



Pemilihan makanan sehat dan hubungannya dengan status gizi remaja karang taruna Desa Manyarejo berdasar besar uang saku

Hamiyah Salsabilah^{1*}, Amalia Rahma¹, Dwi Novri Supriatiningrum¹

¹ Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

*email penulis: amaliarahma@umg.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Disubmit : 16-9-2024
Disetujui : 27-9-2024

Kata Kunci : uang saku, makanan, status gizi

ABSTRAK

Istilah uang saku merujuk pada uang yang diberikan pada pelajar dengan tujuan membeli sesuatu yang diinginkan atau kebutuhan harian. Pemberian uang saku dapat dilakukan dalam waktu harian, mingguan, maupun bulanan. Penelitian ini adalah menggunakan metode kuantitatif dan jenis penelitiannya adalah deskriptif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Sampel yang digunakan berjumlah 57 responden dipilih menggunakan rumus *Lameshow* pengumpulan data menggunakan lembar kuisioner. Adapun rata – rata uang saku yang diberikan orang tua setiap hari nya berkisar Rp. 22.018 dari 57 responden. pemilihan makanan gol. Karbohidrat tertinggi nasi putih gol. Ptotein tertinggi daging ayam gol. Serat tertinggi pisang gol. Lemak tertinggi gorengan gol. Sayuran tertinggi wortel. sebagian responden memiliki status gizi baik / normal 48 Responden (84,2%), gizi kurang 5 Responden (8,8%), dan Gizi Lebih 4 Responden (7,0%). Terdapat korelasi secara signifikan antara status gizi dengan uang saku, tidak adanya hubungan pemanfaatan uang saku dan status gizi, serta adanya hubungan yang signifikan antara jumlah uang saku dan pemanfaatannya.

Pendahuluan

Masa remaja diartikan sebagai transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa, di mana pada masa ini melibatkan adanya perubahan biologis, kognitif, psikososial, dan sosial-emosional (Santrock, 2014). Sehingga dengan demikian, harapannya makalah ini dapat memberikan kontribusi penting untuk memperluas wawasan pembaca, khususnya mahasiswa, pendidik, dan orang tua, dalam memahami perkembangan remaja, baik perkembangan fisik, kognitif, maupun sosial dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Seiring bertambahnya usia, kebutuhan mereka pun meningkat, termasuk kebutuhan remaja. Kebutuhan yang mereka miliki di masa kanak-kanak berkurang dan digantikan oleh kebutuhan yang lebih matang. Penting untuk memastikan aktivitas fisik secara teratur, misalnya berjalan kaki atau olahraga ringan lainnya. Tujuannya yakni meningkatkan kesehatan paru-paru dan jantung serta kekuatan tulang dan otot.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja ialah seorang individu yang berusia 10-19 tahun. Menurut Peraturan Kesehatan RI No. 25 tahun 2014, remaja ialah sebagai warga dengan usia 10-18 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengartikan remaja sebagai penduduk berusia 10-24 tahun yang belum pernah menikah.

Pola serta kebiasaan keluarga ketika menentukan makanan memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan remaja (Lopez et al., 2018). Kebiasaan makan membantu memahami kebiasaan makan dan tingkat kecukupan komponen makanan dan zat gizi (Suparisa, 2019). Tentunya hal demikian dapat berdampak langsung pada status gizi seseorang jika asupan makanan memenuhi kebutuhan baik secara kuantitatif maupun kualitatif, maka status gizinya baik. Sebaliknya, jika asupan makanan tidak memenuhi kebutuhan tubuh, hal ini akan menyebabkan malnutrisi, yang juga mencerminkan status gizi yang buruk dan bahkan dapat menyebabkan *stunting* atau pertumbuhan yang tidak optimal (Kang et al., 2018).

Pilihan makanan mendapatkan pengaruh terhadap apa yang diterima oleh atribut serta kesesuaian untuk dikonsumsi, dengan sebagian besar keputusan didasarkan pada lima kualitas sensorik. Evaluasi sensorik dianggap sebagai metode yang paling efektif untuk memprediksi bagaimana konsumen akan menerima suatu produk pangan, baik itu produk baru, produk dengan peningkatan kualitas, maupun produk yang dimodifikasi (Haryanti, 2019). Menurut Institute of Food Technology atau Institut Teknologi Makanan, evaluasi sensorik adalah disiplin ilmu yang digunakan untuk menstimulasi, mengukur, menganalisis, dan menginterpretasikan respons terhadap karakteristik makanan dan bahan makanan ketika dievaluasi menggunakan panca indera seperti penglihatan, penciuman, pengecap, perabaan, dan pendengaran (IFT, 2021), yang melibatkan penggunaan alat sensorik.

