

## **HUBUNGAN KETERSEDIAAN DAN KERAGAMAN PANGAN TERHADAP STATUS GIZI REMAJA DI BANTAR GEBANG, KOTA BEKASI**

### ***The Relationship Between Food Availability and Diversity to The Nutritional Status of Adolescents in Bekasi***

**Khoirul Anwar\*<sup>1</sup>, Fitri Kusumaningtyas**

<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Teknologi Pangan dan Kesehatan, Universitas Sahid, Jakarta  
Email: khoirul\_anwar@usahid.ac.id

#### **ABSTRAK**

Remaja merupakan salah satu fase yang memiliki tingkat pertumbuhan tertinggi kedua setelah anak usia dini. Asupan gizi remaja yang cukup akan mendukung status gizi yang baik. Status gizi pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya sosial ekonomi, keragaman pangan, dan ketersediaan pangan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan ketersediaan pangan, keragaman pangan terhadap status gizi remaja di SMKN 2 Kota Bekasi. Desain penelitian ini menggunakan *cross-sectional study*. Responden dipilih dengan Cluster Random Sampling dengan jumlah sebanyak 101 responden. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Chi-Square. Hasil dari penelitian ini menunjukkan 13,9% responden mengalami gizi kurang, 66,3% keluarga responden tergolong rawan pangan dan 33,7% responden memiliki keragaman pangan yang rendah. Terdapat hubungan status gizi remaja dengan ketersediaan pangan, dan keragaman pangan ( $p < 0.05$ ). Kesimpulan penelitian ini terdapat hubungan antara ketersediaan pangan, dan keragaman pangan terhadap status gizi responden.

**Kata kunci**—Konsumsi Pangan, Kerawanan Pangan, Remaja, Status Gizi

#### **ABSTRACT**

Adolescence is a phase that has the second highest growth rate after early childhood. Adequate adolescent nutritional intake will support good nutritional status. Nutritional status in adolescents is influenced by several factors including socio-economic, food diversity, and food availability. The purpose of this study was to determine the relationship between food availability and food diversity on the nutritional status of adolescents at SMKN 2 Bekasi City. The research design used a cross-sectional study. Respondents were selected by Cluster Random Sampling with a total of 101 respondents. The test used in this study is the Chi-Square test. The results of this study showed that 13.9% of respondents experienced malnutrition, 66.3% of respondents' families were classified as food insecure and 33.7% of respondents had low food diversity. There is a relationship between the nutritional status of adolescents with food availability and food diversity ( $p < 0.05$ ). The conclusion is that there is a relationship between food availability and food diversity on the nutritional status of the respondents.

**Keywords**— Food Consumption, Food insecurity, Adolescents, Nutritional Status

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu fase usia yang memiliki pertumbuhan pesat dan mengalami perubahan fisik, psikososial, dan kognitif. Ketidakcukupan asupan gizi pada remaja dapat menyebabkan terjadinya malnutrisi pada remaja (UNICEF 2021; Norris *et al.* 2021). Saat ini di Indonesia, masih terjadi masalah gizi pada usia remaja. Prevalensi status gizi kurang pada remaja usia 13-15 tahun secara nasional sebesar 8,7%, gizi lebih sebesar 16% (Kemenkes RI 2018). Data Dinas Kesehatan Jawa Barat tahun 2016 menunjukkan Prevalensi remaja kurus di Kota Bekasi meningkat menjadi 13,9% dan prevalensi gemuk pada remaja usia 16-18 tahun di Jawa Barat sebesar 7,6%. Kota Bekasi masuk ke dalam 12 kabupaten/kota dengan prevalensi anak kurus dan gemuk di atas rata-rata prevalensi Jawa Barat (Dinkes 2016).

Ketidakeimbangan asupan dengan kebutuhan gizi pada remaja akan menimbulkan masalah gizi yaitu gizi kurang dan gizi lebih (Jayanti and Novananda 2019). Salah satu hal yang mempengaruhi asupan gizi remaja adalah keragaman pangan. Saat ini, konsumsi pada remaja masih belum beragam yang ditandai dengan masih rendahnya konsumsi sayur dan buah, serta masih tingginya konsumsi makanan dan minuman berpemanis pada remaja (Kemenkes, 2013).

