

Hubungan antara Pengetahuan Gizi dan Uang Saku dengan Sikap dalam Memilih Makanan oleh Siswa SMA Islam PB Soedirman Selama Masa Pandemi Covid-19

Syahla Alvira Rahma

Program Studi Gizi, STIKes Mitra Keluarga; syahlaalvira@gmail.com (koresponden)

Noerfitri

Program Studi Gizi, STIKes Mitra Keluarga; noerfitri@stikesmitrakeluarga.ac.id

ABSTRACT

During this pandemic, it is important for students to maintain a balanced nutritional diet based on knowledge and attitudes about nutrition to improve a good immune system so that it can be protected from the transmission of Covid-19. This study aims to find out the relationship of nutrition knowledge and pocket money to attitudes in choosing the food of Pb Soedirman Islamic High School students during the Covid-19 pandemic. Research design was observational research with cross-sectional design. The subject of the study was a grade X student of SMA Islam PB Sudirman who is still active and uses consecutive sampling method. The data was collected using a google form questionnaire analyzed using chi-Square statistical tests. The results of the analysis showed p-value of nutritional knowledge with nutritional attitude was 0.046 with OR 2.903 (95% CI = 0.987 – 8.537) and p-value of pocket money with nutritional attitude was 0.014 with OR 2.884 (95% CI = 1.224-6.796). The conclusion of this study was there is relationship between nutritional knowledge and pocket money with attitudes in choosing the food of PB Soedirman Islamic High School students during the Covid-19 pandemic.

Keywords: nutrition knowledge; attitude in choosing foods; pocket money

ABSTRAK

Pada masa pandemi ini, penting bagi siswa untuk menjaga pola makan gizi seimbang yang didasari oleh pengetahuan dan sikap tentang gizi untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh yang baik sehingga dapat terlindung dari penularan Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan uang saku terhadap sikap dalam memilih makanan siswa SMA Islam PB Soedirman selama masa pandemi Covid-19. Desain penelitian merupakan penelitian observasional dengan rancangan *cross-sectional*. Subyek penelitian adalah siswa kelas X SMA Islam PB Soedirman yang masih aktif dan menggunakan metode *consecutive sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner *google form* dianalisis menggunakan uji statistik *chi-Square*. Hasil analisis menunjukkan p-value variabel pengetahuan gizi dengan sikap gizi yaitu 0,046 dengan OR 2,903 (95% CI = 0,987 – 8,537) dan p-value variabel uang saku dengan sikap gizi yaitu 0,014 dengan OR 2,884 (95% CI = 1,224-6,796). Kesimpulan dari penelitian ini terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan uang saku dengan sikap dalam memilih makanan siswa SMA Islam PB Soedirman selama masa pandemi Covid-19.

Kata kunci: pengetahuan gizi; sikap dalam memilih makanan; uang saku

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pada saat ini Indonesia sedang berada pada masa pandemi *Corona Virus Disease* 2019 (Covid-19) sehingga Pemerintah Indonesia mengambil kebijakan untuk melaksanakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dengan pembatasan kegiatan meliputi peliburan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, dan/atau pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum. Berdasarkan pada aturan tersebut maka sekolah mengeluarkan surat edaran terkait dengan pemberlakuan pembelajaran jarak jauh/daring dari rumah masing-masing siswa menggunakan media *online* untuk memutus rantai penyebaran Covid-19 dan menjaga kesehatan siswa agar tetap optimal serta terhindar dari penularan Covid-19. Oleh sebab itu selama masa pandemi ini, penting bagi siswa untuk menjaga pola makan gizi seimbang yang didasari oleh pengetahuan dan sikap tentang gizi untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh yang baik sehingga dapat terlindung dari penularan Covid-19.⁽¹⁾

Sikap merupakan salah satu komponen penting yang mempengaruhi perilaku remaja dalam pemilihan makanan. Pengetahuan gizi merupakan kecerdasan anak dalam memilih makanan baik yang kaya akan zat gizi maupun yang sehat.⁽²⁾ Pengetahuan gizi anak dan remaja juga berperan dalam pemilihan makanan dan kebiasaan makanan, apabila buruk akan berdampak pada status gizi dan menghambat pertumbuhan.⁽³⁾

