



HUBUNGAN KETERSEDIAAN PANGAN TINGKAT RUMAH TANGGA DAN PENGETAHUAN TERHADAP STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA N 4 PADANG

THE RELATIONSHIP OF OF FOOD AVAILABILITY AT THE HOUSEHOLD LEVEL AND KNOWLEDGE ON THE NUTRITIONAL STATUS OF ADOLENCENT WOMEN AT SMA N 4 PADANG

Oktariyani Dasril¹, Vella Destri^{2*}, Silvi Zaimy³, Meldafia Idman⁴, Rury Moryanda⁵

^{1,2,3,4}Universitas Syedza Saintika

Email : yanidasril05@gmail.com , 085263853258

ABSTRAK

Indonesia saat ini masih menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih dengan risiko penyakit yang ditimbulkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dan pengetahuan terhadap status gizi remaja putri di SMA N 4 Padang. Jenis penelitian yaitu deskriptif analitik dengan desain cross sectional study. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI dan XII sebanyak 384 siswi, sedangkan pengambilan sampel menggunakan teknik propotional stratified random sampling sebanyak 216 responden. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil menunjukkan bahwa lebih dari separuh (53,1%) responden memiliki status gizi kurang. Lebih dari separuh (63,4%) responden ketersediaan pangan tingkat rumah tangga tidak terjamin dan lebih dari separuh (65,7%) responden pengetahuan rendah. Terdapat hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga (p-value 0.002) dan pengetahuan (p-value 0,000) terhadap status gizi remaja putri di SMA N 4 Padang tahun 2022. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dan pengetahuan terhadap status gizi remaja putri. Saran, dengan adanya penelitian ini di minta melalui kepala Sekolah dan staff guru agar dapat memberikan informasi tentang gizi dan pentingnya status gizi sekali 3 bulan melalui BK, diharapkan pihak sekolah dapat menyediakan poster disetiap kelas tentang kesehatan dan status gizi.

Kata kunci : Status Gizi, Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga, Pengetahuan

ABSTRACT

Indonesia is currently still facing multiple nutritional problems, namely the problem of undernutrition and overnutrition with the risk of disease. The purpose of this study was to determine the relationship between household level food availability and knowledge on the nutritional status of adolescent girls at SMA N 4 Padang. This type of research is descriptive analytic with a cross sectional study design. The population in this study were students of class XI and XII as many as 384 students, while the sample was taken using a proportional stratified random sampling technique as many as 216 respondents. Data were analyzed by univariate and bivariate using Chi-Square test. The results showed that more than half (53.1%) of the respondents had poor nutritional status. More than half (63.4%) of respondents have unsafe food availability at the household level and more than half (65.7%) of respondents have low knowledge. There is a relationship between food availability at household level (p-value 0.002) and knowledge (p-value 0.000) on the nutritional status of adolescent girls at SMA N 4 Padang in 2022. Based on the results of the study, it can be concluded that there is a relationship between food availability at the household level and knowledge of the nutritional status of adolescent girls. This suggestion was requested through the principal and teacher staff in order to provide information about nutrition and the importance of nutritional status once every 3 months through BK. the school can provide posters in every class about health and nutritional status.

Keywords: Nutritional Status, Household Level Food Availability, Knowledge

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan yang di tandai dengan perubahan fisik, psikis, dan kognitif yang cepat (fikawati, dkk. 2020). Masa remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun (WHO, 2021).

Menurut (UNICEF,2019) terdapat 1,2 miliar atau 16 persen remaja berusia 10-19 tahun dari seluruh populasi dunia. Masa remaja dimulai dari masa remaja awal usia 10-12 tahun, dilanjutkan masa remaja madya usia 13-15 tahun, dan masa remaja akhir usia 16-19 tahun. Remaja sangat rentan terhadap gizi karena remaja berada di masa peralihan. Ada tiga alasan mengapa remaja dikategorikan rentan. Pertama, pertumbuhan dan perkembangan terjadi secara cepat akibatnya tubuh memerlukan energi dan zat gizi yang lebih banyak. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan yang menyebabkan masukan energi dan zat gizi. Ketiga, keikutsertaan pada olahraga, kecanduan alkohol dan obat meningkatkan kebutuhan makan secara berlebihan yang menyebabkan obesitas (Mardalena, 2017).

