenakan tingkat pendapatan keluarga tidak selalu mencerminkan terhadap status gizi dan tingkat pendapatan merupakan faktor penyebab tidak langsung terhadap status gizi.²² Keluarga atau rumah tangga dengan tingkat pendapatan dibawah dari upah minimum juga dapat mengonsumsi pangan dengan kuantitas dan kualitas yang baik didukung dengan faktor-faktor

lainnya yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti tingkat pengetahuan terkait gizi dan kesehatan pada subjek maupun orang tua, dukungan sosial, dan lain-lain sehingga berpengaruh terhadap status gizi yang tergolong normal.^{31,32} Hal tersebut sejalan juga dengan hasil analisis tabulasi silang yang menggambarkan bahwa terdapat 81,7% subjek dengan tingkat pendapatan keluarga dibawah upah minimum namun memiliki status gizi normal. Keluarga yang mampu secara finansial memiliki kapasitas yang memadai untuk membeli makanan yang bergizi seimbang, sehingga juga dapat menjamin terpenuhinya kebutuhan zat gizi.³⁰

Tidak terdapat korelasi yang signifikan antara uang jajan terhadap status gizi pada subjek dengan kekuatan korelasi berdasarkan koefisien korelasi positif yang tergolong sangat lemah ($p=0,145$; $r=0,157$). Namun, hasil penelitian ini menunjukkan semakin besar uang jajan subjek maka memiliki kecenderungan semakin tinggi pula nilai *z-score* indeks IMT/U pada subjek. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara uang jajan dengan status gizi.^{33,34} Uang jajan merupakan salah satu faktor yang berkaitan terhadap makanan yang akan dibeli dan dikonsumsi sehingga uang jajan yang tergolong lebih tinggi dapat mengakses makanan yang lebih baik pula.³⁵ Namun, pada penelitian ini menunjukkan bahwa uang jajan tidak terdapat korelasi terhadap status gizi dikarenakan uang jajan tidak hanya untuk membeli makanan, namun juga digunakan untuk keperluan lainnya seperti biaya transportasi, alat tulis, tabungan, dan lain-lain. Meskipun demikian, uang jajan pada remaja dapat menjadi faktor penting dalam membentuk preferensi makanan dan pola makan yang tergolong baik jika disertai dengan pengetahuan gizi dan pengaruh teman sebaya yang baik.³⁶

Tingkat pendidikan ayah ($p=0,905$; $r=-0,013$), status bekerja pada ayah ($p=0,790$), dan jenis kelamin ($p=0,695$) menunjukkan hubungan yang tidak signifikan terhadap status gizi. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ayah, status bekerja pada

ayah, dan jenis kelamin terhadap status gizi.^{26,37-40} Pada penelitian ini, tidak terdapat korelasi antara tingkat pendidikan ayah dengan status gizi dikarenakan tingkat pendidikan ayah memengaruhi status gizi keluarga secara tidak langsung. Namun, tingkat pendidikan terutama ayah yang tergolong lebih tinggi dapat membuka akses yang lebih besar terhadap pengetahuan tentang gizi sehat dan praktik kesehatan lainnya serta pekerjaan dan penghasilan tergolong lebih tinggi yang memungkinkan keluarga untuk mengakses atau memperoleh makanan beragam, bergizi, sehat, dan aman.^{41,42} Selain itu, berdasarkan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa hanya 8% dari status gizi anak dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tua sedangkan 92% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya seperti lingkungan, ekonomi, dan konsumsi pangan.⁴³ Namun, berdasarkan analisis tabulasi silang menunjukkan bahwa subjek dengan tingkat pendidikan ayah yang tergolong SMA/ sederajat cenderung memiliki status gizi yang tergolong gizi lebih (55,6%) dan obesitas (70%).

