

Manuskrip

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN MAKANAN SERTA PENDAPATAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA REMAJA DI SMAN 19 MAKASSAR

*The Relationship between Nutrition Knowledge and Food Intake as well as
Parents Income with Incidence of Overweight in Adolescents
at SMAN 19 Makassar*

Uswatun Hasana¹, Chaerunnimah², Nursalim³, Hikmawati Mas'ud⁴

¹Prodi Gizi dan Dietetika Poltekkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Makassar

uswatunhasana@poltekkes-mks.ac.id

HP : 0887435525908

ABSTRACT

Overweight in Indonesia is still relatively high. One of the factors that can cause overweight is a lack of knowledge about balanced nutrition, excessive food intake and high parental income in urban areas. This study aims to determine the relationship between knowledge and food intake and parental income with the incidence of overweight.

This study uses a Cross Sectional design. The sample in this study is 31 people who were selected using the total sampling technique. Variable data collection uses a questionnaire. Food intake data is collected through a 2x24 hour recall. Height and weight measurements are used to find out BMI. The Chi-Square test is used to analyze the relationship between variables.

The results showed that there was a significant relationship in knowledge with the occurrence of more nutrition marked by a value of $p = 0.028 < \alpha$ (0.05). Energy intake with the occurrence of more nutrition has a significant relationship with the value of $p = 0.009 < \alpha$ (0.05). Protein intake with the occurrence of more nutrition has no significant relationship with the value of $p = 0.288 > \alpha$ (0.05). Fat intake and the occurrence of overweight had a significant relationship with the value of $p = 0.006 < \alpha$ (0.05). Carbohydrate intake with the occurrence of more nutrition had no significant relationship was marked

by the value of $p = 0.588 > \text{the value of } \alpha (0.05)$. There was a significant relationship between parental income and the incidence of overweight marked by a value of $p = 0.031 < \text{a value of } \alpha (0.05)$.

It is recommended for researchers to conduct further research by adding other variables such as physical activity and screen time.

Keywords : Intake, Knowledge, Overweight

ABSTRAK

Gizi lebih di Indonesia masih tergolong tinggi. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya gizi lebih yaitu pengetahuan yang kurang mengenai gizi seimbang, asupan makanan yang berlebih dan pendapatan orang tua di daerah perkotaan yang cenderung tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan asupan makanan serta pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih.

Penelitian ini menggunakan desain *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 31 orang yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data variabel menggunakan kuesioner. Data asupan makanan dikumpulkan melalui recall 2x24 Jam. Pengukuran tinggi badan dan berat badan digunakan untuk mengetahui IMT. Uji *Chi-Square* digunakan untuk menganalisis hubungan antar variabel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada pengetahuan dengan kejadian gizi lebih ditandai dengan nilai $p = 0,028 < \text{nilai } \alpha (0,05)$. Asupan energi dengan kejadian gizi lebih terdapat hubungan yang signifikan ditandai dengan nilai $p = 0,009 < \text{nilai } \alpha (0,05)$. Asupan protein dengan kejadian gizi lebih tidak terdapat hubungan yang signifikan ditandai dengan nilai $p = 0,288 > \text{nilai } \alpha (0,05)$. Asupan lemak dengan kejadian gizi lebih terdapat hubungan yang signifikan ditandai dengan nilai $p = 0,006 < \text{nilai } \alpha (0,05)$. Asupan karbohidrat dengan kejadian gizi lebih tidak terdapat hubungan yang signifikan ditandai dengan nilai $p = 0,588 > \text{nilai } \alpha (0,05)$. Pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih terdapat hubungan yang signifikan ditandai dengan nilai $p = 0,031 < \text{nilai } \alpha (0,05)$.

Disarankan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel lain seperti aktivitas fisik dan *screen time*.

Kata kunci : Asupan, Pengetahuan, Gizi Lebih

PENDAHULUAN

Gizi lebih terus meningkat di semua kelompok umur. Data RISKESDAS menunjukkan peningkatan tajam pada prevalensi dalam beberapa tahun terakhir, terutama di kalangan orang dewasa (dari 28,9 persen pada 2013, menjadi 35,4 persen pada 2018). Wanita dewasa terpengaruh secara tidak proporsional pada 2018, 44,4 persen wanita hidup dengan gizi lebih (dibandingkan dengan 26,6 persen pria).

