

Pengaruh Uang Saku Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19

The Effect of Pocket Money on The Events of Overnutrition In Youth Times Pandemic Covid 19

Wiwi Sartika¹, Sara Herlina², Siti Qomariah³, Sellia Juwita⁴

^{1,2,3}D III Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah, Pekanbaru

⁴S1 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah, Pekanbaru
Jl. Riau Ujung No 73 Pekanbaru, Riau

*Koresponding Penulis : [1wiwi.sartika@univrab.ac.id](mailto:wiwi.sartika@univrab.ac.id), [2sara.herlina@univrab.ac.id](mailto:sara.herlina@univrab.ac.id),
[3siti.qomariah@univrab.ac.id](mailto:siti.qomariah@univrab.ac.id), [4sellia.juwita@univrab.ac.id](mailto:sellia.juwita@univrab.ac.id)

Abstrak

Latar Belakang: Gizi lebih menjadi permasalahan yang sangat penting terkait pada kesehatan masa yang akan datang. Permasalahan ini menjadi evaluasi terhadap diri sendiri dan juga kepada pemangku kebijakan dalam menanggulangi kejadian gizi lebih di Indonesia. Tujuan: adalah untuk mengetahui pengaruh Uang Saku terhadap gizi lebih pada Remaja dimasa Pandemi Covid 19. Metode: Penelitain ini menggunakan survey analitik dengan *designcross sectional*. Populasi dalam Penelitian ini seluruh Remaja yang ada di Pekanbaru dan sampel sebanyak 335 Remaja. Tehnik pengambilan sampel dengan menggunakan *Random Sampling* dimana sampel diambil secara acak sebagai responden. Instrument penelitian yang digunakan adalah berbentuk kuesioner. Hasil penelitian: Menunjukkan bahwa Mayoritas Uang Saku terhadap gizi Remaja adalah baik sebanyak 83 dengan (54,24%) dan Orang tua yang tidak berperan Terhadap Gizi Remaja sebanyak 70 orang dengan (45,75%)., P value 0,000. Simpulan: Terdapat Pengaruh Uang Saku Terhadap Gizi Lebih Pada Remaja diEra Pandemi Covid 19 di Pekanbaru.

Kata kunci : Uang Saku, Gizi Lebih, Remaja

Abstract

Background: Nutrition is becoming a very important issue related to health in the future. This problem becomes an evaluation for themselves and also for policy makers in tackling the incidence of overnutrition in Indonesia. Objective: to determine the effect of pocket money on overnutrition in adolescents during the Covid 19 pandemic. Methods: This study uses an analytical survey with a cross-sectional design. The population in this study were all teenagers in Pekanbaru and a sample of 335 teenagers. The sampling technique used was random sampling where the sample was taken randomly as a respondent. The research instrument used was in the form of a questionnaire. The results: Shows that the majority of pocket money on adolescent nutrition is good as many as 83 with (54.24%) and parents who do not play a role in adolescent nutrition as many as 70 people with (45.75%)., P value 0.000. Conclusion: There is an Influence of Pocket Money on Over Nutrition in Teenagers in the Era of the Covid 19 Pandemic in Pekanbaru.

Keywords: Pocket Money, Over Nutrition, Teenagers

PENDAHULUAN

Gizi lebih menjadi permasalahan yang sangat penting terkait pada kesehatan masa yang akan datang. Permasalahan ini menjadi evaluasi terhadap diri sendiri dan juga kepada pemangku kebijakan dalam menanggulangi kejadian gizi lebih di Indonesia. Masalah gizi lebih yaitu kegemukan dan obesitas menjadi masalah Kesehatan yang mendunia (Amalia, R. N., Sulastri, D., & Semiarty, 2016). Selain menjadi penyebab kematian utama di dunia, gizi berlebih menjadi epidemi yang memiliki keterikatan yang kompleks dengan semua aspek. Status gizi lebih merupakan akumulasi dari lemak yang berlebih dan tertimbun dalam tubuh sehingga mendatangkan berbagai persoalan kesehatan seperti berbagai macam penyakit tidak menular (Hadi, A. J., Hadju, V., Indriasari, R., Manggabara & Yetti, 2019). Kasus gizi lebih atau Obesitas Secara keseluruhan mencakup seluruh negara di dunia, setidaknya terdapat 10 negara dengan jumlah kasus obesitas terbanyak didunia terutama di Indonesia sebesar 15.1% dengan peringkat terakhir (Masrul, 2018).