Pekerjaan atau status bekerja pada ayah tidak selalu berhubungan dengan status gizi anak yang disebabkan karena beberapa faktor yang memengaruhi seperti pekerjaan, pendapatan, dan konsumsi pangan. Pekerjaan memiliki pengaruh terhadap pendapatan keluarga dan secara tak langsung memengaruhi status gizi. Ayah yang bekerja dengan pendapatan atau upah yang tergolong rendah cenderung sulit dalam memenuhi kebutuhan maupun konsumsi pangan baik dari kuantitas maupun kualitas.^{28,44} Hal ini sejalan dengan karakteristik status bekerja pada ayah yang menunjukkan bahwa cenderung memiliki tingkat pendapatan keluarga dibawah dari Upah Minimum Kabupaten Bogor yang tentu saja juga berdampak terhadap standar pemenuhan kebutuhan dasar keluarga terutama kebutuhan pangan. Hasil analisis tabulasi silang juga menggambarkan bahwa hampir semua subjek memiliki ayah yang bekerja dengan status gizi yang tergolong gizi lebih (100%) dan obesitas (100%) serta normal (98,3%). Ayah yang tidak bekerja mungkin dapat mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan finansial keluarga

yang dapat memengaruhi kecukupan pangan keluarga, pertumbuhan dan perkembangan anak.⁴⁵

Jenis kelamin tidak memiliki korelasi yang signifikan dikarenakan jenis kelamin berkaitan dengan kebutuhan energi dan zat gizi dan pola aktivitas fisik.^{6,46} Namun, anak dengan jenis laki-laki memiliki kebutuhan energi dan zat gizi yang tergolong lebih tinggi dibandingkan anak perempuan. Oleh karena itu, jenis kelamin merupakan salah satu faktor penting dalam menentukan kebutuhan gizi individu yang juga berkaitan dengan status gizi sehingga dapat disebut sebagai penyebab tidak langsung.⁴⁷ Berdasarkan analisis tabulasi silang menggambarkan bahwa subjek dengan jenis kelamin perempuan memiliki kecenderungan memiliki status gizi yang tergolong gizi lebih (66,7%) dan obesitas (80%) dibandingkan anak laki-laki. Selain itu, analisis lebih lanjut menggunakan uji beda (*Mann-Whitney test*) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata *z-score* pada laki-laki dan perempuan ditandai dengan $p=0,542$. Hal ini bermakna bahwa capaian status gizi subjek berdasarkan indeks IMT/U dengan jenis kelamin laki-laki maupun perempuan relatif sama.

Pekerjaan ibu memiliki hubungan yang signifikan terhadap status gizi pada subjek ($p=0,041$). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi atau hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan status gizi.^{40,50} Rumah tangga atau keluarga dengan ibu yang bekerja dapat memberikan kontribusi terhadap finansial tambahan. Hal tersebut akan berpengaruh terhadap tingkat pendapatan dan akses pangan yang lebih sehingga diharapkan dapat meningkatkan kuantitas dan kualitas konsumsi pangan serta berdampak terhadap status gizi.⁵¹ Namun, ibu yang bekerja dengan beban kerja yang berat mungkin mengalami kelelahan fisik, sehingga tidak memiliki waktu untuk menyediakan makanan bergizi atau memantau perkembangan gizi.²⁶

Tabel 5 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kualitas konsumsi pangan

dengan status gizi ($p=0,016$; $r=0,256$) dengan kekuatan korelasi berdasarkan koefisien korelasi positif yang tergolong sangat lemah dan bermakna semakin besar skor kualitas konsumsi pangan maka semakin tinggi juga *z-score* indeks IMT/U pada subjek. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara uang jajan dengan status gizi.^{12,14,15,49,52} Hasil analisis hubungan antara kualitas konsumsi pangan dengan status gizi disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hubungan antara kualitas konsumsi pangan dengan status gizi

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	p-value
Kualitas Konsumsi Pangan ^a	0,256	0,016*

Keterangan: ^a Uji Spearman

Kualitas konsumsi pangan yang tercermin dalam keragaman konsumsi pangan menandakan bahwa peluang adanya peningkatan asupan yang membantu dalam pertumbuhan dan perkembangan.⁵³⁻⁵⁶ Tidak terpenuhinya kebutuhan energi dan zat gizi dapat berdampak status gizi maupun status kesehatan pada remaja dalam jangka pendek maupun jangka panjang.^{2,5}

Kualitas konsumsi makanan yang tercermin pada keragaman makanan dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, semakin meningkatnya pendapatan keluarga memiliki korelasi dengan peningkatan keragaman dalam konsumsi pangan.⁵⁷ Terdapat dua faktor utama yang berperan dalam menentukan keragaman pangan seseorang yang terdiri dari faktor internal mencakup aspek pendapatan keluarga, pengetahuan tentang gizi, nilai budaya, dan agama, serta preferensi individu, sedangkan faktor eksternal yang memengaruhi produksi, ketersediaan, dan distribusi bahan makanan.¹⁴

IV. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dan status bekerja pada ibu terhadap status gizi pada subjek serta terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas konsumsi pangan terhadap status gizi. Oleh karena itu, faktor kondisi sosial ekonomi, demografi (tingkat pendidikan dan status

bekerja), dan kualitas konsumsi pangan berperan penting dalam ketercapaian status gizi remaja yang optimal.