Belum lama ini, gizi lebih dianggap sebagai masalah yang hanya dihadapi negara-negara berpenghasilan tinggi, atau segmen penduduk berpenghasilan tinggi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (LMIC), di mana kasus kekurangan gizi hanya terdapat pada LMIC dan pada penduduk berpendapatan rendah. Hal ini membuat masalah kekurangan gizi dan kelebihan berat badan telah lama dianggap sebagai tantangan yang terpisah karena dianggap disebabkan oleh faktor yang berbeda dan mempengaruhi individu yang berbeda pula. Namun, dalam beberapa dekade terakhir, masalah gizi lebih tumbuh paling pesat di negara-negara LMIC, terutama pada negara-negara yang memiliki tingkat PDB per kapita terendah, dan di kalangan rumah tangga berpenghasilan rendah (Popkin, Corvalan dan Grummer-Strawn, 2020). Akibatnya, kondisi ini sekarang tersebar luas di seluruh dunia dan di seluruh kelompok usia dan pendapatan. Perkiraan global dari WHO menunjukkan bahwa pada tahun 2016, 39% orang dewasa mengalami gizi lebih dan 13 persen orang dewasa mengalami obesitas (WHO, 2018).

Data survei Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2010 dan 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2010, 2018) menunjukkan bahwa prevalensi gizi lebih dan obesitas telah meningkat secara signifikan di sebagian besar kelompok usia dari 9,2 persen menjadi 20 persen di antara anak-anak berusia 5-12 tahun, dari 1,9 persen menjadi 14,8 persen di antara remaja berusia 13 hingga 18 tahun, dan dari 21,7 persen menjadi 35,4 persen di antara orang dewasa di atas 18 tahun. Selaras dengan tren global (Kanter dan Caballero, 2012), prevalensi gizi lebih dan obesitas secara keseluruhan lebih tinggi pada wanita daripada pria Indonesia, dengan 15,9 persen remaja putri (dibandingkan dengan 11,3 persen remaja laki-laki) dan 44,4 persen wanita (dibandingkan dengan 26,6 pria dewasa) mengalami gizi lebih dan obesitas.

Prevalensi gizi lebih Provinsi Sulawesi Selatan berdasarkan umur (13-15) tahun (6,3% BB lebih dan 2,6% obese), terutama di Kota Makassar sebanyak 7,3% BB lebih dan 7,4 obese. Angka gizi lebih umum masih lebih rendah dibanding angka nasional yang mencapai 19,1% (8,8% BB lebih dan 10,3% obese). Seluruh kabupaten di Kota Makassar memiliki prevalensi gizi lebih umum di bawah angka nasional, sedangkan prevalensi gizi lebih umum berdasarkan jenis kelamin (11,5%) yaitu pada laki-laki lebih rendah dari pada perempuan masing-masing yaitu 15,7% dan 18,4% (Kemenkes, 2013).

Berdasarkan data SSGI 2022, pada anak usia 5-12 yaitu 10,8% gizi lebih dan 9,2% obesitas. Indonesia mengalami *double burden of*

malnutrition. Satu sisi mempunyai masalah kekurangan gizi dan stunting, sisi lainnya mempunyai angka obesitas dan gizi lebih yang tinggi. Keduanya terus dilakukan berbagai upaya pencegahan sehingga angka stunting turun dan angka obesitas serta gizi lebih kita dapat turunkan hingga 3% pada tahun 2030.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Hermawati dkk pada tahun 2019 tentang hubungan gaya hidup dengan gizi lebih dan obesitas pada remaja putri di SMA Negeri 11 Makassar menyatakan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik, konsumsi *fastfood*, menonton TV, dan penggunaan *gadget* dengan status berat badan pada remaja putri dan aktivitas fisik merupakan variabel yang paling berpengaruh dengan status berat badan pada remaja putri di SMA Negeri 11 Makassar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rosida dkk tentang analisis faktor dengan gizi lebih pada siswa SMA Katolik Rajawali Makassar dari 80 siswa yang diteliti berdasarkan *food recall* 24 jam terdapat porsi makan risiko tinggi dengan status gizi gizi lebih sebanyak 84,1%, frekuensi makan risiko tinggi dengan status gizi gizi lebih sebanyak 95,2%, dan variasi makan risiko tinggi dengan status gizi lebih sebanyak 87,8%. Porsi makan ada hubungan dengan kejadian gizi lebih, frekuensi makan ada hubungan dengan kejadian gizi lebih dan variasi makan ada hubungan dengan kejadian gizi lebih.