Selain keragaman pangan, ketersediaan pangan juga menjadi faktor tidak langsung yang mempengaruhi terjadinya masalah gizi ada remaja. Pada tahun 2020 terdapat penurunan konsumsi kalori dan protein dibandingkan tahun sebelumnya yang terjadi pada 8 dari 13 komoditi pangan yang terdiri dari umbi-umbian, ikan, telur dan susu, buah-buahan, bahan minuman, bumbu-bumbuan, makanan dan minuman jadi, serta konsumsi lainnya (BPS Provinsi Jawa Barat, 2020).

Bantargebang merupakan salah satu kecamatan di Kota Bekasi dengan masyarakat di sekitar sekitar tempat pengolahan sampah terpadu (TPST) tergolong ke dalam ekonomi menengah ke bawah. Hal ini dapat berpengaruh pada daya beli yang kemudian berhubungan dengan ketersediaan pangan rumah tangga dan keragaman pangan pada remaja (Carducci *et al.* 2021). Adanya risiko rawan pangan di wilayah sekitar TPST Bantargebang menjadi dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi pada remaja. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk peneliti adanya hubungan ketersediaan dan keragaman pangan serta sosial ekonomi dengan status gizi kurang pada remaja di Bantargebang, Kota Bekasi

## METODE

Desain penelitian ini adalah *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di SMKN 2 Kota Bekasi pada bulan Mei sampai Juli 2022. Tempat penelitian dipertimbangkan karena SMKN 2 Kota Bekasi merupakan salah satu sekolah yang terdekat dengan TPST Bantar Gebang. Responden pada penelitian ini sebanyak 101 responden usia 15-19 tahun. Uji validitas dan realibilitas dilakukan pada kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini. Terdapat 15 pertanyaan yang digunakan dan teruji valid, serta berdasarkan hasil pengujian reliabilitas instrumen dengan rumus Cronbach's Alpha, menunjukkan hasil nilai 0,824.

Data primer dikumpulkan secara langsung melalui wawancara dan pengukuran. Data ketersediaan pangan rumah tangga dikumpulkan melalui wawancara kepada orangtua/orang yang bertanggung jawab atas penyediaan makanan rumah tangga menggunakan form *Measuring Household Food Security* yang dikategorikan menjadi Rawan Pangan (jika nilai poin  $> 2$ ), dan Terjamin (jika nilai poin  $\leq 2$ ). Data keragaman pangan dikumpulkan melalui pengisian kuesioner oleh responden menggunakan form *Individual Dietary Diversity Score* (IDDS) untuk dapat mengetahui apakah selama 24 jam terakhir responden mengonsumsi 12

kelompok pangan yaitu sereal, umbi-umbian, sayur-sayuran, buah-buahan, daging dan olahannya, telur, ikan dan makanan laur lainnya, kacang-kacangan, susu dan olahannya, minyak dan lemak, gula dan pemanis, serta bumbu, rempah dan minuman. Skor 1 diberikan apabila sampel mengonsumsi salah satu jenis pangan dalam satu kelompok pangan, dan skor 0 diberikan apabila sampel sama sekali tidak mengonsumsi jenis pangan dalam suatu kelompok pangan. Semakin banyak skor yang diperoleh maka semakin baik pula keragaman pangan siswa tersebut. Adapun kategori baik diberikan kepada siswa yang mengonsumsi  $\geq 6$  kelompok pangan dalam 24 jam terakhir (FAO 2011). Asupan gizi diperoleh melalui wawancara Recall 2x24 jam. Status gizi remaja ditentukan melalui penghitungan IMT/U untuk mengetahui Z-Score. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan bivariat. Analisis ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik chi-square dengan derajat kepercayaan 95% = 0,05. Penelitian ini telah memperoleh ijin etik dengan Nomer Etik 112/PE/KE/FKK-UMJ/VI/2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1, Sebagian besar responden (54,5%) adalah perempuan, dan 45,5% untuk laki-laki. Sebagian besar responden memiliki

status gizi normal (86,1%) dan remaja yang mengalami gizi kurang sebesar 13,9%. Berdasarkan data Riskesdas (2017), persentase kurus pada remaja usia 16-18 tahun di Jawa Barat adalah sebesar 4,9%. Remaja mengalami pertumbuhan yang pesat sehingga diperlukan adanya pemantauan status gizi pada remaja untuk mengidentifikasi adanya risiko kurang gizi. Pemenuhan zat gizi pada masa remaja sangat perlu perhatian karena terjadinya peningkatan kebutuhan zat gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan (Kemenkes RI, 2017).