Status gizi merupakan keadaan tubuh manusia yang dihasilkan dari konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Hal ini juga di artikan sebagai keadaan fisik seseorang yang di tentukan oleh satu atau kombinasi dari ukuran gizi tertentu (Ardiansyah, dkk. 2016). Ketidak seimbangan antara konsumsi dan kebutuhan gizi berdampak pada terjadinya permasalahan gizi, baik gizi kurang ataupun gizi lebih (Mardalena, 2017).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2016, sekitar 24-47% remaja putri mengalami gizi kurang dan 2-24% remaja putri mengalami gizi lebih. Berdasarkan Data Nasional Indonesia mengalami tiga masalah malnutrisi yaitu kurang gizi, berat badan berlebih, dan defisiensi mikronutrien. Sekitar 4,3% remaja perempuan mengalami kondisi kurus dan 25% bertubuh pendek (UNICEF, 2020).

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) prevalensi gizi buruk di Indonesia termasuk dalam kategori serius menurut WHO karena angka nya masih cukup tinggi, yaitu 10,2%, dengan 3,5% di antaranya termasuk kategori gizi buruk. proporsi status gizi kurang dan gizi buruk berada pada 17,7 %,

angka ini masih berada di atas target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2019 yaitu 17%.

Data yang diperoleh Provinsi Sumatera Barat termasuk dalam 17 Provinsi yang memiliki prevalensi status gizi sangat kurus dan sangat gemuk tertinggi di Indonesia prevalensi status gizi kurang remaja umur 16-18 tahun. Di Provinsi Sumatera Barat sekitar 1,9% sangat kurus dan 11% kurus, sedang kan status gizi lebih sekitar 6,4% gemuk dan 1,5% obesitas. Selainitu di dapat kan informasi bahwa persentase sangat kurus dan kurus menurut Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/U) pada remaja putri usia 12-18 tahun di Provinsi Sumatera Barat masing-masing 1,6% dan 4,8%. Angka tersebut lebih tinggi dari angka Nasional yaitu 1,2% dan 3,5%. Risiko Kurang Energi Kronis (KEK) berdasar kan pengukuran lingkaran lengan atas atau LILA pada remaja putri di Provinsi Sumatera Barat yaitu 37,2% lebih tinggi dibandingkan angka Nasional yaitu 32,0% (Direktorat Gizi Masyarakat DJKM & Kementerian Kesehatan,2018).

Berdasarkan hasil skrining data Dinas Kesehatan Kota Padang didapatkan bahwa dari 357 Siswa/Siswi SMAN 4 Padang dan yang termasuk penjarangan sebanyak 324 Siswa/Siswi ditemukan sebanyak 3,7% dengan Status Gizi Sangat Kurang, 6,8% Gizi Kurang, 2,5% Status Gizi Lebih, 1,2% Obesitas, 0,6% Stunting dan 1,2% Risiko Anemia. Dari data di atas dapat di simpulkan bahwa dari 324 siswa/siswi terdapat 6,8% siswa/siswi yang mengalami gizi kurang (Profil Dinas Kesehatan Kota Padang, 2021).

Penilaian status gizi remaja menurut Kementerian Kesehatan (2020) didasarkan pada indeks IMT/U dengan empat kategori yaitu gizi kurang, gizi baik, gizi lebih dan obesitas. Menurut Kementerian Kesehatan (2018) terdapat empat masalah gizi yang dihadapi oleh remaja Indonesia saat ini yaitu anemia karena kekurangan zat besi, gizi kurang, dan gizi lebih atau obesitas. Indonesia saat ini masih menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih dengan risiko penyakit yang ditimbulkan. Masalah gizi ganda ini terdapat di masyarakat pedesaan dan perkotaan.