Orang biasanya bekerja untuk mendapatkan uang, tetapi mereka yang masih bersekolah atau belum bekerja sering kali menerima uang dari orang tua atau saudara mereka. Uang saku yang didapat dari orang tua sering kali digunakan oleh siswa untuk membeli barang-barang tertentu saja. Mahasiswa cukup sering membelanjakan uang jajan mereka tidak hanya dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari, tetapi juga untuk memenuhi keinginan pribadi mereka (Sukino, 2015).

Klasifikasi status gizi didasarkan pada Indeks Massa Tubuh (IMT) yang sudah dijelaskan oleh WHO pada tahun 2020 ialah bisa disebut *underweight* (jika $IMT < 18,5 \text{ kg/m}^2$), *normal range* (jika $IMT 18,5 - 22,9 \text{ kg/m}^2$), *overweight at risk* (jika $IMT 23 - 24,9 \text{ kg/m}^2$), *obese I* (jika $IMT 25 - 29,9 \text{ kg/m}^2$), serta *obese II* (jika $IMT \geq 30 \text{ kg/m}^2$).

Masalah gizi biasanya dikarenakan oleh faktor ekonomi, karena kekurangan makanan serta kondisi lingkungan yang tidak mendukung. Kekurangan gizi bisa menyebabkan tubuh yang lambat dalam pertumbuhannya, terutama pada remaja, serta membuat daya tahan tubuh memburuk yang berakibat rentan terserang penyakit. Sebaliknya, makan berlebihan ditandai dengan berat badan yang berlebihan atau obesitas serta berisiko menimbulkan banyak penyakit kronis seperti tekanan darah tinggi, stroke, kolesterol tinggi, diabetes, serta penyakit lainnya. Kekurangan gizi bisa terjadi ketika asupan nutrisi berada kurang dari apa yang dibutuhkan oleh tubuh, sedangkan kelebihan gizi terjadi ketika asupan lebih dari apa yang dibutuhkan oleh tubuh (Nakita, 2020).

Metode Penelitian

Penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian observasi kuantitatif dan jenis penelitiannya adalah deskriptif dengan desain penelitian *crosssectional*. Penelitian berlangsung pada Maret-Juli dan dilaksanakan di Basecamp Karang Taruna Desa Manyarejo Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja Karang Taruna Desa Manyarejo berjumlah 142 orang dan sampelnya berjumlah 57 orang. Teknik pengumpulan sampel pada penelitian ini adalah sampel acak sederhana (*Simple random sampling*) dan *Probability Sampling*.

Penelitian ini menggunakan instrumen data berupa kuesioner *food frequency questionnaire*, mikrotan, timbangan injak, serta kuesioner. Penelitian ini meliputi dua jenis variabel, yakni variabel bebas

(independen) dan terikat (dependen). Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh keberadaan variabel bebas. Dalam penelitian ini yang termasuk variable terikat adalah Status Gizi. Sementara itu, variabel bebas mengartikan bahwa variabel tersebut memengaruhi variabel lain, bukan dipengaruhi. Yang berperan sebagai variabel bebas dalam penelitian ini adalah besaran uang saku dan pemanfaatan uang saku.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Dalam penelitian yang dilakukan di Karang taruna Desa Manyarejo Kabupaten Gresik pada total sampel sebanyak 57 Responden yang ditentukan untuk teknik purposive sampling. Responden pada penelitian ini merupakan remaja tingkat 1 dari mulai berusia 10 – 18 tahun. Jenis kelamin pada responden adalah laki – laki dan perempuan. Data responden ada pada tabel 1. Pada fase remaja tingkat 1 remaja cenderung lebih mampu untuk memahami dan lebih cepat tanggap daripada anak – anak.

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

| No | Jenis Kelamin | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-------|---------------|---------------|----------------|
| 1 | Laki – laki | 12 | 21.2 |
| 2 | Perempuan | 45 | 78.9 |
| Total | | 57 | 100 |

Sumber : Data Primer (2024).

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan umur

| No | Umur (Tahun) | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-------|--------------|---------------|----------------|
| 1 | 12-15 | 15 | 26.3 |
| 2 | 16-18 | 42 | 79.7 |
| Total | | 57 | 100 |

Sumber : Data Primer (2024).

Responden (berdasarkan pada tabel 2) dipenelitian didasarkan pada dalam usia 10 – 18 tahun. Responden perempuan lebih mendominasi dengan jumlah 45 orang, sedangkan laki-laki sebanyak 12 orang. Sesuai dengan teori (Suryana, 2022) Remaja awal bisa menghilangkan fungsi dari seorang individu pada anak yang mengusakan dalam melakukan perkembangan pada individu yang berbeda dan independent pada orang tua nya. Sebagai bentuk serta adanya kondisi fisik, serta memiliki persamaan dengan signifikan melalui teman sebaya ialah titik fokus pada tahap ini.