SMA Negeri 19 Makassar merupakan salah satu sekolah unggulan yang memiliki siswa siswi berprestasi. SMAN 19 Makassar juga terkenal

dengan siswa siswi yang aktif, sehingga berpeluang untuk makan di luar rumah dan mengonsumsi makanan siap saji / *fastfood* termasuk gaya hidup yang serba instan.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan gizi dan asupan makanan serta pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar.

METODE

Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan menggunakan desain penelitian *Cross Sectional* yang dimana penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi dan asupan makanan serta pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar. Penelitian ini berlokasi di SMAN 19 Makassar, Manggala, Kecamatan Manggala, Provinsi Sulawesi Selatan. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Februari 2024 – Januari 2025.

Jumlah dan Cara Pengumpulan Data

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengalami gizi lebih di SMAN 19 Makassar yang berjumlah 31 orang. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *totaly sampling* yaitu pengambilan sampel dimana semua anggota populasi menjadi sampel, dalam hal ini peneliti mengambil sampel sebanyak 31 orang.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer yang dikumpulkan adalah yang pertama data pengetahuan, untuk pengukuran pengetahuan yang dilakukan ialah melalui penebaran kuesioner pada sampel yang terpilih kedua data konsumsi makanan, untuk pengukuran konsumsi makanan dalam hal *food recall* 24 jam, responden mengisi makanan dan minuman yang di konsumsi selama 2x24 jam disertai dengan jenis dan jumlahnya dalam bentuk ukuran rumah tangga yang kemudian di konversi ke dalam satuan gram, ketiga pendapatan orang tua, untuk pengukuran pendapatan orang tua yang dilakukan ialah melalui penebaran keusioner pada sampel yang terpilih dan yang terakhir data status gizi remaja di peroleh melalui metode antropometri, yaitu mengukur berat badan responden dengan menggunakan timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg dan mengukur tinggi badan dengan menggunakan mikrotoise dengan ketelitian 0,1 cm.

Pengolahan dan Analisis Data

Teknik yang digunakan dalam penyajian data penelitian ini yaitu pemeriksaan data (*editing*) yang bertujuan untuk memastikan bahwa sebelum data pengetahuan gizi siswa, asupan makanan dan pendapatan orang tua diolah, data tersebut telah diorganisir dan dijelaskan secara baik, selanjutnya pemeriksaan kode (*coding*), pemeriksaan kode pada atribut variabel pengetahuan siswa, asupan makanan dan pendapatan orang tua dilakukan selama proses tabulasi dan analisis data penelitian dan yang

terakhir tabulasi (*tabulation*) kegiatan ini dilakukan dengan cara memasukkan data yang diperoleh ke dalam tabel sesuai dengan variabel pengetahuan gizi siswa, asupan makanan dan pendapatan orang tua untuk mempermudah analisis data.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), dengan menggunakan analisis univariat, metode univariat untuk mengidentifikasi karakteristik sampel dan responden. Kemudian melakukan uji bivariat yaitu uji *Pearson Chi Square* dengan tingkat kepercayaan sebesar 95% dan nilai α 0,05 untuk mengetahui hubungan pengetahuan, asupan makanan dan pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada remaja.