Permasalahan gizi yang sering terjadi pada remaja putri diantara nya yaitu kurang

energi kronik (gizi kurang), obesitas dan anemia (Patimah, 2017). Faktor penyebab langsung masalah gizi seperti makanan yang tidak sehat, pemahaman gizi yang keliru, dan penyakit infeksi yang di derita. Faktor penyebab tidak langsung dalam permasalahan gizi seperti pola pengasuhan orang tua, pengetahuan, kesukaan berlebihan terhadap makanan, ketahanan pangan keluarga yang kurang memadai, pelayanan kesehatan dan lingkungan kurang memadai. Remaja tidak mengetahui kebutuhan zat gizi untuk kesehatan sehingga remaja memiliki kebiasaan makan yang buruk (Winarsih, 2018). Ketahanan pangan keluarga adalah tingkatan dari suatu keluarga yang mampu menyediakan bahan makanan yang cukup, aman dan bergizi dalam memenuhi kebutuhan pangan sehari-hari untuk dapat hidup aktif dan sehat terutama pada remaja (Hamzah, 2017).

Ketersediaan pangan rumah tangga yang tersedia cukup baik merupakan modal utama dalam perbaikan status gizi dalam keluarga khususnya bagi perbaikan status gizi remaja (Ningrum, 2019). Pentingnya ketersediaan pangan rumah tangga dalam meningkatkan status gizi remaja bukan hanya menjadi tanggung jawab individu tersebut, tetapi juga menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan khususnya tenaga kesehatan gizi masyarakat sebagai upaya peningkatan derajat kesehatan yang setinggi tingginya (Wahyuningsih, 2019)

Berdasarkan hasil penelitian (Hartina, 2020) dengan judul “Hubungan Pola Makan dan Ketersediaan Pangan Rumah Tangga dengan Status Gizi Remaja di Huntara Asam III KEc. Ulujadi Kota Palu” hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa, ada hubungan bermakna antara ketersediaan pangan rumah tangga dengan status gizi remaja dengan p value = 0,024 ($p < 0,05$).

Pengetahuan adalah suatu hasil tau dari manusia atas penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segenap apa yang di ketahui tentang sesuatu objek tertentu (Suriasumantri dalam Nurroh 2017). Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Jadi pengetahuan adalah berbagai macam hal yang di peroleh oleh seseorang melalui panca

indera (Notoadmotjo, 2017). Pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang tentang ilmu gizi, zat gizi, serta interaksi antara zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan (Maria, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian (Agnesia, dkk. 2021) dengan judul “hubungan pengetahuan gizi, persepsi citra tubuh dan gangguan makan dengan status gizi remaja putri di sekolah menengah kejuruan di Kabupaten Gresik” pengetahuan tentang gizi dapat memberikan bekal pada remaja bagaimana memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan yang dapat berpengaruh terhadap status gizi. Hasil analisis yang telah dilakukan menggunakan uji chi square pada hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi didapat kan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti ingin meneliti apakah ada “Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga dan Pengetahuan Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA N 4 Padang Tahun 2022”.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, metode yang digunakan ialah Deskriptif analitik atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi dengan desain penelitian cross sectional, dimana variabel dependen (Status Gizi Remaja Putri) dan variabel independen (Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tagga Dan Pengetahuan) dan diambil dalam waktu yang bersamaan. Penjelasannya ditunjukkan pada Gambar 1. Penelitian dilakukan pada salah satu Sekolah Menengah Atas di Kota Padang. Penelitian dilakukan kepada 384 populasi siswa perempuan. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik propotional stratified random sampling sebanyak 216 responden.