Banyak perubahan yang terjadi selama masa remaja, termasuk peningkatan jaringan adiposa dan perkembangan otot serta perubahan hormon. Dalam perubahan ini emiliki pengaruh pada kebutuhan akan nutrisi serta perilaku makan remaja. Pertumbuhan tinggi badan biasanya mencapai puncaknya usia 13,5 tahun untuk anak laki-laki, sedangkan untuk anak perempuan adalah 11,5 tahun. Adanya perubahan pada komposisi tubuh selama masa pubertas ialah salah satu faktor yang berpengaruh pada kebutuhan nutrisi pada usia remaja (Moehji, 2017).

Gambaran Pemanfaatan Uang Saku Berdasarkan Aspek Pemberian Orang Tua

Uang saku yang diberikan kepada anak – anak memiliki variasi besaran yang berbeda. Setiap orang tua memberikan uang saku yang berbeda pada anak. Dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Uang Saku perhari

| No | Jumlah uang saku (Rp) | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-------|-----------------------|---------------|----------------|
| 1 | < 10.000 | 6 | 10.5 |
| 2 | 10.000-30.000 | 42 | 73.7 |
| 3 | 30.000-50.000 | 7 | 12.3 |
| 4 | >50.000 | 2 | 3.5 |
| Total | | 57 | 100 |

Sumber : Data Primer (2024).

Berdasarkan hasil analisis Univariat jumlah uang saku remaja karang taruna desa Manyarejo yang tercantum pada Hasil distribusi frekuensi tersaji pada tabel 4.

Tabel 4. Pendapatan lainnya yang didapatkan oleh responden setiap hari nya

| No | Jumlah pendapatan lainnya (Rp) | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-------|--------------------------------|---------------|----------------|
| 1 | 0-19.900 | 54 | 93 |
| 2 | 20.000-39.900 | 2 | 1.8 |
| 3 | 40.000-59.900 | 1 | 3.5 |
| Total | | 57 | 100 |

Sumber : Data Primer (2024).

Berdasarkan tabel 4 tersebut, 4 bahwasanya uang saku diberikan perhari oleh orang tua Dengan rata – rata uang saku responden adalah Rp. 22.018 dan di tabel 4 sebagian responden ada yang mendapatkan pendapatan lainnya seperti bekerja menjaga parkir, menjaga toko, dan berjualan di sekolah. Sebagian besar pendapatan utama dari remaja tersebut adalah berasal pada uang saku yang diberikan orang tua , 91% tidak bekerja serta 9% bekerja.

Tabel 5 Alokasi uang saku berdasarkan rata – rata

| No | Pengeluaran | Min (Rp) | Max (Rp) | $\bar{x} \pm SD$ |
|----|--------------|----------|----------|------------------|
| 1 | Makanan | 5.000 | 20.000 | 11.16 \pm 3.76 |
| 2 | Minuman | 2.000 | 15.000 | 5.417 \pm 2.51 |
| 3 | Rokok | 0 | 27.000 | 2.20 \pm 6.82 |
| 4 | Transportasi | 0 | 30.000 | 8.44 \pm 6.60 |
| 5 | Komunikasi | 0 | 3.333 | 1.19 \pm 0.93 |

Sumber : Data Primer (2024)

Tabel 5 menunjukkan bahwa kaum muda yang menjadi pusat penelitian percaya bahwa uang saku yang mereka terima cukup untuk memenuhi semua kebutuhan mereka. Mereka juga mampu menyesuaikan pendapatan mereka dengan pengeluaran. Namun, perlu dicatat bahwa pengeluaran utama remaja didominasi oleh kebutuhan komunikasi. Secara keseluruhan, data menunjukkan bahwa sebagian besar uang saku remaja dihabiskan untuk komunikasi sebagai kebutuhan tambahan yang muncul sebagai akibat dari globalisasi. Saat ini, remaja cenderung mengandalkan perangkat kecanggihan elektronik yang didukung oleh internet serta media sosial sebagai media berkomunikasi. (Wulandari, Netrawati, 2020). Pemborosan dapat terjadi ketika penggunaan internet tidak terkontrol dan berujung pada pembelian paket data yang berulang-ulang. Meskipun pengeluaran kecil, ketika dilakukan

berulang-ulang, tidak dianggap signifikan, namun sebenarnya merupakan pemborosan. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk mengontrol pengeluaran yang berlebihan agar uang jajan dapat ditabung dan digunakan untuk menabung.