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Variabel	n	(%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	46	45,5
Perempuan	55	55,5
Total	101	100,0
<b>Status Gizi (IMT/U)</b>		
Normal	87	86,1
Kurang	14	13,9
Total	101	100,0

Berdasarkan tabel 2, persentase keluarga responden yang mengalami rawan pangan cukup besar yaitu sebesar 66,3% dan sisanya sebanyak 34 keluarga atau sebesar 33,7% termasuk kedalam golongan terjamin. Keragaman pangan responden sebagian besar yaitu 66,3% sudah berada dalam kategori baik, sedangkan sisanya sebesar 33,7% responden masih memiliki keragaman pangan yang rendah.

**Tabel 2.** Ketersediaan dan Keragaman Pangan Rumah Tangga

Variabel	n	(%)
<b>Ketersediaan Pangan</b>		
Rawan Pangan	67	66,3
Terjamin	34	33,7
Total	101	100,0
<b>Keragaman Pangan</b>		
Rendah	34	33,7
Baik	67	66,3
Total	101	100,0

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa asupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak responden secara berturut-turut adalah 1982,1±353,2 kkal, 305,7±58,6 gram, 54,8±21,5 gram dan 58,2±19,4 gram dengan tingkat kecukupan harian sebesar 74,8%, 76,3%, 72,8%, dan 68,5%. Hal ini menunjukkan bahwa asupan dan tingkat kecukupan responden masih di bawah kebutuhan gizi remaja.

**Tabel 3.** Asupan dan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro

Asupan Energi dan Zat Gizi Makro	Mean±SD	% Kecukupan
Energi (kkal)	1982,1±353,2	74,8
Karbohidrat (g)	305,7±58,6	76,3
Protein (g)	54,8±21,5	72,8
Lemak (g)	58,2±19,4	68,5

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara ketersediaan pangan rumah tangga dengan status gizi responden ( $p < 0,05$ ). Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Hartina *et al* (2022) yang menyatakan terdapat hubungan bermakna antara ketersediaan pangan rumah tangga dengan status gizi

remaja, Ketersediaan pangan yang memadai akan berdampak pada pemenuhan kecukupan energi seseorang yang berasal dari pangan yang mengandung karbohidrat, lemak, dan protein sehingga jika ketersediaan pangan tidak mumpuni akan dapat berpengaruh terhadap gizi kurang pada seseorang (Adriani & Wijatmadi 2013).

Menurut kerangka UNICEF asupan makanan adalah penyebab langsung dari terjadinya masalah gizi yang salah satunya ditentukan dari ketersediaan pangan. UNICEF (2021) menyebutkan bahwa remaja yang tinggal bersama keluarga yang rawan pangan memiliki kemungkinan mengalami kekurangan sebesar 81% lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tinggal bersama keluarga dengan pangan terjamin. Ketersediaan pangan merupakan sub-sistem pertama dari tiga sub-sistem ketahanan pangan dan merupakan pangkal dalam upaya mewujudkan kedaulatan dan kemandirian pangan (Reni *et al.* 2020).

