

Hubungan Pendapatan Keluarga dan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi Remaja di Desa Babakan, Kabupaten Bogor

(The Relationship of Family Income and Energy Adequacy Levels with The Nutritional Status of Adolescents in Babakan Village, Bogor Regency)

Puja Mutiara Hati*, Resa Ana Dina, dan Elsa Fajriah

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

ABSTRACT

Nutritional problems that occur in Indonesia do not only occur among infants, toddlers, and the elderly, but also among teenagers. Nutritional problems in adolescents are caused by direct and indirect factors. This study aims to analyze the relationship between family income and energy adequacy with the nutritional status of adolescents in Babakan Village. This research design used cross-sectional with 50 subjects taken using the purposive random sampling method. This data was obtained through face-to-face interviews, where respondents were directed to fill out a questionnaire with the questions provided. This research was conducted from August to November 2023 in Babakan Village, Bogor Regency. Based on the research results, it is known that some family income levels (58%) are categorized as high or above IDR 4,520,212/month. The level of energy adequacy of adolescents (46%) is included in the severe deficit category and as many as 82% of adolescents have normal nutritional status. The results of this study show that there is no significant relationship between family income and energy adequacy and the nutritional status of adolescents in Babakan Village, Bogor Regency ($p > 0.05$).

Keywords: *adolescents, energy adequacy level, family income, nutritional status*

ABSTRAK

Permasalahan gizi yang terjadi di Indonesia tidak hanya terjadi pada kelompok bayi, balita dan lansia saja, tetapi terjadi juga kepada kelompok remaja. Masalah gizi pada remaja disebabkan oleh faktor langsung dan tidak langsung. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pendapatan keluarga dan kecukupan energi dengan status gizi remaja di Desa Babakan. Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional* dengan subjek berjumlah 50 orang yang diambil dengan metode purposive random sampling. Data ini diperoleh melalui wawancara tatap muka, di mana responden diarahkan untuk mengisi kuesioner dengan pertanyaan yang telah disediakan. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus sampai November tahun 2023 di Desa Babakan, Kabupaten Bogor. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian tingkat pendapatan keluarga (58%) dikategorikan tinggi atau berada di atas Rp 4.520.212/bulan. Tingkat kecukupan energi remaja (46%) termasuk ke dalam kategori defisit berat dan sebanyak 82% remaja memiliki status gizi normal. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dan kecukupan energi dengan status gizi remaja di Desa Babakan, Kabupaten Bogor ($p > 0.05$).

Kata kunci: pendapatan keluarga, remaja, status gizi, tingkat kecukupan energi

*Korespondensi:

pujamutiara@apps.ipb.ac.id

Puja Mutiara Hati

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

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi yang terjadi di Indonesia tidak hanya terjadi pada kelompok bayi, balita dan lansia saja, tetapi terjadi juga kepada kelompok remaja. Status gizi yang kurang maupun lebih pada remaja rentan terhadap suatu penyakit, khususnya risiko penyakit tidak menular. Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, fisiologis, dan psikososial (Triwahyuningsih 2021). Perkembangan yang terjadi pada remaja tidak akan sempurna jika tidak diimbangi dengan konsumsi zat gizi yang seimbang (Isni dan Qomariyah 2021). Oleh karena itu, menjaga asupan zat gizi pada remaja sangat penting supaya dapat menghasilkan sumber daya yang berkualitas.

Data dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2019, hasil prevalensi status gizi kurus pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 8,7% dan pada usia 16-18 tahun sebesar 8,1%. Selain itu, prevalensi remaja yang mengalami obesitas pada usia 13-15 tahun sebesar 16% dan pada remaja usia 16-18 tahun sebesar 13,5%. Jika kondisi ini terus dibiarkan dan berlanjut hingga dewasa akan menimbulkan masalah kesehatan sehingga masalah gizi yang terjadi tidak dapat diputus.