Menabung merupakan sebutan untuk aktivitas menyisihkan sebagian uang atau pendapatan Anda untuk mengelola uang tersebut. Manfaat menabung akan terasa jika dilakukan secara rutin dan konsisten. Kebiasaan menabung idealnya ditanamkan sejak usia anak-anak, baik dalam lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, atau bisa juga melalui pihak ketiga (dalam hal ini adalah lembaga keuangan seperti bank). Dengan menabung, artinya seseorang menyisihkan sebagian uang yang dimiliki. Kebiasaan ini jelas bermanfaat untuk masa depan. Namun, anak-anak sering kali kurang diajarkan tentang pentingnya menabung oleh orang tua mereka ke depannya (Wahyuti, 2023).

Tabel 6 Penggunaan Uang Saku Responden

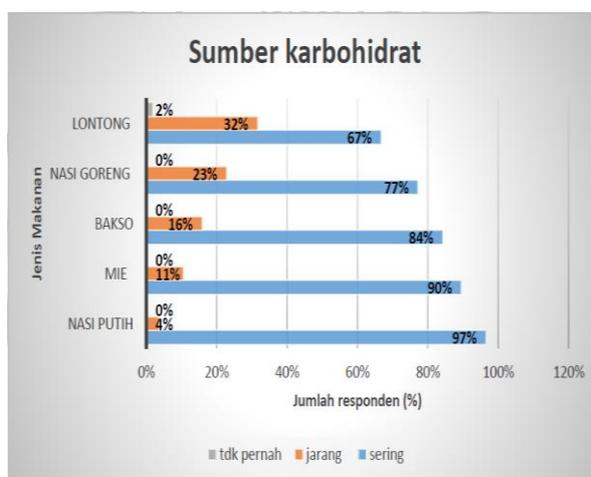
| No | Tanggapan responden | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-------|-----------------------------|---------------|----------------|
| 1 | Menyisihkan uang saku | 30 | 52.6 |
| 2 | Tidak menyisihkan uang saku | 27 | 47.4 |
| Total | | 57 | 100 |

Sumber : Data Primer (2024)

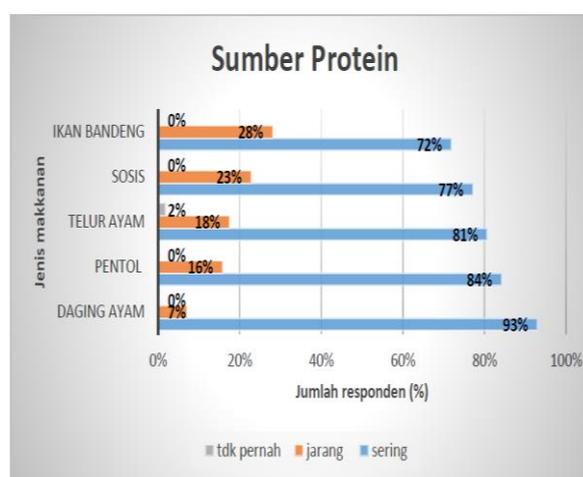
Pada tabel 6 menunjukkan bahwa sebanyak 30 responden dengan presentase 52,6% menyisihkan uang saku nya dan 27 responden dengan presentase 47,4% menggunakan uang saku nya dengan maksimal. Hal ini menggambarkan bahwasanya remaja karang taruna sering menyisihkan uang sakunya dibanding menghabiskan uang sakunya.

Pemilihan makanan Berdasarkan Aspek Frekuensi Mengonsumsi makanan

Data frekuensi pemilihan makanan berdasarkan aspek seringnya mengonsumsi makanan dianalisa menggunakan alat bantu formulir FFQ yang dilakukan dengan wawancara secara langsung selama proses pengisian formulir yang dilakukan sendiri oleh responden dalam pengawasan setiap wali dari responden. Distribusi responden berdasarkan frekuensi makanan terbagi dalam tiga kategori yakni sering jika >3x/hari, 1x/hari, 3-6x/minggu, jarang jika 3-6x/minggu, 1-2x/bulan, dan tidak pernah jika 0x/hari.