Prevalensi obesitas atau kegemukan pada orang dewasa di atas 18 tahun terus meningkat dari tahun ke tahun sejak 2007. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan menunjukkan prevalensi obesitas meningkat sejak tiga periode Riskesdas yaitu pada 2007 10,5 %, 2013 14,8 %, dan 2018 21,8 % (Riskesdas, 2018).

Remaja merupakan masa peralihan individu dari anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, biologis, kemampuan berfikir dan kematangan emosional. Umumnya individu di katakan remaja ketika beranjak dari usia 12 tahun hingga 21 tahun Pada masa ini individu mengalami perkembangan secara fisik, psikologi dan pola identifikasi dari masa anakanak menjadi dewasa serta mengalami perubahan. Usia remaja adalah periode transisi yang terbuka terhadap segala bentuk perubahan kondisi yang terjadi di sekitarnya. Perubahan yang terjadi di remaja cenderung menimbulkan berbagai permasalahan dan perubahan perilaku di kehidupan remaja seeptri kejadian Gizi lebih pada remaja (Almatsier, 2010).

Ada dua faktor yang berperan dalam menentukan status gizi seseorang yaitu faktor gizi internal dan eksternal. Faktor gizi internal adalah faktor-faktor yang menjadi dasar pemenuhan tingkat kebutuhan gizi seseorang, yaitu nilai cerna makanan, status kesehatan, status fisiologis, kegiatan, umur, jenis kelamin dan ukuran tubuh. Faktor gizi eksternal adalah faktor-faktor yang berpengaruh di luar diri seseorang, yaitu daya beli keluarga, latar belakang sosial budaya, tingkat pendidikan, pengetahuan gizi, jumlah anggota keluarga dan kebersihan lingkungan serta Uang Saku . Uang Saku yang didapat seorang anak dari orang tua, karena bisa mempengaruhi pola konsumsi. Yang pada umunya semakin banyak maka semakin besar pula konsumsi seseorang baik yang dapat dari keluarga, saudara, dan orang tua. Jenis-jenis uang saku yang dapat dilihat dari cara pemberian; 1) Uang saku yang diberikan saat berangkat sekolah 2) Uang saku yang diberikan pada sebulan sekali ketika gajian tanggal muda dan 3)Uang saku yang diberikan pada saat meminta (Hidayah, N., & Bowo, 2019).

Pemberian uang saku juga sebagai alat bantu dalam menilai pola konsumsi pangan seorang individu, semakin besar ataupun tinggi uang saku yang diterima atau

yang diberikan maka hal tersebut akan mendukung seorang individu dalam kegiatan mengonsumsi suatu makanan atau minuman, begitu juga sebaliknya. Pada masa remaja meningkatnya resiko seseorang mengalami gizi lebih hingga overweight diakibatkan dari menurunnya aktivitas fisik dan adanya peningkatan untuk mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi rendah, tinggi lemak dan juga tinggi akan karbohidrat (Yosi, A. & Wahyudi, 2017).

Hasil penelitian Li et al. (2017) menyebutkan bahwa uang saku yang besar berhubungan positif dengan peningkatan berat badan, karena siswa yang mempunyai uang saku yang besar 63,0% mengonsumsi makanan tinggi kalori dan beresiko 90,0% untuk menderita gizi lebih (Li, M., Xue, H., Jia, P., Zhao, Y., Wang, Z., Xu, F., & Wang, 2017).