Masalah gizi pada remaja disebabkan oleh faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung disebabkan oleh asupan gizi dan penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung yaitu sosial ekonomi, tingkat pendidikan, pengetahuan, dan faktor lingkungan. Status sosial ekonomi adalah suatu gambaran mengenai keadaan seseorang yang dapat dilihat dari segi sosial ekonomi, seperti pendapatan, tingkat pendidikan, dan sebagainya. Status ekonomi merupakan pembentuk gaya hidup dari suatu keluarga (Kasmita 2019).

Pendapatan keluarga yang memadai akan menunjang tumbuh kembang anak. Pendapatan keluarga yang rendah dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan remaja. Remaja yang memiliki keluarga dengan status pendapatan keluarga tinggi, umumnya cukup baik dalam pemenuhan kebutuhan gizi dibandingkan dengan remaja yang memiliki status pendapatan orang tua rendah (Suryani 2017). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pendapatan keluarga dan tingkat kecukupan energi dengan

status gizi remaja di Desa Babakan, Kabupaten Bogor. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada fokusnya yang memeriksa hubungan antara pendapatan keluarga, tingkat kecukupan energi, dan status gizi remaja di Desa Babakan, Bogor.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Desa Babakan, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat pada bulan Agustus sampai November tahun 2023.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Populasi dari penelitian ini yaitu remaja di Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor. Pengambilan subjek dilakukan dengan menggunakan metode *stratified random sampling*. Kriteria inklusi yang diambil dalam penelitian ini yaitu remaja dengan usia 10-18 tahun, bertempat tinggal di Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor, dan bersedia menjadi subjek.

Jenis dan cara pengumpulan data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer mencakup berbagai informasi, seperti karakteristik subjek remaja (usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir orang tua, dan jumlah anggota keluarga), serta data konsumsi remaja (*food recall* 1x24 jam). Data ini diperoleh melalui wawancara tatap muka, dan mengisi kuesioner dengan pertanyaan yang telah disediakan. Data antropometri juga diperoleh melalui wawancara dengan responden, berdasarkan pengukuran yang dilakukan dalam sebulan terakhir. Perhitungan jumlah minimal subjek dilakukan berdasarkan rumus Lemeshow *et al.* (1990) sebagai berikut.

$$\begin{aligned}n &= Z^2 \times P \times Q / L^2 \\n &= (1,69)^2 \times (22,5\%) \times (1-0,225) / (10\%)^2 \\&= 49,8 \sim 50\end{aligned}$$

Berdasarkan hasil perhitungan, didapatkan hasil minimum subjek yaitu 49,8 yang dibulatkan menjadi 50 orang. Adapun jumlah subjek pada penelitian ini sejumlah 50 orang.

Pengolahan dan analisis data

Data diproses dengan memanfaatkan perangkat lunak Microsoft Excel 2019 serta perangkat lunak SPSS. Proses pengolahan data terdiri dari beberapa langkah, seperti memasukkan data (*entry*), memberikan kode (*coding*), pengeditan (*editing*), melakukan verifikasi ulang (*cleaning*) dan melakukan analisis data (*analyzing*). Analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik subjek, pendapatan keluarga, dan data konsumsi makan (*food recall* 1x24 jam). Uji normalitas masing-masing variabel dilakukan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk mengetahui sebaran data. Selain itu, dilakukan analisis hubungan antara pendapatan keluarga dan kecukupan energi dengan status gizi remaja menggunakan uji *Rank Spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek. Subjek penelitian ini merupakan remaja di Desa Babakan yang berjumlah 50 orang. Sebanyak 50% subjek berjenis kelamin perempuan, begitu juga dengan subjek yang berjenis kelamin laki-laki. Jumlah subjek menurut kelompok usianya adalah 38% untuk usia 10-12 tahun, 30% untuk usia 13-15 tahun, dan 32% untuk usia 16-18 tahun. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar pendidikan terakhir orang tua subjek yaitu SMA/ Sederajat sebesar 34%. Jumlah anggota keluarga sebagian besar (59%) memiliki keluarga yang beranggotakan ≤ 4 orang.

