

Uang Saku Harian Sebagai Penentu Status Gizi Siswa Di SMKN 16 Pandeglang

Yania Febsi¹, Nisri Ina Zahrah², Ade Salma YR³, Defi Selvianita⁴, Qonita⁵, Tunjung Tri Agita⁶

Universitas Bina Bangsa Banten

Corresponding Author: Yania Febsi, E-Mail: febsi.felycia@gmail.com

Published: January, 2025

ABSTRAK

Indonesia merupakan negara berkembang yang mempunyai permasalahan kesehatan yang kompleks terutama dalam masalah gizi. Kalangan remaja masih termasuk kedalam sorotan utama dalam kesehatan masyarakat di Indonesia. Data WHO (2024) menyatakan prevalensi overweight dan obesitas pada anak dan remaja di seluruh dunia, meningkat dari 8% (1990) menjadi 20% (2022). Uang saku berperan dalam penentu status gizi remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antara uang saku dan status gizi siswa SMKN 16 Pandeglang. Sampel penelitian berjumlah 50 orang responden, dipilih dengan menggunakan Teknik total sampling dengan uji CHI-SQUARE. Hasil penelitian menyatakan adanya hubungan positif yang signifikan antara uang saku dengan status gizi siswa. Ditunjukkan dengan nilai $p < 0,05$. Yaitu $p = 0,000$. Hasil uji ini mengindikasikan bahwa uang saku memiliki hubungan positif yang kuat. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara uang saku dengan status gizi.

Kata Kunci: Remaja, Status Gizi, Uang Saku Harian

ABSTRACT

Indonesia is a developing country with complex health issues, particularly in nutrition. Adolescents remain a major public health concern in Indonesia. WHO data (2024) states that the prevalence of overweight and obesity in children and adolescents worldwide has increased from 8% (1990) to 20% (2022). Pocket money plays a role in determining the nutritional status of adolescents. The purpose of this study was to determine the correlation between pocket money and the nutritional status of students at SMKN 16 Pandeglang. The research sample consisted of 50 respondents, selected using the total sampling technique with the CHI-SQUARE test. The results of the study stated a significant positive relationship between pocket money and students' nutritional status. This is indicated by a p value < 0.05 , namely $p = 0.000$. The results of this test indicate that pocket money has a strong positive relationship. The conclusion of this study is that there is a significant relationship between pocket money and nutritional status.

Keywords: Teenagers, Nutritional Status, Pocket Money

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara berkembang yang mempunyai permasalahan kesehatan yang kompleks terutama dalam masalah gizi. Permasalahan gizi di Indonesia di dominasi oleh masalah Kekurangan Energi Protein (KEK), Anemia, Gangguan akibat Kekurangan Yodium (GAKY), Kurang Vitamin A (KVA), dan Obesitas (Supariasa et al., 2016). Faktor Gizi merupakan salah satu factor penentu utama kualitas sumber daya manusia. Status gizi yang baik akan menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas, sehat, cerdas, dan produktif. Status gizi yang kurang atau buruk akan berpengaruh pada pertumbuhan, perkembangan, kecerdasan, serta dapat menimbulkan penyakit lainnya (Hardinsyah &

Supariasa, 2017). Masalah gizi dapat terjadi pada seluruh kelompok umur, antara lain balita, anak usia sekolah, remaja, wanita usia subur, ibu hamil dan lanjut usia.

Kalangan remaja masih termasuk kedalam sorotan utama dalam kesehatan masyarakat di Indonesia. Data WHO (2024) menyatakan prevalensi overweight dan obesitas pada anak dan remaja di seluruh dunia, meningkat dari 8% (1990) menjadi 20% (2022). Data SKI (Survey Kesehatan Indonesia) tahun 2023 menunjukkan bahwa remaja di Indonesia usia 13-15 tahun mengalami gizi buruk 1,9% dan obesitas 4,1%(Kemenkes BKPK, 2023). Menurut WHO, status gizi remaja adalah kondisi kesehatan yang timbul dari keseimbangan antara kebutuhan nutrisi dan asupan nutrisi yang diterima oleh remaja. Status gizi remaja dapat dinilai melalui berbagai parameter antropometri, seperti Indeks Massa Tubuh (IMT), tinggi badan, berat badan, dan lingkaran lengan atas. Penilaian status gizi ini penting untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan remaja serta mengidentifikasi risiko masalah gizi, seperti kekurangan gizi atau kelebihan berat badan atau obesitas. Masalah gizi dapat diakibatkan oleh factor-faktor yang mempengaruhi status gizi seperti asupan makanan, kurangnya aktivitas fisik, kurangnya pengetahuan gizi dan pemberian uang saku. (Sholichah, 2023).