Berdasarkan masalah yang ditemukan diatas makan penulis tertarik untuk mengetahui pengaruh Uang Saku terhadap terhadap gizi lebih pada remaja dimasa pandemi covid 19 dipekanbaru.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survey analitik dengan design *cross sectional* dimana seluruh variabel diobservasi dalam satu waktu. Populasi dalam Penelitian ini seluruh Remaja yang ada di Pekanbaru. Total sampel dalam penelitian ini sebanyak 335 Remaja. Tehnik pengambilan sampel dengan menggunakan Random Sampling dimana sampel diambil secara acak sebagai responden. Instrument penelitian yang digunakan adalah berbentuk kuesioner. Prosedur pengolahan data dengan *Editing, Coding, Processing, Cleaning*. Analisis data dengan univariat dan bivariat dengan *uji Chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Pengaruh Uang Saku Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja di Masa Pandemi Covid 19

Variabel	n	%
Uang Saku		
>20.000	83	54,24
<20.000	70	45,75
Gizi Lebih		
Kasus	71	39,01
Kontrol	111	60,98

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa Mayoritas Uang Saku <20000 83 dengan (54.24%) dan Minoritas >20000 sebanyak 70 orang dengan (45.75%). Mayoritas Kontrol Gizi Lebih sebanyak 71 (39,01%) dan Minoritas Kasus Gizi Lebih sebanyak 111 (60,98%).

Tabel 2
Uang Saku Terhadap Gizi Lebih Pada Remaja di Masa Pandemi Covid 19

Variabel	Gizi Lebih		<i>p</i>	Or	C1 95%			
	Kasus	Kontrol			<i>Lower</i>	<i>Upper</i>		
	N	%	N	%				
<20000	83	54.24	71	39.01	0,000	1,854	1,199	2,866
>20000	70	45.75	111	60.98				

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa terdapat hubungan antara pengaruh Uang Saku Terhadap Gizi Lebih pada remaja dimasa covid 19. Hal ini ditunjukkan dengan P Value 0,000. Uang Saku memiliki kontribusi terhadap terjadinya gizi lebih pada remaja.

Penelitian ini dilihat dengan adanya pengaruh Uang Saku terhadap status gizi lebih pada remaja dengan P Value 0,000. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Herlina Arisdanni, 2018), pada siswa di Surabaya menunjukkan hasil serupa dimana terdapat hubungan uang saku dengan status gizi ($p= 0,023$). Selanjutnya (Li, M., Xue, H., Jia, P., Zhao, Y., Wang, Z., Xu, F., & Wang, 2017), dalam penelitiannya di bagian kota besar di China juga menunjukkan hasil yang serupa yaitu terdapat hubungan antara besaran uang saku dengan resiko anak sekolah mengalami berat badan lebih, ini merupakan dampak dari adanya peningkatan trend sosial di China yang mengakibatkan tingginya uang saku yang diterima oleh anak sekolah. Semakin tua usia anak sekolah maka uang saku yang diterima semakin besar dan semakin besar uang saku yang diterima maka beresiko 45-90% pada kejadian status gizi lebih.

Ada dua faktor yang berperan dalam menentukan status gizi seseorang yaitu faktor gizi internal dan eksternal. Faktor gizi internal adalah faktor-faktor yang menjadi dasar pemenuhan tingkat kebutuhan gizi seseorang, yaitu nilai cerna makanan, status kesehatan, status fisiologis, kegiatan, umur, jenis kelamin dan ukuran tubuh. Faktor gizi eksternal adalah faktor-faktor yang berpengaruh di luar diri seseorang, yaitu daya beli keluarga, latar belakang sosial budaya, tingkat pendidikan, pengetahuan gizi, jumlah anggota keluarga dan kebersihan lingkungan serta Uang Saku . Uang Saku yang didapat seorang anak dari orang tua, karena bisa mempengaruhi pola konsumsi. Yang pada umumnya semakin banyak maka semakin besar pula konsumsi seseorang baik yang dapat dari keluarga, saudara, dan orang tua. Jenis-jenis uang saku yang dapat dilihat dari cara pemberian; 1) Uang saku yang diberikan saat berangkat sekolah 2) Uang saku yang diberikan pada sebulan sekali ketika gajihan tanggal muda dan 3)Uang saku yang diberikan pada saat meminta (Hidayah, N., & Bowo, 2019).