Remaja perlu meningkatkan konsumsi pangan, terutama dari segi kuantitas untuk mencapai status gizi yang optimal yang didorong oleh perbaikan kondisi sosial ekonomi dan demografi rumah tangga. Selain itu, program edukasi gizi dan kampanye makan bergizi seimbang di Sekolah yang berfokus pada peningkatan asupan terutama pada kelompok pangan buah-buahan, sayuran, susu dan produk olahannya, sehingga meningkatkan kualitas diet pada remaja secara keseluruhan. Penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengeksplorasi terkait variabel-variabel yang belum diteliti, seperti ukuran keluarga, asupan energi dan zat gizi, pengaruh teman sebaya, serta meningkatkan jumlah subjek.

V. UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Husada Bogor, serta Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bogor Husada beserta jajarannya yang telah mendanai kegiatan penelitian ini dan memberikan izin serta kemudahan dalam pelaksanaannya.

REFERENSI

1. Bappenas RI. Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2021-2024. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional / Badan Perencanaan Pembangunan Nasional; 2021.
2. UNICEF. UNICEF's approach to scaling up nutrition for mothers and their children. New York; 2015 [cited 2021 Dec 20]. Unicef's approach to scaling up nutrition. Available from: https://www.unicef.org/nutrition/%0Afiles/unicef_nutrition_strategy.pdf.
3. Kemenkes RI. Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Balita Tahun 2017. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2017.
4. Salge BJ. Nutrition and You. Amerika Serikat: Pearson Education Ltd; 2015.
5. Kemenkes RI. Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2017.
6. Yunawati I, Setyawati NF, Dali D, Nasruddin NI, Rini AVPPP, Putra MGS, et al. Gizi dalam Daur Kehidupan. Kendari: CV. Eureka Media Aksara;