Uang saku merupakan faktor pendukung remaja dalam memilih makanan selain faktor pengetahuan gizi. Siswa yang mengalami obesitas memiliki uang saku lebih banyak daripada siswa normal. Ma, Lung (2020) menemukan bahwa uang saku adalah faktor risiko obesitas pada masa kanak-kanak.⁽⁴⁾ Ada hubungan respon dosis positif antara uang saku dan BMI dan risiko kelebihan berat badan dan obesitas. Anak-anak yang menerima uang

saku setiap minggu cenderung mengkonsumsi makanan yang tidak sehat dan sehat sehingga menjadi kelebihan berat badan atau obesitas. Besarnya uang saku berkaitan erat dengan pemilihan jenis makanan yang dikonsumsi.⁽⁵⁾ Semakin besar uang saku maka konsumsi makanan juga meningkat.⁽⁶⁾

Ma, Lung (2020) menemukan bahwa uang saku secara positif dikaitkan dengan frekuensi makanan tidak sehat yang dikonsumsi seperti makanan cepat saji.⁽⁴⁾ Temuan ini mirip dengan studi sebelumnya dari negara lain (seperti Korea dan Vietnam) yang menyatakan bahwa menerima lebih banyak uang saku berarti anak-anak memiliki kekuatan pengeluaran yang lebih bebas dan dapat memilih makanan yang mereka sukai.⁽⁷⁾ Anak-anak cenderung lebih suka kesenangan dan konsumsi jangka pendek dan mungkin dipengaruhi oleh informasi yang salah di lingkungan sosial mereka, melalui iklan di media massa, dan sebagainya sehingga mereka lebih cenderung memilih makanan yang tidak sehat seperti makanan ringan dengan berbagai rasa dan asupan energi yang lebih tinggi.⁽⁷⁻¹⁰⁾

Temuan ini menunjukkan bahwa penting untuk mendidik anak-anak tentang pengetahuan gizi dan perilaku makan sehat, dan membantu mereka memilih makanan sehat untuk dimakan. Uang saku anak-anak memiliki efek kesehatan dan perilaku yang menguntungkan dan tidak menguntungkan, sehingga untuk mengurangi dampak negatif uang saku pada perilaku makan anak-anak dan status berat badan dan membantu uang ini memainkan peran positifnya, penting untuk menumbuhkan konsep konsumsi anak-anak yang benar dan membantu mereka mengembangkan perilaku konsumsi yang sehat.⁽⁴⁾ Peneliti ingin meneliti hubungan pengetahuan gizi dan uang saku terhadap sikap dalam memilih makanan siswa SMA Islam PB Soedirman selama masa pandemi Covid-19.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* untuk melihat hubungan pengetahuan gizi dan uang saku terhadap sikap siswa dalam memilih makanan. Waktu penelitian dilakukan pada bulan September 2020 - Februari 2021. Populasi dari penelitian ini adalah siswa SMA yang berusia 14-19 tahun sebanyak 116 responden. Populasi pada penelitian ini seluruh siswa SMA Islam PB Soedirman dan sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 110 siswa kelas X SMA Islam PB Soedirman dengan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *consecutive sampling*.

Data variabel independen di antaranya adalah pengetahuan gizi dan uang saku, serta variabel dependen yaitu sikap dalam memilih makanan yang diambil secara bersamaan. Penelitian dilakukan secara daring menggunakan kuesioner *google form* dan lokasi penelitian dilakukan di SMA Islam PB Soedirman. Metode analisis yang digunakan yaitu uji *Chi-Square* untuk melihat perbedaan proporsi sikap dalam memilih makanan antar kelompok pengetahuan gizi (pengetahuan gizi kurang dan pengetahuan gizi baik) dan antar kelompok uang saku (uang saku tinggi dan uang saku rendah).

HASIL

Tabel 1. Distribusi karakteristik siswa di SMA Islam PB Soedirman tahun 2021

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur		
• 14 tahun	3	2,7
• 15 tahun	95	86,4
• 16 tahun	9	8,2
• 17 tahun	3	2,7
Jenis kelamin		
• Perempuan	70	63,6
• Laki - laki	40	36,4
Pengetahuan gizi		
• Kurang	17	15,5
• Baik	93	84,5
Uang saku		
• Tinggi	31	28,2
• Rendah	79	71,8
Sikap dalam memilih makanan		
• Negatif	47	42,7
• Positif	63	57,3

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa umur rata-rata responden adalah 15 tahun yaitu 86,4%. Jenis kelamin responden perempuan yaitu 63,6% dan laki-laki 36,4%. Pengetahuan gizi dengan kategori baik yaitu

84,5% dan kategori kurang 15,5%. Uang saku dengan kategori rendah yaitu 71,8% dan kategori tinggi 28,2%. Sikap dalam memilih makanan dengan kategori positif yaitu 57,3% dan kategori negatif 42,7%.