HASIL

Penelitian ini diketahui bahwa siswa yang mengalami gizi lebih sebanyak 23 orang (74,2%). Siswa yang mengalami obesitas sebanyak 8 orang (25,8%). Hasil uji analisis menunjukkan bahwa jumlah siswa yang mengalami gizi lebih berdasarkan tingkat pengetahuan yang terbanyak masuk dalam kategori kurang. Sebaliknya siswa yang mengalami obesitas pada tingkat pengetahuan yang terbanyak masuk dalam kategori baik. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,028$ artinya terdapat hubungan pengetahuan dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar.

Hasil uji analisis menunjukkan bahwa jumlah siswa yang mengalami gizi lebih berdasarkan tingkat asupan energi yang terbanyak masuk dalam kategori baik. Sebaliknya siswa yang mengalami obesitas pada tingkat asupan energi yang terbanyak masuk dalam kategori lebih. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,009$ artinya terdapat hubungan asupan energi dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar. Hasil uji analisis menunjukkan bahwa jumlah siswa yang mengalami gizi lebih dan obesitas berdasarkan tingkat asupan protein yang terbanyak masuk dalam kategori lebih. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,288$ artinya tidak terdapat hubungan asupan protein dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar. Hasil uji analisis menunjukkan bahwa jumlah siswa yang mengalami gizi lebih berdasarkan tingkat asupan lemak yang terbanyak masuk dalam kategori lebih. Sebaliknya siswa yang mengalami obesitas pada tingkat asupan lemak yang terbanyak masuk dalam kategori baik. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,006$ artinya terdapat hubungan asupan lemak dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar. Hasil uji analisis menunjukkan bahwa jumlah siswa yang mengalami gizi lebih dan obesitas berdasarkan tingkat asupan karbohidrat yang terbanyak masuk dalam kategori lebih. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,588$ artinya tidak terdapat hubungan asupan karbohidrat dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar.

Hasil uji analisis menunjukkan bahwa jumlah siswa yang mengalami gizi lebih berdasarkan tingkat pendapatan orang tua yang terbanyak masuk dalam kategori cukup. Sebaliknya siswa yang mengalami obesitas pada tingkat pendapatan orang tua yang terbanyak masuk dalam kategori kurang.

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,031$ artinya terdapat hubungan pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja

Hasil analisis data mengenai hubungan pengetahuan dengan kejadian gizi lebih pada remaja menggunakan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0,028$. Hasil nilai p tersebut menunjukkan bahwa H_0 diterima, karena nilai $p = 0,028 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian gizi lebih.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sellia Juwita dkk tahun 2022 tentang hubungan pengetahuan remaja dengan gizi lebih pada remaja di kota pekanbaru menyatakan bahwa pengetahuan remaja tentang gizi lebih mempengaruhi kejadian gizi lebih pada remaja di Kota Pekanbaru.

Pengetahuan dapat menjadi pedoman yang baik untuk menjaga kesehatan tubuh dan menjaga berat tubuh yang ideal. Pentingnya upaya

promotif dalam menangani gizi lebih dilakukan dengan cara memberikan pengetahuan mengenai citra tubuh yang positif. Tingkat pengetahuan yang baik akan mempengaruhi seseorang lebih selektif dalam mengonsumsi makanan yaitu makanan apa yang bagus untuk dikonsumsi, manfaat yang diberikan dan bagaimana kandungan gizi sehingga dapat terpenuhinya kebutuhan gizi dalam tubuh. Berbeda jika seseorang memiliki pengetahuan kurang sehingga dapat berdampak pada pemilihan bahan makanan konsumsi yang kurang sehat dan tidak seimbang sehingga dapat berdampak pada status gizi (Sulistyoningsih, 2012).