Karakteristik Sosial Ekonomi Keluarga. Karakteristik ini dapat dilihat dengan besar kecilnya pendapatan yang diperoleh oleh orang tua. Pendapatan keluarga adalah sejumlah uang yang diterima oleh satu keluarga dalam bentuk gaji atau upah yang didapatkan dari hasil kerja atau usaha untuk memenuhi kebutuhan bersama (Anjaya & Rohmah 2021). Pendapatan keluarga pada penelitian ini sebagian besar (58%) cenderung berada pada kategori tinggi \geq Rp 4.520.212/bulan. Pendapatan keluarga tinggi didapatkan sebagian besar lebih dari UMR dari Kabupaten Bogor.

Tingkat Kecukupan Energi. Kecukupan energi adalah kondisi kecukupan energi yang dikonsumsi responden untuk menentukan adekuat atau tidak adekuatnya asupan energi yang dikonsumsi. Menentukan tingkat kecukupan

energi, data yang akan dianalisis dengan menggunakan data *recall* 24 jam. *Recall* 24 jam merupakan upaya mencatat segala jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi selama 24 jam yang lalu. Berdasarkan hasil penelitian, tingkat kecukupan energi remaja di Desa Babakan berdasarkan hasil *recall* sebagian besar termasuk kedalam kategori defisit berat (46%).

Energi merupakan zat yang sangat penting bagi manusia untuk menjalankan metabolisme dasar, melakukan aktivitas, pertumbuhan, dan pengaturan suhu. Periode pertumbuhan fisik pada masa remaja merupakan fase pertumbuhan tercepat kedua setelah pertumbuhan bayi, sehingga diperlukan asupan energi yang memadai pada remaja (Rachmayani *et al.* 2018). Pengelompokan kecukupan energi disesuaikan dengan kategori menurut WNPG (2012). Terdapat 5 kategori kecukupan gizi yaitu defisit berat ($<70\%$), defisit sedang (70-79%), defisit ringan (80-89%), adekuat (90-119%), dan berlebih ($\geq 120\%$). Kecukupan energi defisit berat sebanyak 23 responden (46%), kecukupan energi adekuat sebanyak 5 responden (10%) dan kecukupan energi berlebih sebanyak 6 responden (12%).

Status Gizi. Status gizi merupakan kondisi kesehatan responden yang dapat mengindikasikan hasil dari indeks massa tubuh. Indeks massa tubuh (IMT) yaitu suatu pengukuran sederhana yang digunakan untuk mengetahui status gizi seseorang yang didapatkan dari berat badan dan tinggi badan (Anggraeni *et al.* 2021). Berdasarkan hasil perhitungan status gizi remaja usia 10-18 tahun diperoleh dengan menggunakan IMT/U. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa sebanyak 41 responden berstatus gizi normal (82%). Terdapat 3 responden dengan status gizi kurang (6%), 4 responden berstatus gizi lebih (8%), serta 2 responden dengan status gizi obesitas (4%).

Hubungan Pendapatan dengan Status Gizi Remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendapatan keluarga tidak berhubungan dengan status gizi ($p > 0,05$). Meskipun mayoritas pendapatan keluarga termasuk dalam kategori tinggi, hal ini tidak secara langsung mempengaruhi status gizi remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Islami (2020) yang menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dan status gizi. Karena pendapatan keluarga menjadi

Tabel 1. Sebaran subjek berdasarkan pendapatan keluarga, tingkat kecukupan energi, dan status gizi