Pemberian uang saku juga sebagai alat bantu dalam menilai pola konsumsi pangan remaja, semakin besar atau tinggi uang saku yang diterima maka hal tersebut akan mendukung dalam kegiatan mengonsumsi suatu makanan atau minuman. Pada masa remaja meningkatnya resiko seseorang mengalami gizi lebih hingga overweight diakibatkan dari menurunnya aktivitas fisik dan adanya peningkatan mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi rendah, tinggi lemak dan juga tinggi karbohidrat (Hayu & Wahyudi, 2017). Hal ini juga harus menjadi perhatian bagi para orang tua untuk dapat mengontrol uang saku yang diberikan perharinya.

Penelitian Fitriani (2023) juga mendukung temuan tersebut dengan menyatakan bahwa siswa dengan uang saku lebih dari Rp15.000 memiliki risiko lebih tinggi untuk obesitas dibandingkan siswa dengan uang saku kurang dari Rp 15.000 (Fitri & Rusydi, 2023). Riset Rahmawati et al (2021) pada 117 remaja putri menyatakan adanya hubungan uang saku dan status gizi ($r = 0.283$, $p = 0.002$)(Rahmawati et al., 2021). Penelitian lainnya menyatakan bahwa ada keterkaitan uang saku dan status gizi ($p = 0.001$) (Rahman et al., 2021). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisa korelasi antara uang saku harian dengan status gizi pada siswa dan siswi SMKN 16 Pandeglang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini akan dilakukan di SMKN 16 Pandeglang, Banten, Indonesia. Lokasi ini dipilih karena SMKN 16 Pandeglang adalah salah satu sekolah jenjang SMK yang berstatus negeri yang diketahui murid yang bersekolah di SMK tersebut memiliki latar belakang keluarga yang berbeda-beda, sehingga relevan untuk mengkaji korelasi antara uang saku dengan status gizi.

Penelitian ini melibatkan siswa kelas X dan XI, besar sampel 50 responden. Data dikumpulkan dengan Teknik total sampling. Data antropometri dikumpulkan secara langsung dengan melakukan

pengukuran untuk data tinggi badan dan berat badan. Pengukuran menggunakan timbangan digital dengan akurasi 1 g dan stadiometer dengan akurasi ketelitian 0,1 cm. Sedangkan untuk data jenis kelamin, usia dan uang saku dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner.

Analisis data penelitian ini mencakup analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat untuk mendeskripsikan distribusi variabel. Analisis bivariat untuk melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan dengan menggunakan uji *Chi-Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis deskriptif pada penelitian ini memberikan jumlah dan presentase responden laki-laki dan perempuan, presentase uang saku harian dan presentase status gizi.

Table 1. Presentase jenis kelamin responden

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
1	Perempuan	34	68 %
2	Laki-laki	16	32%
		50	100%

Table ini menunjukkan bahwa di SMKN 16 Pandeglang lebih mendominasi siswi perempuan dibandingkan dengan siswa yang laki-laki.

Table 2. Presentase uang saku harian responden

No	Uang saku	Jumlah	Presentase
1	Sedang	34	68 %
2	Kecil	16	32%
		50	100%

Table ini menjelaskan dari 50 orang responden, terdapat 34 orang siswa yang memiliki uang saku harian berkisar antara Rp. 15.100 ke atas. Sedangkan yang berjumlah Rp. 15.000 kebawah berjumlah 16 orang responden.

Table 3. Presentase Status Gizi responden

No	Status Gizi	Jumlah	Presentase
1	Gizi Baik	37	74 %
2	Gizi Kurang	13	26 %
		50	100%

Tabel diatas menjelaskan bahwa di SMKN 16 PAndeglang, lebih dari 50% siswa yang menjadi sample penelitian memiliki status gizi baik. Status gizi dikategorikan menjadi 2 kategori status gizi baik dan kurang.

Tabel 4. Hubungan Uang saku dengan Status Gizi

Uang Saku	Status Gizi				Total		Pvalue
	Gizi Baik		Gizi Kurang				
	n	%	n	%	n	%	
Sedang	32	64	2	4	34	68	P 0,000

Kecil	5	10	11	22	16	32
-------	---	----	----	----	----	----

Hasil dari uji *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan (hipotesis diterima) antara uang saku harian dengan status gizi. Ditunjukkan dengan nilai $p < 0,05$. Yaitu $p = 0,000$. Hasil uji ini mengindikasikan bahwa uang saku memiliki hubungan positif yang kuat. Diketahui bahwa siswa yang uang saku harian kurang dari Rp. 15.000 memiliki status gizi kurang, hal ini mengindikasikan bahwa siswa SMKN 16 Pandeglang lebih banyak mengkonsumsi makanan diluar rumah, hal ini terlihat jika hanya memiliki uang saku harian kurang dari Rp. 15.000 maka mereka akan kekurangan asupan dan mengakibatkan kurang gizi. Sedangkan yang memiliki uang saku dengan kategori sedang cenderung memiliki kesempatan yang besar untuk asupan makan, sehingga mencapai status gizi baik. Namun masih harus terus diperhatikan agar jangan sampai menuju ke status gizi lebih.