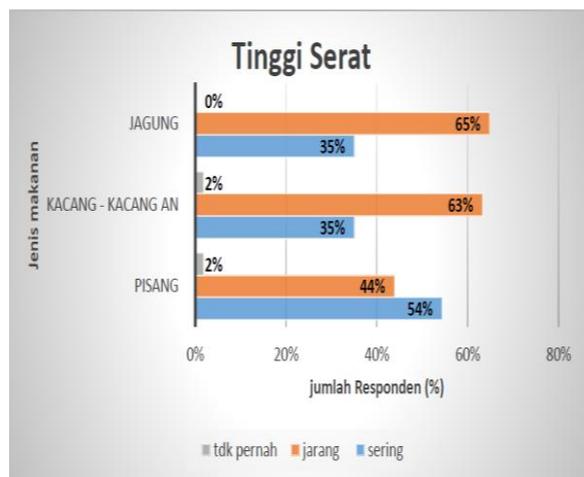
Gambar 1. Jenis makanan karbohidrat



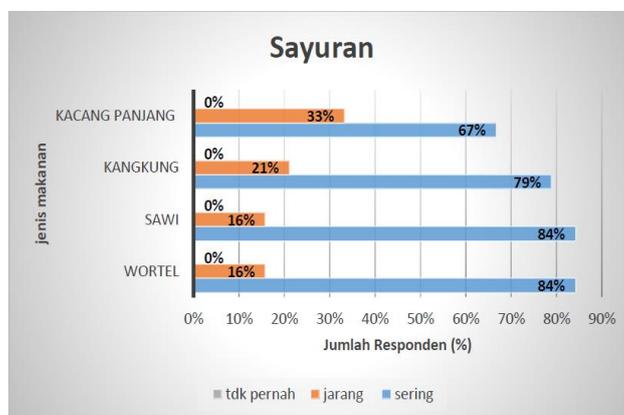
Gambar 2. Jenis makanan protein



Gambar 3. Jenis makanan berlemak



Gambar 2. Jenis makanan berserat



Gambar 5. Jenis makanan sayuran

Pelaksanaan kegiatan pengambilan data di bantu oleh pihak karang taruna untuk memberikan informasi alamat dan menginformasikan kepada wali setiap responden. Kendala saat pengisian kuosioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) yakni responden menegelah karena terlalu banyak daftar jenis makanan yang berada dalam kuosioner. Berdasarkan tabel 4.11 diatas frekuensi pemilihan makanan, dapat kita pahami bahwa responden mengonsumsi makanan sumber karbohidrat dengan kategori sangat sering dengan frekuensi tertinggi yakni nasi putih sebanyak 55 orang (96,4%), Nasi putih menjadi makanan pokok atau utama di berbagai belahan dunia serta beragam budaya selama ber abad – abad. Beras putih adalah jenis beras yang paling umum dikonsumsi di seluruh dunia karena kaya akan kandungan karbohidrat dan nutrisi penting, seperti folat dan vitamin B (Harahap, 2023)

Jenis makanan sumber protein yang dikonsumsi responden kategori sering dengan frekuensi tertinggi yakni daging ayam sebanyak 53 orang (93,0%). Umumnya responden (baik menengah atas maupun menengah bawah) memilih mengonsumsi daging ayam daripada jenis daging lain yang beredar di pasar karena menurut (Fauzi dan Wijaya, 2021). Tingkat kesadaran yang dimiliki oleh masyarakat mengenai urgensi gizi dan protein hewani kian tinggi dan harga daging ayam yang terjangkau. Menurut (Simanjuntak, 2018) produksi ayam paling besar adalah di Indonesia dan populasi peternak ayam meningkat sebanyak 3,17 miliar ekor.

Jenis makanan tinggi lemak yang dikonsumsi responden kategori sering dengan frekuensi tertinggi yakni aneka gorengan sebanyak 37 orang (64,9%). Gorengan termasuk dalam kategori makanan

yang mengandung lemak jenuh yang tinggi di balik kenikmatan rasanya. Hal tersebut dikarenakan proses penggorengan menggunakan minyak yang dipakai berulang kali sehingga mengandung lemak yang tinggi. (Fauzia, 2013). Perilaku mengonsumsi gorengan secara intens dapat mengakibatkan peningkatan kadar kolesterol dalam tubuh sehingga mengakibatkan plak dalam pembuluh darah. Kondisi tersebut mengakibatkan peningkatan tekanan darah ketika jantung berkontraksi atau peningkatan tekanan darah sistole (Madani, widada dan Sasmito, 2019)

Jenis makanan tinggi serat yang dikonsumsi responden kategori sering dengan frekuensi tertinggi yakni pisang sebanyak 31 orang (54,4%), pisang merupakan salah satu jenis buah yang menjadi unggulan di Indonesia. Pisang selalu menempati posisi pertama, baik dari segi luas lahan yang ditanami maupun hasil produksi. Menurut (Suryalita, 2019) manfaat buah pisang sangatlah banyak baik kelezatannya maupun kaya akan kandungan gizinya dan pisang juga memiliki kandungan serotonin yang sangat berperan dalam menjaga keseimbangan *mood*. Selain itu, pisang juga memiliki manfaat menjaga retina dari kerusakan cahaya akibat regenerasi retina. Sejalan dengan penelitian (Kusumajaya et al, 2019) bahwa makanan tinggi serat yang paling sering adalah pisang (66,67%) karena harganya lebih murah dan ketersediaannya di pasaran cukup tinggi karena tidak dipengaruhi musim.