Penelitian Yustika *et.al* (2020) menyebutkan bahwa masyarakat miskin akan lebih sulit untuk menjangkau akses pangan sehingga akan mempengaruhi ketersediaan pangan. Menurut Supriadi Rusdiana *et.al* (2017) Indonesia sebenarnya memiliki potensi sangat besar dalam ketersediaan aneka ragam pangan, sehingga pengembangan sumber pangan

lokal harus didasari oleh sumber karbohidrat seperti sereal dan umbi-umbian yang memiliki potensi diversifikasi produk dan memiliki kandungan gizi yang beragam. Strategi dalam membangun ketersediaan pangan diantaranya, membangun penyediaan pangan dari produksi dalam negeri dan sarana prasarana transportasi, ketersediaan teknologi yang memadai, dan membangun kerjasama dengan berbagai komponen pemangku kepentingan (Suryana 2014). Ketersediaan pangan rumah tangga untuk pengoptimalan status gizi remaja sangat penting untuk dipenuhi, hal ini bukan hanya menjadi tanggung jawab individu tersebut saja, tetapi juga menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan khususnya tenaga gizi dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya (Wahyuningsih *et al.* 2020).

**Tabel 4.** Hubungan Ketersediaan Pangan dengan Status Gizi

Ketersediaan Pangan	Status Gizi				P
	Gizi Kurang		Gizi Normal		
	n	(%)	n	(%)	
Rawan Pangan	13	19,4	54	80,6	0,031
Terjamin	1	2,9	33	97,1	

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keragaman pangan dengan status gizi responden ( $p < 0,05$ ). Penelitian ini linear dengan penelitian Utami N & Rofingatul Mubasyiroh

(2020) bahwa keragaman pangan yang dikonsumsi akan berpengaruh pada status gizi dan jika anak tidak mengonsumsi makanan beragam maka risiko relatif mengalami gizi kurang akan meningkat sebesar 1,03 kali. Asupan zat gizi dapat dinilai dari kualitas dan kuantitasnya, yaitu secara kuantitas dapat dilihat dari tingkat kecukupannya sedangkan secara kualitas dapat dilihat dari keragaman pangan yang dikonsumsi (Sari *et al.* 2021). Studi dari McDonald & J McLean (2014) menunjukkan keragaman pangan memiliki hubungan dengan kekurusan dan berat badan kurang.

**Tabel 5.** Hubungan Keragaman Pangan dengan Status Gizi

Keragaman Pangan	Status Gizi				P
	Gizi Kurang		Gizi Normal		
	n	(%)	n	(%)	
Rendah	9	26,5	25	73,5	0,014
Baik	5	7,5	62	92,5	

Rendahnya keragaman pangan menjadi salah satu masalah serius pada masyarakat miskin dimana asupan yang mereka makan rata-rata didominasi oleh makanan pokok dan biasanya mengandung hanya sedikit makanan hewani, sayuran dan buah (Utami Nur H, 2020). Konsumsi bahan pangan yang tidak beragam menjadi masalah bagi negara berkembang, karna didominasi oleh makanan pokok saja sehingga kandungan mikronutriennya pun tidak mencukupi kebutuhan tubuh. Salah satu