Variabel	n	%
Pendapatan keluarga		
- Rendah (<Rp 4.520.212/bulan)	21	42%
- Tinggi (>Rp 4.520.212/bulan)	29	58%
- Rata-rata±SD	7.732.533±9.217.989	
Tingkat kecukupan energi		
- Defisit berat (<70%)	23	46%
- Defisit sedang (70-79,9%)	6	12%
- Defisit ringan (80-89%)	10	20%
- Normal (90%-120%)	5	10%
- Berlebih (>120%)	6	12%
- Rata-rata ± SD	72,84±28,00	
Status gizi		
- Gizi kurang (3SD<Z<-2SD)	3	6%
- Gizi baik (-2SD<Z<+1SD)	41	82%
- Gizi lebih (+1SD<Z<+2SD)	4	8%
- Obesitas (+2SD<Z<+3SD)	2	4%
- Rata-rata±SD	0,20±1,14	

salah satu faktor tidak langsung yang memainkan peran penting dalam memenuhi kebutuhan gizi remaja melalui variasi makanan bergizi. Tingkat penghasilan keluarga turut menentukan jenis pangan yang dapat dibeli, dengan adanya tambahan dana mempengaruhi pilihan makanan.

Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Chandra dan Aisah (2023) yang menyatakan bahwa pendapatan keluarga memiliki hubungan yang signifikan terhadap status gizi remaja. Keluarga yang memiliki pendapatan yang mencukupi atau tinggi dapat membeli makanan dengan kualitas dan kuantitas yang lebih baik, sehingga dapat memastikan pemenuhan kecukupan zat gizi. Namun keluarga dengan pendapatan rendah atau tinggi tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Hal ini didukung dengan makanan yang sering dikonsumsi oleh keluarga berpendapatan rendah maupun tinggi, meliputi nasi putih, daging ayam, ikan tongkol, telur, tahu, tempe, bakso, sayur bayam dan sayur sop. Berdasarkan hasil *recall* 24 jam, terungkap bahwa mayoritas remaja dalam keluarga baik yang berpendapatan rendah maupun tinggi memiliki tingkat kecukupan energi yang kurang (Afifah 2019).

Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi Remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecukupan energi remaja juga tidak berhubungan dengan status gizi remaja ($p>0.05$). Meskipun sebagian besar remaja mengalami defisit berat dalam kecukupan

energi, hal ini tidak berdampak signifikan pada status gizi mereka. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Reska *et al.* (2018) yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara kecukupan energi dengan status gizi.

Berdasarkan teori kelebihan asupan energi yang berkelanjutan akan menyebabkan kegemukan, begitu pula sebaliknya kekurangan asupan energi akan menyebabkan kurang gizi dan akan berdampak kepada status gizi bahkan kesehatan. Namun, pada penelitian ini dapat diasumsikan bahwa penyebab tidak adanya hubungan diduga status gizi remaja sudah tergolong normal, sehingga konsumsi energi tidak memengaruhi status gizinya secara langsung. Status gizi merupakan keadaan seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi dari makanan dalam jangka waktu yang lama (Parewasi *et al.* 2021).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami *et al.* (2020) yang menyatakan terdapat hubungan antara kecukupan energi dengan status gizi remaja. Remaja yang memiliki tingkat kecukupan energi tidak baik

Tabel 2. Hubungan pendapatan keluarga dan kecukupan energi dengan status gizi remaja

Variabel	<i>p-value</i>	<i>r</i>
Pendapatan keluarga	0,618	0,072
Kecukupan energi	0,428	0,115

cenderung memiliki status gizi yang tidak normal, sedangkan remaja dengan tingkat kecukupan energi yang baik memiliki status gizi yang lebih normal. Faktor lain yang saling mempengaruhi tingkat kecukupan energi dan status gizi yaitu pola makan, aktivitas fisik, faktor genetik, dan lingkungan seperti aksesibilitas terhadap makanan yang bergizi dan kebijakan pangan di sekolah atau komunitas (Suwarni *et al.* 2022).