Jenis sayuran yang dikonsumsi responden kategori sering dengan frekuensi tertinggi yakni wortel sebanyak 48 orang (84,2%). Wortel adalah jenis sayur yang banyak digemari oleh masyarakat karena kaya akan zat gizi menurut (Kirana, 2019) Remaja menyukai wortel karena beberapa faktor karena wortel bisa menjaga kesehatan mata dan imun tubuh, mencegah konstipasi, serta wortel bisa menjadi sebuah hidangan yang beraneka ragam. Sejalan dengan penelitian (Kusumajaya et al, 2019) bahwa jenis sayuran yang paling digemari dan sering dikonsumsi adalah wortel (38,46%) penyebabnya karena wortel memiliki rasa manis, warna yang cerah dan tekstur yang lunak jika sudah diolah

Hubungan Total Uang Saku serta Status Gizi

Korelasi antara jumlah uang saku dengan status gizi pada Remaja Karang taruna desa Manyarejo, dilakukan dengan analisis bivariat. Analisis ini menggunakan uji korelasi spearman:

Tabel 7 Hubungan Jumlah Uang saku dan Status Gizi

| Asupan Energi | Status Gizi | | | | | | | | | | | | Sig | r |
|---------------|-------------|---|-------------|-----|-----------|------|------------|-----|----------|---|-------|------|-------|-------|
| | Gizi buruk | | Gizi kurang | | Gizi baik | | Gizi Lebih | | Obesitas | | Total | | | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | |
| ≤ 10,000 | 0 | 0 | 3 | 5,3 | 3 | 5,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 10,5 | 0,009 | 0,342 |
| 10,100-30,100 | 0 | 0 | 2 | 3,5 | 37 | 64,9 | 3 | 5,3 | 0 | 0 | 42 | 73,7 | | |
| 30,100-50,000 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 10,5 | 1 | 1,8 | 0 | 0 | 7 | 12,3 | | |
| ≥50,000 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 3,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 3,5 | | |
| Total | 0 | 0 | 5 | 8,8 | 48 | 74,2 | 0 | 7.1 | 0 | 0 | 57 | 100 | | |

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 7 hasil uji statistik menggunakan uji korelasi Spearman di peroleh nilai signifikan Sig 0,009 ($P < 0,05$) sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat korelasi secara signifikan (nyata) antara jumlah uang saku dan Status Gizi. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,342 yang artinya memiliki keeratan korelasi yang cukup antara jumlah uang saku dengan status gizi.

Hal ini dikarenakan mayoritas responden mendapatkan uang saku Rp. 10.000 – 30.000 dengan uang saku tersebut responden membelikan makanan dan minuman. Meskipun pemanfaatan uang

tersebut dibelikan pangan, tetapi mayoritas responden melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga karena di Karang Taruna setiap minggu diadakan pekan sehat / olahraga dan diikuti semua anggota Karang Taruna. Sehingga status gizi responden masih dalam kategori normal. Selain itu, mayoritas responden berada dalam status gizi berkategori normal sehingga tidak mempengaruhi status gizi.

Kondisi tersebut sejalan dengan penelitian Wirakesuma pada tahun 2022 yang menyatakan bahwa terjadi korelasi antara uang saku dengan status gizi. Diperoleh nilai $p = 0,00 < 0,01$. Hal ini diperkuat dengan penelitian (Rosyidah, Andrias 2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan sejumlah uang saku dengan Status Gizi ($p = 0,000$). Penelitian ini menginformasikan bahwa besarnya uang saku yang digunakan untuk membeli makanan berkaitan dengan status gizi. Pendapatan pada anak sekolah merujuk pada besarnya uang saku. Apabila uang saku yang didapatkan semakin tinggi, maka daya beli juga semakin meningkat, termasuk dalam hal membeli makanan.

Hubungan Pemanfaatan Uang Saku dan Status Gizi

Hubungan antara Besaran Uang saku dan Pemanfaatannya pada Remaja Karang Taruna Desa Manyarejo, pada analisis bivariat. Analisis ini menggunakan uji korelasi Spearman:

Tabel 8 Hubungan Pemanfaatan Uang saku dan Status Gizi

| Pemanfaatan uang saku | Status Gizi | | | | | | | | | | Sig | r | | |
|-----------------------|-------------|---|-------------|-----|-----------|----|------------|-----|----------|---|-----|-----|-------|------|
| | Gizi buruk | | Gizi kurang | | Gizi baik | | Gizi Lebih | | Obesitas | | | | Total | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | | n | % |
| Non pangan | 0 | 0 | 0 | 0 | 13 | 23 | 1 | 1,8 | 0 | 0 | 14 | 25 | 0,339 | -129 |
| Pangan | 0 | 0 | 5 | 8,8 | 35 | 61 | 3 | 5,3 | 0 | 0 | 43 | 75 | | |
| Total | 0 | 0 | 5 | 8,8 | 48 | 84 | 4 | 7,1 | 0 | 0 | 57 | 100 | | |