Tabel 2. Hubungan pengetahuan gizi dengan sikap dalam memilih makanan siswa SMA Islam PB Soedirman

Pengetahuan gizi	Sikap dalam memilih makanan				Total		OR (95% CI)	p-value
	Negatif		Positif		n	%		
	f	%	f	%				
Kurang	11	64,7	6	35,3	17	100	2,903 (0,987 – 8,537)	0,046
Baik	36	38,7	57	61,3	93	100		
Total	47	42,7	63	57,3	110	100		

Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan sikap dalam memilih makanan dengan *p-value* 0,046 dimana terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan sikap dalam memilih makanan siswa SMA Islam PB Soedirman selama masa Pandemi Covid-19. Dari hasil analisis didapatkan nilai OR = 2,903 (95% CI = 0,987 – 8,537), jadi remaja dengan pengetahuan kurang memiliki odds sebesar 2,903 untuk memiliki sikap negatif dalam memilih makanan dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan baik. Dapat dilihat bahwa remaja yang berpengetahuan kurang memiliki sikap negatif dalam memilih makanan sebanyak 64,7%, sedangkan remaja yang berpengetahuan baik memiliki sikap negative dalam memilih makanan sebanyak 38,7%.

Tabel 3. Hubungan uang saku dengan sikap dalam memilih makanan

Uang saku	Sikap dalam memilih makanan				Total		OR (95% CI)	p-value
	Negatif		Positif		n	%		
	f	%	f	%				
Tinggi	19	61,3	12	38,7	31	100	2,884 (1,224 – 6,796)	0,014
Rendah	28	35,4	51	64,6	79	100		
Total	47	42,7	63	57,3	110	100		

Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara uang saku dengan sikap dalam memilih makanan dengan *p-value* 0,014 dimana terdapat hubungan antara uang saku dengan sikap dalam memilih makanan siswa SMA Islam PB Soedirman selama masa Pandemi Covid-19. Dari hasil analisis didapatkan nilai OR = 2,884 (95% CI = 1,224 – 6,796), jadi remaja dengan uang saku tinggi mempunyai odds 2,88 kali memiliki sikap negatif dalam memilih makanan dibandingkan dengan remaja dengan uang saku rendah. Dapat dilihat remaja yang memiliki uang saku tinggi memiliki sikap negatif dalam memilih makanan sebanyak 61,3%, sedangkan remaja yang memiliki uang saku yang rendah memiliki sikap negatif dalam memilih makanan sebanyak 35,4%.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan sikap dalam memilih makanan. Menurut Salsabilla (2017) semakin tinggi pengetahuan gizi maka semakin tinggi pula sikap mengkonsumsi makanan sehat, sebaliknya semakin rendah pengetahuan gizi maka semakin rendah pula sikap mengkonsumsi makanan sehat. Hal ini terjadi karena siswa telah memiliki pemahaman yang benar tentang manfaat zat gizi untuk kesehatan tubuh, sehingga mendorong sikap siswa menjadi lebih selektif dalam memilih makanan.⁽¹¹⁾

Menurut penelitian Kanah (2020) pola hubungan antara pengetahuan dengan status gizi menginterpretasikan bahwa semakin rendah pengetahuan tentang gizi akan semakin besar peluang seseorang untuk memiliki status gizi kurus. Sikap pada seseorang akan muncul diawali adanya pengetahuan yang menurut persepsi baik atau tidak baik, persepsi ini kemudian mengakar dalam dirinya hingga orang tersebut akan bersikap sesuai dengan pengetahuannya. Hal ini dapat menunjukkan bahwa sikap terbentuk dari komponen pengetahuan dan hal ini akan berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam memilih makanan seimbang.⁽¹²⁾

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Rima, dkk (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan sikap dan perilaku gizi seimbang. Karena disebabkan tingkat pengetahuan seseorang mengenai pentingnya kandungan gizi dan manfaatnya bagi kesehatan akan merubah perilaku maupun sikap suatu individu itu sendiri. Seorang individu yang memiliki pengetahuan yang baik akan memiliki perilaku dan sikap dalam memilih makanan yang baik pula.⁽¹³⁾

Selain itu sikap dalam memilih makanan dapat mengalami perubahan menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan.⁽¹⁴⁾ Seperti saat ini Indonesia sedang berada pada masa pandemi *Corona Virus Disease 2019* (Covid-

19), diperlukan pengetahuan gizi serta sikap yang baik mengenai pola konsumsi gizi seimbang seperti mencukupi asupan sayur dan buah, mengonsumsi makanan bergizi seimbang sesuai isi piringku, serta memastikan lauk yang dimasak matang dengan baik.

Penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara uang saku dengan sikap dalam memilih makanan. Menurut Rosyidah (2015) semakin tinggi jumlah uang saku yang didapatkan, semakin tinggi daya beli dalam membeli makanan khususnya jajanan.⁽¹⁵⁾ Umumnya, semakin besar uang saku anak sekolah, maka akan semakin besar kemampuan membeli makanan dan mendorong konsumsi berlebih. Jumlah uang saku yang lebih besar membuat anak sekolah sering mengonsumsi makanan yang mereka sukai tanpa menghiraukan kandungan gizinya. Mereka memiliki kebebasan untuk memilih sendiri makanannya dan cenderung membeli makanan yang menarik tanpa memperhatikan apakah makanan tersebut bergizi seimbang atau tidak. Pemilihan makanan yang salah pada akhirnya dapat memengaruhi status gizi. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Suci (2009) di Jakarta menunjukkan bahwa uang saku anak berkisar antara Rp 1000,00 – Rp 5000,00 sebesar 81,5%, sebanyak 13,3% anak mendapat uang saku Rp 5500,00 – Rp 10.000,00, 2% mendapat uang saku Rp 11.000,00 – Rp 20.000,00 dan 1,8% anak mendapat uang saku >Rp 21.000,00. Hal ini menunjukkan potensi daya beli anak yang cukup tinggi sehingga sikap dalam pemilihan makanan mereka menjadi kurang baik.⁽¹⁶⁾

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan gizi dan uang saku terhadap sikap dalam memilih makanan siswa SMA Islam PB Soedirman selama masa pandemi Covid-19, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan sikap dalam memilih makanan dan terdapat hubungan yang bermakna antara uang saku dengan sikap dalam memilih makanan siswa SMA Islam PB Soedirman selama masa pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

1. Selaindoong SJ, Amisi MD, Kalesaran AFC. Mahasiswa Semester Iv Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. KESMAS. 2020;
2. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (edisi revisi 2012). Jakarta: rineka cipta. 2012.
3. Khomsan A, Anwar F, Mudjajanto ES. Pengetahuan, Sikap, dan Praktek Gizi Ibu Peserta Posyandu. J Gizi dan Pangan. 2009;
4. Ma L, Fang Z, Gao L, Zhao Y, Xue H, Li K, et al. A 3-year longitudinal study of pocket money, eating behavior, weight status: The childhood obesity study in china mega-cities. Int J Environ Res Public Health. 2020;17(23):1–13.
5. Aini SN. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di Perkotaan. Unnes J Public Heal. 2013;2(1).
6. Kurniawan MWW, Widyaningsih TD. Hubungan Pola Konsumsi Pangan dan Besaran Uang Saku Mahasiswa Manajemen Bisnis dengan Mahasiswa Jurusan Teknologi Hasil Pertanian Universitas Brawijaya Terhadap Status Gizi. J Pangan dan Agroindustri. 2017;
7. Jung SH, Tsakos G, Sheiham A, Ryu JI, Watt RG. Socio-economic status and oral health-related behaviours in Korean adolescents. Soc Sci Med. 2010 Jun 1;70(11):1780–8.
8. Jensen JD, Bere E, De Bourdeaudhuij I, Jan N, Maes L, Manios Y, et al. Micro-level economic factors and incentives in Children’s energy balance related behaviours - findings from the ENERGY European cross-section questionnaire survey. Int J Behav Nutr Phys Act. 2012;9:1–12.
9. Punitha VC, Amudhan A, Sivaprakasam P, Rathnaprabhu V. Pocket money: Influence on body mass index and dental caries among urban adolescents. J Clin Diagnostic Res. 2014;8(12):JC10–2.
10. Fleeon W, Jayawickreme E, Jones ABAP, Brown NA, Serfass DG, Sherman RA, et al. Pola Pemanfaatan Uang Saku Mahasiswa Departemen Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin Pattern. J Pers Soc Psychol. 2017;
11. Salsabilla S. No Title. J Pendidik Teknol dan Kejuru. 2017;
12. Kanah P. Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. Med Technol Public Heal J. 2020;4(2):203–11.
13. Nurdzulqaidah R, Kedokteran Universitas Islam Bandung F, Hariang Banga No J, Barat J, Pradananta K. Korespondensi: Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Perilaku Gizi Seimbang Mahasiswa Tingkat 4 Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. 2019;(2):14–22.
14. S N. Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar. In: Rineka Cipta. 2003.
15. Rosyidah Z, Ririn Andrias D, Gizi Kesehatan Fakultas Kesehatan D. Jumlah Uang Saku Dan Kebiasaan Melewatkan Sarapan Berhubungan Dengan Status Gizi Lebih Anak Sekolah Dasar. 2013;1–6.
16. Suci EST. Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta. Psikobuana. 2009;