- 2023.
7. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan; 2018.
 8. Kemenkes RI. Survei kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2024.
 9. Nuraini A, Murbawani EA. Hubungan antara Ketebalan Lemak Abdominal dan Kadar Serum High Sensitivity C-Reactive Protein (HS-CRP) pada Remaja. *J Nutr Coll.* 2019;8(2):81–6.
 10. FAO. Guidelines for Measuring Household and Individual Dietary Diversity. Rome: Food and Agriculture Organization; 2013.
 11. Nithya D, Bhavani R. Dietary diversity and its relationship with nutritional status among adolescents and adults in rural India. *J Biosoc Sci.* 2018;50:397–413.
 12. Heidari-Beni M, Riahi R, Massoudi S, Qorbani M, Kelishadi R. Association between dietary diversity score and anthropometric indices among children and adolescents: the weight disorders survey in the CASPIAN-IV study. *J Sci Food Agric.* 2021;101(12):5075–81.
 13. Adeomi AA, Fatusi A, Klipstein-Grobusch K. Food Security, Dietary Diversity, Dietary Patterns and the Double Burden of Malnutrition among School-Aged Children and Adolescents in Two Nigerian States. *Nutrients.* 2022;14(4):1–15.
 14. Anwar K, Kusumaningtyas F. Hubungan Ketersediaan dan Keragaman Pangan terhadap Status Gizi Remaja di Bantar Gebang, Kota Bekasi. *J Andaliman J Gizi Pangan, Klin dan Masy.* 2023;3(1):48–55.
 15. Retni, Arfianti M. Keragaman Konsumsi Pangan dan Status Gizi Remaja Putri yang Tinggal Dikokosan. *J Ilmu Kesehat dan Gizi.* 2023;1(3):108–21.
 16. Wiafe MA, Apprey C, Annan RA. Dietary Diversity and Nutritional Status of Adolescents in Rural Ghana. *Nutr Metab Insights.* 2023;16:1–9.
 17. Kurniawan MWW, Widyaningsih TD. Hubungan Pola Konsumsi Pangan dan Besar Uang Saku Mahasiswa Manajemen Bisnis dengan Mahasiswa Jurusan Teknologi Hasil Pertanian Universitas Brawijaya Terhadap Status Gizi. *J Pangan dan Agroindustri.* 2017;5(1):1–12.
 18. Endalifer ML, Andargie G, Mohammed B, Endalifer BL. Factors associated with dietary diversity among adolescents in Woldia, Northeast Ethiopia. *BMC Nutr.* 2021;7(1):1–8.
 19. Ayele FY, Zerga AA, Gebeyehu FB, Tadesse SE, Zewude S, Habteslasie Y, et al. Dietary diversity practice and associated factors among adolescents in Ethiopia, systematic review and meta-analysis. *PLoS One.* 2023;18(7):1–13.
 20. Utami NWA, Ani LS. Hubungan Karakteristik Keluarga terhadap Keragaman Pangan Remaja Putri di Kota Denpasar, Bali, Indonesia. *Amerta Nutr.* 2023;7(4):540–5.
 21. Kemenkes RI. Permenkes RI Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020.
 22. Kemenkes RI. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2017.
 23. Miyatun. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMAN 1 Cikarang Selatan Bekasi Jawa Barat Tahun 2018. *Jalinan J Ilm Akbid Keris Husada.* 2019;2(1):18–25.
 24. Roba KT, Connor TP., Belachew T, M.O'Brien N. Infant and Young Child Feeding (IYCF) Practices Among Mothers of Children Aged 6–23 Months in Two Agro-ecological Zones of Rural Ethiopia. *Int J Nutr Food Sci.* 2016;5(3):185–94.
 25. Suhartini, Ahmad. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja Putri pada Siswi Kelas VII SMPN 2 Desa Tambak Baya Kecamatan Cibadak Kabupaten Lebak Tahun 2017. *J Med.* 2018;5(1):72–82.
 26. Subramanian P, Dasari S, Devulapalli S, Chitgupiker SR. Correlation of Nutrition with Parental Literacy Status among School Going Adolescent Children in Telangana: A Cross-sectional Study. *J Clin Diagnostic Res.* 2021;15(8):13–6.
 27. Ni'mah, Nadhiroh. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Media Gizi Indones.* 2015;10(1):13–9.
 28. Juliantara R, Nugroho PS. Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Status Pekerjaan Orang Tua terhadap Gizi Kurang pada Remaja di SMPN 8 Samarinda. *Borneo Student Res J.* 2021;2(3):2031–7.
 29. Khattak UK, Iqbal SP, Ghazanfar H. The Role of Parents' Literacy in Malnutrition of Children Under the Age of Five Years in a Semi-Urban Community of Pakistan: A Case-Control Study. *Cureus.* 2017;9(6):1–10.
 30. Kaunang C, Malonda N, Kawengian S. Hubungan antara Status Sosial Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi pada Siswa SMP Kristen Tateli Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. *Pharmacon J Ilm Farm.* 2016;5(1):252–9.