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 8 hasil uji statistik menggunakan uji korelasi Spearman di peroleh nilai signifikan Sig 0,339 ($P > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi korelasi secara signifikan (nyata) antara Pemanfaatan Uang saku dan Status Gizi. Nilai koefisien korelasi sebesar -129 yang berarti memiliki hubungan yang negatif dengan keeratan hubungan sangat lemah.

Hal ini dikarenakan semakin banyak uang saku nya semakin banyak pengeluaran untuk non pangan nya, dan mayoritas responden membelikan untuk non pangan nya untuk membeli rokok dengan rata – rata pembelian Rp. 2.201, transportasi dengan rata – rata penggunaan Rp. 8.438 dan komunikasi dengan rata – rata penggunaan 1.192.

Menurut (Delahanty, J *et al.*, 2019), merokok memiliki pengaruh terhadap indeks masa tubuh. Hal tersebut karena nikotin dapat menurunkan indeks massa tubuh dengan IMT underweight lebih besar. Jumlah batang rokok yang diisap berbanding lurus dengan banyaknya kadar nikotin yang masuk ke dalam tubuh. Sebanyak 8-20 mg nikotin yang masuk ke dalam tubuh sebesar 25% masuk ke dalam darah. Masuknya nikotin ke dalam tubuh berkaitan dengan reseptornya di ganglia otonom serta otak yang menyebabkan pelepasan hormon epinefrin, norepinefrin, serotonin, dan dopamin serta meningkatkan sensitivitas leptin terhadap reseptor di nukleus arkuatus.

Hal tersebut sebagaimana hasil penelitian (Hakimi., 2021) yang menyatakan bahwa tidak terjadi korelasi antara pemanfaatan uang saku terhadap status gizi dengan ($p = 0,450$) penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pemanfaatan uang saku dengan status gizi anak di SDN

kleco II surakarta. Hal ini dikarenakan siswa tersebut tidak menghabiskan uang sakunya untuk membeli jajan namun mereka menyetor uang sakunya untuk ditabung.

Hal ini diperkuat dengan penelitian (Kurniawan., 2019) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pemanfaatan uang saku dengan status gizi remaja di SMPN di kota Malang. Siswa tersebut menggunakan uang sakunya tidak hanya membeli makanan tetapi memenuhi kebutuhan lain seperti ongkos perjalanan ke sekolah, membeli bensin, pulsa, foto copy, dan untuk ditabung.

Hubungan Jumlah Uang Saku Dan Pemanfaatannya

Hubungan antara Besaran Uang saku dan Pemanfaatannya pada Remaja Karang taruna desa Manyarejo, didasarkan pada analisis bivariat. Analisis ini menggunakan uji korelasi spearman:

Tabel 9 Hubungan Besaran uang saku dan pemanfaatannya

| Pemanfaatan uang saku | Besaran uang saku | | | | | | | | | | Sig | r |
|-----------------------|-------------------|------|---------------|------|---------------|------|---------|-----|-------|------|-------|--------|
| | ≤10.000 | | 10.100-30.000 | | 30.100-50.000 | | ≥50.000 | | total | | | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | |
| Non pangan | 1 | 1.8 | 7 | 12.3 | 13 | 22.8 | 1 | 1.8 | 14 | 24.6 | 0.007 | -0.356 |
| Pangan | 5 | 8.8 | 35 | 61.4 | 35 | 61.4 | 3 | 5.3 | 43 | 75.4 | | |
| Total | 6 | 10.5 | 42 | 73.7 | | | 3.5 | | 57 | 100 | | |

Sumber : Data Primer (2024), uji korelasi (spearman rank), $P < 0.05$

Berdasarkan tabel 9 hasil uji statistik menggunakan uji korelasi Spearman di peroleh nilai signifikan Sig 0,007 ($P < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan (nyata) antara jumlah uang saku dan pemanfaatan uang saku. Nilai koefisien korelasi sebesar - 0,356 yang artinya memiliki hubungan yang negatif dengan keeratan hubungan yang cukup antara jumlah uang saku dengan pemanfaatan uang saku.