Penelitian ini mirip dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati juga menemukan hubungan positif antara uang saku dengan status gizi. Riset tersebut menyebutkan siswa dengan uang saku yang lebih besar atau lebih dari Rp. 15.000 akan memiliki peluang yang lebih tinggi untuk membeli jajanan dan makanan walaupun beresiko membeli makanan dengan kandungan serat rendah (Rahmawati et al., 2021).

Riset yang dilakukan Oktaviani dan Wiratmadi (2020) menunjukkan bahwa remaja dengan uang saku lebih tinggi cenderung lebih berisiko mengalami kegemukan. Dalam riset tersebut uang saku digunakan untuk belanja makanan, minuman, keperluan sekolah, dan ditabung. Namun, lebih sering uang saku digunakan untuk belanja makanan dan minuman. Oleh karena itu, siswa dengan uang saku lebih besar akan mengarah pada pola konsumsi makan berlebihan tanpa mempertimbangkan gizinya, sehingga memiliki risiko 1,364 kali lebih besar kemungkinan terkena kegemukan (Oktavianita & Wirjatmadi, 2020).

Hubungan positif antara uang saku dan status gizi sejalan dengan teori Hierarki Kebutuhan Maslow. Teori tersebut menyatakan bahwa manusia harus memenuhi kebutuhan dasar fisiologis seperti makan dan minum (Nasution, 2023). Uang saku membantu memenuhi kebutuhan ini, jumlah yang lebih besar memungkinkan akses lebih mudah untuk membeli makanan.

Berdasarkan penelitian ini dan temuan dari beberapa penelitian diatas, maka dapat digaris bawahi bahwa memang pengelolaan uang saku penting untuk kesehatan remaja. Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa mengedukasi remaja dan orang tua tentang pengelolaan uang saku perlu dilakukan lebih komprehensif. Selain itu, diperlukan pendekatan intervensi yang efektif untuk mencegah adanya masalah status gizi dan menjaga agar status gizi tetap optimal.

KESIMPULAN

Penelitian ini dapat menemukan adanya hubungan yang signifikan antara uang saku dan status gizi. Hasil analisis menunjukkan adanya korelasi antara uang saku harian sebagai penentu status gizi

DAFTAR PUSTAKA

- Fitri, S. A., & Rusydi, R. (2023). Hubungan Kepemilikan Smartphone dan Uang Saku terhadap Obesitas pada Remaja. *Media Gizi Ilmiah Indonesia*, 1(2), 63–69. <https://doi.org/10.62358/mgii.v1i2.16>
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (2017). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. EGC.
- Hayu, A. Y., & Wahyudi. (2017). Pengaruh uang saku dan gaya hidup terhadap minat menabung : studi kasus mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Sanata Dharma. *Sanata Dharma, University*. <http://repository.usd.ac.id/id/eprint/11609>
- Kemenkes BKKP. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*.
- Nasution, olivia barcelona. (2023). *HIRARKI KEBUTUHAN MASLOW*. <https://www.stieykpn.ac.id/read/440/hirarki-kebutuhan-maslow.html>
- Oktavianita, A. R., & Wirjatmadi, B. (2020). Perbedaan Besaran Uang Saku Dan Aktivitas Fisik Antara Siswi Gemuk Dan Normal Di SMA Negeri 5 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 4(3), 178. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i3.2020.178-184>
- Rahman, J., Fatmawati, I., Syah, M. N. H., & Sufyan, D. L. (2021). Hubungan peer group support, uang saku dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(1), 65. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.391>
- Rahmawati, D. P., Indarto, D., & Hanim, D. (2021). Correlation of Snacking Frequency, Hemoglobin Levels, Physical Activity and Pocket Money With Nutritional Status in Female Adolescents. *Media Gizi Indonesia*, 16(3), 207–214. <https://doi.org/10.20473/mgi.v16i3.207-214>
- Sholichah, F. (2023). Hubungan Uang Saku dan Pola Konsumsi Makanan Terhadap Status Gizi Siswa SMP Negeri 16 Semarang. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 4(02), 32–36.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Buku Kedokteran EGC.