faktor yang mempengaruhi keragaman pangan adalah pendapatan keluarga. Menurut Wirawan & Rahmawati (2016), keragaman pangan dipengaruhi oleh sosial ekonomi dimana seiring dengan peningkatan pendapatan keluarga makan keragaman pangan juga akan meningkat. Menurut Pangesti *et al* (2017) terdapat dua faktor yang mempengaruhi keragaman pangan seseorang yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi diantaranya pendapatan keluarga, pengetahuan tentang gizi, budaya dan religi, dan preferensi. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi yaitu produksi, ketersediaan dan distribusi bahan pangan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa asupan energi dan zat gizi makro responden masih dibawah kebutuhan gizinya. Terdapat hubungan antara ketersediaan pangan dan keragaman pangan terhadap status gizi. Peningkatan ketersediaan dan keragaman pangan remaja disekitar TPST perlu diperbaiki untuk meningkatkan status gizi remaja. Penelitian lebih lanjut perlu dilakukan terkait dengan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap status gizi remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. and Wijatmadi, B., (2013).  
Pengantar Gizi Masyarakat.
- Badan Pusat Statistik Jawa Barat. (2020).  
Pola Konsumsi Penduduk Provinsi  
Jawa Barat 2020. Jakarta: BPS
- Carducci B., Oh C., Roth D.E., Neufeld  
L.M., Frongillo E.A., L'Abbe M.  
R., Fanzo J., Herforth A., Sellen  
D.W., Bhutta Z.A. (2021). Gaps  
and priorities in assessment of  
food environments for children  
and adolescents in low- and  
middle-income countries. *Nature  
Food*, VOL 2, June 2021 : 396–  
403
- Dinkes. (2016.) Profil Kesehatan  
Provinsi Jawa Barat Tahun 2016.  
Jawa Barat.
- Jayanti, D Y. and Novananda E, N.,  
(2019). Hubungan Pengetahuan  
Tentang Gizi Seimbang Dengan  
Status Gizi Pada Remaja Putri  
Kelas Xi Akuntansi 2 (Di Smk  
Pgri 2 Kota Kediri). *Jurnal  
Kebidanan*, 6 (2), 100–108.
- Food and Agriculture Organization of the  
United Nations. (2011.) *The State  
of Food Insecurity in the World:  
How does international price  
volatility affect domestic  
economies and food security?*  
Organization.
- Kemenkes RI, 2013. Riset Kesehatan  
Dasar (Riskesdas) 2013.
- Kemenkes RI, (2017). *Gizi Dalam Daur  
Kehidupan*. Jakarta.
- Kemenkes RI, (2018a). Hasil Utama  
Riskesdas 2018. Jakarta.
- Kemenkes RI, (2018b). *Metodologi  
Penelitian Kesehatan*. Jakarta:  
Kemenkes RI.
- Norris A.S., Frongillo E.A., Black M.M,  
Dong Y., Fall C., Lampl M.  
(2021). Nutrition in adolescent  
growth and development.  
*Adolescent Nutrition*, Volume  
399, Issue 10320, P172-184
- Pangesti, D.P., Andadari, S., and  
Mahmudiono, T., (2017).  
Keragaman Pangan dan Tingkat  
Kecukupan Energi serta Protein  
Pada Balita Dietary Diversity,  
Energy and Protein Adequacy in  
Children. *Andadari dan  
Mahmudiono. Amerta Nutr*, 1 (3),  
172–179.
- Reni C, K., Agustanto, D., Amriza  
Wahyu, R., Patmasari Nainggolan,  
D. (2020). Ketahanan Pangan  
Berkelanjutan. *Jurnal  
Kependudukan dan Pembangunan  
Lingkungan*, 1 (2), 70–79.
- Sari, H.P., Permatasari, L., and Putri,  
W.A.K., (2021). Perbedaan  
Keragaman Pangan, Pola Asuh  
Makan, dan Asupan Zat Gizi  
Makro pada Balita dari Ibu  
Bekerja dan Ibu Tidak Bekerja.  
*Amerta Nutrition*, 5 (3), 276.

- Suryana, A., (2014.) Menuju Ketahanan Pangan Indonesia Berkelanjutan 2025: Tantangan dan Penanganannya. Forum penelitian Agro Ekonomi, 32 (2), 123.
- UNICEF, (2021). Strategi Komunikasi Perubahan Sosial Dan Perilaku : Meningkatkan Gizi Remaja Di Indonesia, 12–13.
- Utami, N.H. and Mubasyiroh, R., (2020). Gizi indonesia, 43 (1), 37–48.
- Wahyuningsih, U., Anwar, F., and Kustiyah, L., (2020). Kualitas Konsumsi Pangan Kaitannya Dengan Status Gizi Anak Usia 2-5 Tahun Pada Masyarakat Adat Kesepuhan Ciptagelar Dan Sinar Resmi. Indonesian Journal of Health Development, 2 (1), 1–11.
- Wirawan, N.N. and Rahmawati, W., (2016). Indonesian Journal of Human Nutrition Ketersediaan dan Keragaman Pangan serta Tingkat Ekonomi sebagai Prediktor Status Gizi Balita. Indonesian Journal of Human Nutrition, 3 (1), 80–90.
- Yustika D, L., Andari, Y., Wihastuti, L., and Haribowo, K., 2020. Model Sosial-Ekonomi Dan Ketahanan Pangan Rumah Tangga Di Indonesia. Jurnal Ekonomi dan Pembangunan, 28 (2), 103–115.