31. Rompas K, Punuh M, Kapantow N. Hubungan antara Sosial Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi pada Pelajar di SMP Wilayah Kecamatan Malalayang 1 Kota Manado. *Pharmacon J Ilm Farm.* 2016;5(4):225–33.
32. Chandra F, Aisah A. Hubungan Sosial Ekonomi Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *J Akad Baiturrahim Jambi.* 2023;12(1):188–93.
33. Hati PM, Dina RA, Fajriah E. Hubungan Pendapatan Keluarga dan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi Remaja di Desa Babakan, Kabupaten Bogor. *J Gizi Diet.* 2024;3(1):72–7.
34. Hakimi ANQ, Sholichah F, Hayati N. Hubungan Uang Saku dan Pola Konsumsi Makanan Terhadap Status Gizi Siswa SMP Negeri 16 Semarang. *J Ilm Gizi dan Kesehat.* 2023;4(2):32–6.
35. Hakimi ANQ, Sholichah F, Hayati N. Hubungan Uang Saku dan Pola Konsumsi Makanan terhadap Status Gizi Siswa SMP Negeri 16 Semarang. *J Ilm Gizi dan Kesehat.* 2023;4(2):32–6.
36. Ayuningsih S, Nugroho PS. Korelasi frekuensi makan dan jumlah uang saku terhadap gizi kurang pada remaja di SMPN 8 Samarinda. *Borneo Student Res.* 2021;2(2):1123–30.
37. Rahman J, Fatmawati I, Syah MNH, Sufyan DL. Hubungan peer group support, uang saku dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. *AcTion Aceh Nutr J.* 2021;6(1):65–74.
38. Pratiwi R, Nailuvar R. Pengetahuan dan Uang Saku Mempengaruhi Pola Makan Remaja. *J Kesehat dan Olahraga.* 2023;7(1):1–6.
39. Djuartina T, Steven A, Wijaya S, Darmawan S. Differences in Children's Nutritional Knowledge Level and Parent's Characteristics in Obese and Non-Obese Adolescents of Permai Pluit Junior High School. *Sanitas J Teknol dan Seni Kesehat.* 2020;11(2):185–93.
40. Ariawan IGN, Prihayanti NKT, Purnama PMDA, Susanti IA, Dharmayanti NMS, Diastuti NNP, et al. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SD 4 Penebel. *Dunia Keperawatan J Keperawatan dan Kesehat.* 2021;9(1):16–28.
41. Sianturi O, Nadhiroh SR, Rachmah Q. Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pendapatan Orang Tua Terhadap Status Gizi Anak: Literature Review. *Media Gizi Kesmas.* 2023;12(2):1070–5.
42. Purba NP, Kirani N, Sitepu ASB, Siregar IR, Priantono D, Partisya NM, et al. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja MTS Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai. *J Keperawatan dan Kesehat Masy.* 2024;13(1):72–81.
43. Estu APE, Wahyuni ES. Hubungan antara Tingkat Pendidikan Orang Tua dengan Status Gizi Siswa. *J Pendidik Olahraga dan Kesehat.* 2018;6(1):35–9.
44. Sugianti E, Putri BD, Buanasita A. Peran Ayah terhadap Kejadian Stunting pada Balita di Pedesaan. *Amerta Nutr.* 2024;8(2):214–21.
45. Khomsan A, Anwar F, Sukandar D, Riyadi H, Mudjajanto ES, Wigna W, et al. Pangan dan Gizi dalam Konteks Sosio Budaya. Bogor: IPB Press; 2022.
46. Yastirin PA, Rosmala Dewi K. Identification of nutritional status in pre-adolescent group in The Integrated Islamic Elementary School Al Firdaus Purwodadi. *J Profesi Bidan Indones.* 2022;2(2):45–52.
47. Par'i HM. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC; 2023.
48. Purba NP, Kirani N, Sitepu ASB, Siregar IR, Priantono D, Marienty NP, et al. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja MTS Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai. *J Keperawatan dan Kesehat Masy.* 2024;13(1):72–81.
49. Rorong AP. Hubungan antara Status Sosial Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Kelurahan Bailang Kecamatan Bunaken Kota Manado. *J KESMAS.* 2019;8(2):15–21.
50. Putri RMWR, Maemunah N. Kaitan Pendidikan, Pekerjaan Orang Tua dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah. *Care J Ilm Ilmu Kesehat.* 2017;5(2):231–45.
51. Dasopang ES, Radono P, Kania PP, Suryowati T, Novika Y, Juherman, et al. Nutrisi dan Dietetika: Prinsip dan Praktik Komprehensif. Solok: Mafy Media Literasi Indonesia; 2024.
52. Dunga EF, Ibrahim SA, Sulaeman I. Hubungan Pendidikan dan Pekerjaan Orang Tua dengan Status Gizi Anak. *Jambura J Heal Sci Res.* 2022;4(3):991–8.
53. Afrianti D, Garna H, Idjradinata P. Perbandingan Status Besi pada Remaja Perempuan Obes dengan Gizi Normal. *Sari Pediatr.* 2016;14(2):97–103.
54. Utami NWA, Ani LS. Keragaman konsumsi pangan remaja putri di wilayah pedesaan dan perkotaan Provinsi Bali. *J SAGO Gizi dan Kesehat.* 2024;5(3):616–22.
55. Harahap NL, Lestari W, Manggabarani S. Hubungan Keberagaman Makanan, Makanan Jajanan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja di Kabupaten Labuhan Batu. *Nutr Diaita.*

- 2020;12(2):45–51.
56. Putri MP, Dary D, Mangalik G. Asupan Protein, Zat Besi, dan Status Gizi pada Remaja Putri. *J Nutr Coll.* 2022;11(1):6–17.
57. Utami NH, Mubasyiroh R. Keragaman Makanan dan Hubungan dengan Status Gizi Balita: Analisis Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI). *Gizi Indones.* 2020;43(1):37–48.