KESIMPULAN

Mayoritas pendapatan keluarga berada dalam kategori tinggi dan sebagian besar remaja memiliki status gizi normal. Meskipun demikian, sebagian besar remaja mengalami defisit berat dalam kecukupan energi. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dan kecukupan energi dengan status gizi remaja. Oleh karena itu, perlu penelitian lebih lanjut untuk mengidentifikasi faktor-faktor tersebut dan mencari solusi yang sesuai untuk meningkatkan kecukupan energi remaja di Desa Babakan, Kabupaten Bogor.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan penulis dalam menyiapkan artikel.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah L. 2019. Hubungan pendapatan, tingkat asupan energi dan karbohidrat dengan status gizi balita usia 2-5 tahun di daerah kantong kemiskinan. *Amerta Nutrition*. 3(3):183-188. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.183-188>
- Anggraeni LD, Toby YR, Rasmada S. 2021. Analisis asupan zat gizi terhadap status gizi balita. *Faletahan Health Journal*. 8(02):92-101. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i02.191>
- Anjaya PU, Rohmah ZN. 2021. Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada remaja putri. *Journal of Holistic and Traditional Medicine*. 6(02): 662-668.
- Chandra F, Aisah A. 2023. Hubungan sosial ekonomi terhadap status gizi remaja putri di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. 12(1):188-193. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i1.683>
- Islami AR. 2020. Hubungan pendapatan orang tua dengan status gizi siswa (Studi pada siswa SDN Buncitan). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 8(1):289-293.
- Isni K, Qomariyah N. 2021. Pelatihan pengukuran antropometri sebagai upaya preventif masalah gizi remaja selama masa pandemi Covid-19. Di dalam: Widodo W, Wahyuningsih I, editor. *Peran Perguruan Tinggi (PT) dalam Meningkatkan Kapasitas Masyarakat di Era Pandemi*. Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan 2012; 2021 Okt 23; Yogyakarta, Indonesia. Yogyakarta: hlm 60-69; [diunduh Oktober 2023 Mukt 28]. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/senimas/article/view/7342>
- Kasmita. 2019. Aplikasi lesson study (ALS) untuk keberhasilan edukasi pencegahan stunting [disertasi]. Padang: Universitas Andalas.
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Laporan Provinsi Jawa Barat, Riskesdas 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lemeshow S, Hosmer Jr. DW, Klar J, Stephen K.Lwanga. 1990. Adequacy of sample size in health studies. *Biometrics*. 47(1):347. <https://doi.org/10.2307/2532527>
- Parewasi DFR, Indriasari R, Hidayanty H, Hadju V, Battung SM. 2021. Hubungan asupan energi dan asupan zat gizi makro dengan status gizi remaja putri di Pondok Pesantren Darul Aman Gombara Makassar Tahun 2020. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia*. 10(1):1-11. <https://doi.org/10.46772/jigk.v3i01.559>
- Rachmayani SA, Kuswari M, Melani V. 2018. Hubungan asupan zat gizi dan status gizi remaja putri di SMK Ciawi Bogor. *IJHN: Indonesian Journal of Human Nutrition*. 5(2):125-130. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.6>
- Reska Y, Krisnasary A, Wahyudi, A. 2018. Tingkat pendapatan, kecukupan energi dan hidden hunger dengan status gizi balita. *Jurnal Kesehatan*. 9(3):458-470. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i3.1019>
- Suryani L. 2017. Faktor yang mempengaruhi

- status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki. *Jomis (Journal Of Midwifery Science)*. 1(2):47-53.
- Suwarni W, Dina RA, Tanziha I. 2022. Hubungan pola makan, kebiasaan sarapan, dan kebiasaan jajan dengan status gizi remaja di SMA Kornita IPB. *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*. 1(3):189-195. <https://doi.org/10.25182/jigd.2022.1.3.189-195>
- Triwahyuningsih RY. 2021. Faktor-faktor pengetahuan remaja putri terhadap penanganan rasa nyeri saat disminorea. *Midwife's Research*. 10(1):18-52.
- Utami HD, Kamsiah K, Siregar A. 2020. Hubungan pola makan, tingkat kecukupan energi, dan protein dengan status gizi pada remaja. *Jurnal Kesehatan*. 11(2):279-286. <https://doi.org/10.26630/jk.v11i2.2051>
- [WNPNG] Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi. 2012. *Pematangan Ketahanan Pangan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan Kearifan Lokal*. Jakarta (ID): Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.