Anak dengan gizi berlebih cenderung mempunyai uang saku yang lebih besar dari pada anak yang memiliki gizi normal. Semakin tinggi uang saku pengeluaran untuk suatu makanan semakin besar. Hal ini pun didukung dengan hasil penelitian (Desi, S., & Winda, 2018), yang mengemukakan terdapat hubungan mengenai uang saku dengan

pembelian jajanan/makanan. (Rosyidah, Z., & Andrias, 2015) juga menemukan bahwa uang saku secara umum pada murid hampir memiliki uang jajan yang tinggi.

Uang saku yang besar akan meningkatkan resiko kejadian status gizi lebih. Uang saku yang besar akan memberikan kebebasan anak dalam memilih dan mengkonsumsi makanan ringan disekolah, meskipun tujuan dari pemberian orang tua dengan jumlah uang saku yang besar adalah sebagiannya untuk ditabung. Namun, pada kenyataannya uang saku yang besar lebih banyak digunakan untuk jajan

KESIMPULAN

Menunjukkan bahwa Uang Saku berpengaruh terhadap gizi Remaja dengan hasil *P value* 0,000. Mayoritas uang saku yang diberikan oleh orang tua sebesar Rp 20.000 sebanyak 83 orang (54,24%).

SARAN

Diharapkan kepada orang tua atau keluarga agar untuk lebih memperhatikan uang saku yang akan diberikan kepada anaknya. Baik akan bersekolah atau di Luar sekolah agar tidak terjadi gizi lebih pada remaja akibat kelebihan uang saku yang diberikan kepada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Amalia, R. N., Sulastri, D., & Semiarty, R. (2016). Hubungan konsumsi junk food dengan status gizi lebih pada siswa SD Pertiwi 2 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/https://doi.org/10.25077/jka.v5i1.466>
- Desi, S., & Winda, D. A. (2018). Hubungan sarapan, uang saku dengan jajanan di SD Kristen Immanuel II Kubu Raya. *Jurnal Vokasi Kesehatan. Poltekkes Kemankes Pontianak*, 4(2), 103–109. <https://doi.org/10.30602/jvk.v4i2.142>
- Hadi, A. J., Hadju, V., Indriasari, R., Manggabara, S., & Yetti, R. E. (2019). The effect of the implementation of a planned peer group session model on obesity prevention among students of an Integrated Islamic primary school in Makassar. *Pakistan J Nutr*, 18(9), 882–887. <https://doi.org/10.3923/pjn.2019.882.887>
- Herlina Arisdanni, A. B. (2018). Hubungan Peran Teman, Peran Orang Tua, Besaran Uang Saku Dan Persepsi Terhadap Jajanan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Sekolah (Studi Di Sd Negeri Ploso 1/172 Kecamatan Tambaksari Surabaya Tahun 2017). *Amerta Nutrition*, 2(2), 189–196. <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/7214>
- Hidayah, N., & Bowo, P. A. (2019). Pengaruh Uang Saku, Locus of Control, Dan Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Konsumtif. *Economic Education Analysis Journal*, 7(3), 1025–1039. <https://doi.org/10.15294/eeaj.v7i3.28337>

- Li, M., Xue, H., Jia, P., Zhao, Y., Wang, Z., Xu, F., & Wang, Y. (2017). Pocket money, eating behaviors, and weight status among Chinese children: the childhood obesity study in China mega-cities. *Preventive Medicine, 100*(4), 208–215.
<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2017.04.031>
- Masrul, M. (2018). Epidemi obesitas dan dampaknya terhadap status kesehatan masyarakat serta sosial ekonomi bangsa. *Kedokteran Andalas, 41*(3), 152.
<https://doi.org/10.25077/mka.v41.i3.p152-162.2018>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional Tahun 2018*.
- 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.
- Yosi, A. & Wahyudi, H. (2017). *Pengaruh Uang Saku Dan Gaya Hidup Terhadap Minat Menabung Studi Kasus*. Universitas Sanata Dharma.