Hubungan Asupan Makanan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja

Hasil analisis data mengenai hubungan asupan energi dengan kejadian gizi lebih pada remaja menggunakan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0,009$. Hasil nilai p tersebut menunjukkan bahwa H_0 diterima, karena nilai $p = 0,009 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan kejadian gizi lebih. Asupan energi yang dikonsumsi remaja di SMAN 19 Makassar rata-rata 2276,8 kkal, sedangkan kebutuhan energi seharusnya untuk remaja laki-laki dalam rentang usia 13-15 tahun 2400 kkal dan untuk remaja perempuan 2050 kkal, remaja laki-laki rentang usia 16-18 tahun 2650 kkal dan untuk remaja perempuan 2100 kkal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata asupan energi responden sesuai dengan kebutuhan seharusnya berdasarkan AKG. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yanti et al., (2021) menyatakan

bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMA. Namun berbanding terbalik dengan penelitian Fridawanti, (2016) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara asupan energi dengan terjadinya gizi lebih.

Hasil analisis data mengenai hubungan asupan protein dengan kejadian gizi lebih pada remaja menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0,288$. Hasil nilai p tersebut menunjukkan bahwa H_a ditolak, karena nilai $p = 0,288 > \text{nilai } \alpha (0,05)$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan kejadian gizi lebih. Asupan protein yang dikonsumsi remaja di SMAN 19 Makassar rata-rata 92,1 gr, sedangkan kebutuhan protein seharusnya untuk remaja laki-laki dalam rentang usia 13-15 tahun 70 gr dan untuk remaja perempuan 65 gr, remaja laki-laki rentang usia 16-18 tahun 75 gr dan untuk remaja perempuan 65 gr.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata asupan protein responden tidak sesuai dengan kebutuhan seharusnya berdasarkan AKG. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fridawanti, (2016) menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan protein dan gizi lebih. Namun berbanding terbalik dengan penelitian Suryandari & Widyastuti, (2015) menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan gizi lebih.

Hasil analisis data mengenai hubungan asupan lemak dengan kejadian gizi lebih pada remaja menggunakan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0,006$. Hasil nilai p tersebut menunjukkan bahwa H_a

diterima, karena nilai $p = 0,006 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan kejadian gizi lebih. Asupan lemak yang dikonsumsi remaja di SMAN 19 Makassar rata-rata 84,2 gr, sedangkan kebutuhan lemak seharusnya untuk remaja laki-laki dalam rentang usia 13-15 tahun 80 gr dan untuk remaja perempuan 70 gr, remaja laki-laki rentang usia 16-18 tahun 85 gr dan untuk remaja perempuan 70 gr.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata asupan lemak responden sesuai dengan kebutuhan seharusnya berdasarkan AKG. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari & Rizqiyah, (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara asupan lemak dengan kejadian gizi lebih pada usia dewasa di Kelurahan Kebon Kosong. Namun berbanding terbalik dengan penelitian P. Long et al., (2013) menyatakan bahwa tidak ada hubungan asupan lemak dengan gizi lebih.

Hasil analisis data mengenai hubungan asupan karbohidrat dengan kejadian gizi lebih pada remaja menggunakan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0,588$. Hasil nilai p tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak, karena nilai $p = 0,588 > \text{nilai } \alpha (0,05)$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan kejadian gizi lebih. Asupan karbohidrat yang dikonsumsi remaja di SMAN 19 Makassar rata-rata 337,5 gr, sedangkan kebutuhan karbohidrat seharusnya untuk remaja laki-laki dalam rentang usia 13-15 tahun 350 gr dan untuk remaja

perempuan 300 gr, remaja laki-laki rentang usia 16-18 tahun 400 gr dan untuk remaja perempuan 300 gr.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari & Rizqiyah, (2023) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan kejadian gizi lebih pada usia dewasa di Kelurahan Kebon Kosong. Namun berbanding terbalik dengan penelitian Surbakti, (2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi.

Hasil peneliti asupan energi dan lemak saling berhubungan karena lemak adalah salah satu sumber energi utama bagi tubuh. Tubuh menggunakan lemak sebagai cadangan energi Ketika asupan energi dari makanan tidak tercukupi. Namun, jika asupan energi berlebih dan tidak digunakan oleh tubuh, lemak akan disimpan dalam bentuk cadangan dalam tubuh, hal itu yang dapat menyebabkan gizi lebih dan obesitas.