Hal ini dikarenakan mayoritas responden memanfaatkan uang sakunya dengan membeli makan dan minum. Meskipun pemanfaatan uang tersebut dibelikan pangan, tetapi mayoritas responden membeli non pangan seperti membeli pulsa, bensin dan rokok Sehingga semakin banyak uang sakunya penggunaan untuk non pangan semakin banyak.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Hidayat,2023) yang menyatakan adanya hubungan antara uang saku terhadap perilaku konsumsi siswa ($p= 0,000$) penelitian ini menyatakan bahwa perilaku konsumsi siswa beraneka ragam seperti membeli makan, minuman, membeli kuota internet, pulsa, bensin dan nongkrong.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Nakhly, 2021) yang menyatakan adanya hubungan pemberian anantara uang saku terhadap perilaku konsumsi ($p=0,495$) penelitian ini menyatakan bahwa perilaku konsumsi remaja beraneka ragam seperti kuota internet, make up, tas, bensin, dll selain makan dan minum.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terkait gambaran pemanfaatan uang saku dengan status gizi Remaja, dapat disimpulkan bahwa besaran Uang saku Remaja dari pemberian orang tua dan Pendapatan lainnya. Adapun rata – rata uang saku yang diberikan orang tua setiap harinya berkisar Rp. 22.018. Dari 57 Responden (9%) mendapatkan pendapatan lainnya dengan cara bekerja dan (91%) tidak mendapatkan pendapatan lainnya. 30 responden atau (52,6%) remaja karang taruna bisa menyetor uang sakunya dan 27 responden atau (47,4%) menggunakan uang sakunya dengan maksimal. Pemanfaatan uang saku remaja dilihat berdasarkan rata – rata untuk membeli makanan dengan rata –

rata Rp. 11.158, pembelian minuman Rp. 5.473, pembelian rokok Rp. 2.201, penggunaan untuk transportasi Rp. 8.438 dan penggunaan untuk komunikasi Rp. 1.192. Jenis pemilihan makanan dengan frekuensi tertinggi yang sering dikonsumsi responden pada golongan sumber karbohidrat yakni nasi putih sebanyak 55 responden (96,4%), makanan golongan sumber protein yakni daging ayam sebanyak 53 responden (93,0%), makanan golongan tinggi serat yakni pisang sebanyak 31 responden (54,4%), jenis pemilihan makanan golongan sayuran yakni wortel sebanyak 48 responden (84,2%). Secara keseluruhan terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah uang saku dan status gizi dan Tidak Terdapat hubungan yang signifikan antara pemanfaatan uang saku dan status gizi

Kepustakaan

- Azrimaidaliza, A., & Purnakarya, I. (2011). Analisis pemilihan makanan pada remaja di Kota Padang, Sumatera Barat. *Kesmas*, 6(1), 3.
- Cahyaning, R. C. D., Supriyadi, S., & Kurniawan, A. (2019). Hubungan pola konsumsi, aktivitas fisik dan jumlah uang saku dengan status gizi pada siswa smp negeri di Kota Malang tahun 2019. *Sport Science and Health*, 1(1), 22-27.
- Fauziah, S. S., & Najamuddin, U. (2013). Analisis Kadar Asam Lemak Bebas Dalam Gorengan Dan Minyak Bekas Hasil Penggorengan Makanan Jajanan Di Workshop Unhas. *FKM Unhas*, 1-9.
- Hakimi, A. N. Q. Hubungan Uang Saku Dan Pola Konsumsi Makanan Terhadap Status Gizi Siswa Smpn 16 Semarang Skripsi.
- Hidayat, R. N. (2023). Pengaruh uang saku terhadap perilaku konsumtif pada siswa. *Journal of Business Education and Social*, 4(1), 57-64.
- Rosyidah, Z., & Andrias, D. R. (2015). Jumlah uang saku dan kebiasaan melewatkan sarapan berhubungan dengan status gizi lebih anak sekolah dasar. *Media Gizi Indonesia*, 10(1), 1-6.
- Purnama Sari, N. (2019). Pengaruh Uang Saku Terhadap Pola Konsumsi Mahasiswa Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Islam lain Bengkulu (Doctoral dissertation, IAIN BENGKULU).
- Simanjuntak, M. C. (2018). Analisis usaha ternak ayam broiler di peternakan ayam selama satu kali masa produksi. *Jurnal Fapertanak*, 3(1), 60-81.
- Suryalita, S. (2019). Review beraneka ragam jenis pisang dan manfaatnya. In *Prosiding Seminar Nasional Biologi* (Vol. 5, No. 1).
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan remaja awal, menengah dan implikasinya terhadap pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3).
- Wahyuti, S., Nasrun, A., & Zannati, S. L. (2023). Edukasi Pentingnya Budaya Menabung Sejak Dini Untuk Bekal Masa Depan. *Jurnal Dharmagama: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 16-19.
- Wulandari, R., & Netrawati, N. (2020). Analisis tingkat kecanduan media sosial pada remaja. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 5(2), 41-46.