Hubungan Pendapatan Orang Tua Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja

Hasil analisis data mengenai hubungan pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih menggunakan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0,031$. Hasil nilai p tersebut menunjukkan bahwa H_a diterima, karena nilai $p = 0,031 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rendy Reynaldy Parengkuan dkk tahun 2018 tentang hubungan pendapatan keluarga dengan kejadian gizi lebih pada anak sekolah dasar dikota

manado menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pendapatan keluarga dengan kejadian gizi lebih pada anak SD di kota Manado kesimpulannya proporsi keluarga berpendapatan tinggi yang memiliki anak gizi lebih sebesar 55,9 % dan pada kelompok tidak gizi lebih 25%. Keluarga dengan pendapatan tinggi merupakan faktor resiko terjadinya gizi lebih pada anak SD di Kota Manado ($R=3,8$).

Angka kegemukan anak usia sekolah lebih banyak terjadi pada anak dengan pendapatan keluarga tetap atau stabil. Tampak hubungan semakin meningkatnya keadaan ekonomi dengan peningkatan angka kejadian kegemukan atau gizi lebih ini. Selain itu juga terjadi peningkatan angka kejadian gizi lebih seiring dengan meningkatnya tingkat pendidikan kepala rumah tangga, menyebabkan terjadinya peningkatan taraf hidup yang mendorong ke arah perubahan gaya hidup menjadi lebih modern. Hal ini akan diikuti oleh peningkatan daya beli masyarakat dan pola konsumsi anak. Peningkatan ini menjadi alasan menjamurnya restoran siap saji modern dan semakin bervariasinya jajanan anak di sekolah dasar. Anggapan bahwa terbiasa mengonsumsi makanan tersebut mengangkat status sosial menjadi masyarakat modern menyebabkan meningkatnya jumlah konsumsi makanan ini. Hal-hal ini yang dapat menyebabkan semakin tingginya prevalensi kejadian gizi lebih pada anak.

KESIMPULAN

Ada hubungan pengetahuan gizi dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar. Ada hubungan asupan energi dan asupan lemak dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar, sedangkan asupan protein dan asupan karbohidrat tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar. Ada hubungan pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 19 Makassar.

SARAN

Diharapkan remaja yang mengalami status gizi lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi, sehingga tidak mengalami gizi lebih dan obesitas. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel lain seperti aktivitas fisik dan *screen time*.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) *Status Gizi SSGI 2022*.
- Fridawanti, A. P. (2016). *Hubungan antara Asupan Energi, Karbohidrat, Protein, dan Lemak terhadap Obesitas Sentral pada Orang Dewasa di Desa Kepuharjo, Kecamatan Cangkringan, Yogyakarta*
- Hamalding Hermawati. Risna. Rahma Sri Susanti. (2019). *Hubungan Gaya Hidup dengan Gizi lebih dan Obesitas pada Remaja Putri di SMA Negeri 11 Makassar*. Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat. Volume 1
- Kemenkes RI. (2010). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010. In *Kementrian Kesehatan RI*.

- Kemenkes RI. (2013). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013. In *Kementrian Kesehatan RI*.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. In *Kementrian Kesehatan RI*(Vol. 53, Issue 9).
- P. Long, S. C., Mayulu, N., & Kawengian Shirley E.S. (2013). *Hubungan antara Asupan Zat Gizi Makro dengan Obesitas pada Wanita Usia Subur Peserta Jamkesmas di Puskesmas Wowonasa Kecamatan Singkil Manado*.
- Rosida dkk. (2022). *Analisis Faktror dengan Obesitas pada Siswa SMA Katolik Rajawali Makassar*. Jurnal Ilmiah Amanah Akademika. Volume 5
- Sari, W., & Rizqiyah, F. (2023). *Hubungan Asupan Zat Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Gizi Lebih pada Usia Dewasa di Kelurahan Kebon Kosong Jakarta*. *Tirtayasa Medical Journal*, 3(1), 93–99. <https://doi.org/10.52742/tmj.v3i1.265>
- Surbakti, L. B. (2019). *Hubungan Asupan Karbohidrat, Lemak, dan Kalsium dengan Status Gizi pada Remaja SMP Advent Lubuk Pakam*.
- Sulistyoningsih, H. (2017). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Graha Ilmu. Yogyakarta
- Suryandari, B. D., & Widyastuti, N. (2015). *Hubungan Asupan Protein dengan Obesitas pada Remaja*.
- Word Health Organization.(2018). *Obesity And Gizi lebih*. WHO.
- Yanti, R., Nova, M., & Rahmi, A. (2021). *Asupan Energi, Asupan Lemak, Aktivitas Fisik dan Pengetahuan, Berhubungan dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Putri*.

Status Gizi

Tabel 21
Distribusi Sampel Berdasarkan Sataus Gizi

Status Gizi	n	%
Gizi lebih	23	74,2
Obesitas	8	25,8
Total	31	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Pengetahuan

Tabel 22
Tingkat Pengetahuan Sampel

Pengetahuan	n	%
Baik	13	41,9
Kurang	18	58,1
Total	31	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Asupan Makanan

Asupan Energi

Tabel 23
Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Energi

Asupan Energi	n	%
Lebih	8	25,8
Baik	18	58,1
Kurang	5	16,1
Total	31	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Asupan Protein

Tabel 24
Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Protein

Asupan Protein	n	%
Lebih	24	77,4
Baik	6	19,4
Kurang	1	3,2
Total	31	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Asupan Lemak

Tabel 25
Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Lemak

Asupan Lemak	n	%
Lebih	15	48,4
Baik	12	38,7
Kurang	4	12,9
Total	31	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Asupan Karbohidrat

Tabel 26
Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Karbohidrat

Asupan Karbohidrat	n	%
Lebih	16	51,6
Baik	8	25,8
Kurang	7	22,6
Total	31	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Sosial Ekonomi

Tabel 27
Distribusi Sampel Berdasarkan Pendapatan Orang Tua

Pendapatan Orang Tua	n	%
Cukup	14	45,2
Kurang	17	54,8
Total	31	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja

Tabel 28
Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja

Pengetahuan	Status Gizi				P Value
	Gizi Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	
Baik	7	22,6	6	19,4	0,028
Kurang	16	51,6	2	6,5	
Total	23	74,2	8	25,8	

Sumber : Data Primer, 2025

Hubungan Asupan Makanan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja

Asupan Energi

Tabel 29
Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Asupan Energi dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja

Asupan Energi	Status Gizi				P Value
	Gizi Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	
Lebih	4	12,9	4	12,9	0,009
Baik	17	54,8	1	3,2	
Kurang	2	6,5	3	9,7	
Total	23	74,2	8	25,8	

Sumber : Data Primer, 2025

Asupan Protein

Tabel 30
Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Asupan Protein
dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja

Asupan Protein	Status Gizi				P Value
	Gizi Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	
Lebih	19	61,3	5	16,1	0,288
Baik	3	9,7	3	9,7	
Kurang	1	3,2	0	0	
Total	23	74,2	8	25,8	

Sumber : Data Primer, 2025

Asupan Lemak

Tabel 31
Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Asupan Lemak
dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja

Asupan Lemak	Status Gizi				P Value
	Gizi Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	
Lebih	14	45,2	0	0	0,006
Baik	6	19,4	7	22,6	
Kurang	3	9,7	1	3,2	
Total	23	74,2	8	25,8	

Sumber : Data Primer, 2025

Asupan Karbohidrat

Tabel 32
Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Asupan Karbohidrat
dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja

Asupan Karbohidrat	Status Gizi				P Value
	Gizi Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	
Lebih	12	38,7	4	12,9	0,588
Baik	5	16,1	3	9,7	
Kurang	6	19,4	1	3,2	
Total	23	74,2	8	25,8	

Sumber : Data Primer, 2025

Hubungan Pendapatan Orang Tua Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja

Tabel 33
Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Pendapatan Orang Tua dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja

Pendapatan Orang Tua	Status Gizi				P Value
	Gizi Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	
Cukup	13	41,9	1	3,2	0,031
Kurang	10	32,3	7	22,6	
Total	23	74,2	8	25,8	

Sumber : Data Primer, 2025