HASIL

1. Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Kejadian Status Gizi Remaja Putri di SMAN 4 Padang

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Kejadian Status Gizi Remaja Putri di SMAN 4 Padang

No	Kejadian Status Gizi	f	%
1	Lebih	63	29.2
2	Kurang	116	53.7
3	Normal	37	17.1
Jumlah		216	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa lebih dari separuh yaitu (53.7%) responden memiliki status gizi kurang pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022.

b. Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga Dengan Kejadian Status Gizi Remaja Putri di SMA N 4 Padang

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga Dengan Kejadian Status Gizi Remaja Putri di SMA N 4 Padang

No	Ketersediaan Pangan	F	%
1	Tidak Terjamin	137	63.4
2	Terjamin	79	36.6
Jumlah		216	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa dari 216 responden lebih dari separuh yaitu (63.4%) responden ketersediaan pangan tidak terjamin pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022.

c. Pengetahuan Dengan Kejadian Status Gizi Remaja Putri di SMAN 4 Padang

Tabel 3

Distribusi frekuensi pengetahuan dengan kejadian status gizi remaja putri SMAN 4 Padang

No	Pengetahuan	F	%
1	Rendah	142	65.7
2	Tinggi	74	34.3
Jumlah		216	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa dari 216 responden lebih dari separuh yaitu (65.7%) responden pengetahuan rendah pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022.

d. Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA N 4 Padang

Tabel 4

hubungan antara ketersediaan pangan rumah tangga dengan status gizi remaja di SMA N 4 Padang

Ketersediaan Pangan	Status Gizi						Jumlah	P-Value
	Lebih		Kurang		Normal			
	f	%	F	%	f	%	f	%
Tidak Terjamin	50	36.5	62	45.3	25	18.2	137	100
Terjamin	13	16.5	54	68.4	12	15.2	79	100
Jumlah	63	29.2	116	53.7	37	17.1	216	100

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa proporsi responden status gizi kurang banyak terdapat pada responden ketersediaan pangan tidak terjamin yaitu 62 responden (45.3%) dibandingkan dari proporsi responden status gizi normal pada responden ketersediaan pangan terjamin yaitu 12 responden (15.2%) pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Berdasarkan hasil uji chi-square didapatkan p-value 0,002 ($p < 0,05$), maka dapat diartikan bahwa ada hubungan ketersediaan pangan dengan status gizi pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022.

e. Hubungan Pengetahuan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA N 4 Padang

Tabel 5
Hubungan Pengetahuan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA N 4 Padang

Pengetahuan	Status Gizi						Jumlah		P-Value
	Lebih		Kurang		Normal		f	%	
	f	%	F	%	f	%			
Rendah	59	41.5	55	38.7	28	19.7	142	100	0,000
Tinggi	4	5.4	61	82.4	9	12.2	74	100	
Jumlah	63	29.2	116	53.7	37	17.1	216	100	

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa proporsi responden status gizi kurang banyak terdapat pada responden pengetahuan rendah yaitu 55 responden (38.7%) dibandingkan dari proporsi responden status gizi normal pada responden pengetahuan tinggi yaitu 9 responden (12.2%) pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Berdasarkan hasil uji chi-square didapatkan p-value 0,000 ($p < 0,05$), maka dapat diartikan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan status gizi pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022.

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Kejadian Status Gizi Remaja Putri SMAN 4 Padang

Berdasarkan hasil penelitian bahwa lebih dari separuh yaitu (53.7%) responden memiliki status gizi kurang pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuliantri, dkk (2021) yang menyatakan ada kesamaan didalam hasil penelitian bahwa lebih dari separuh responden mengalami gizi kurang yaitu (59.3%) pada remaja Kampung Bangka Kalimantan Selatan. Status gizi merupakan keadaan keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan sebagai metabolisme tubuh. Setiap orang memiliki kebutuhan nutrisi yang berbeda-beda, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, dan berat badan (Par'I, 2017). Status gizi adalah keadaan tubuh yang di pengaruhi oleh zat-zat gizi tertentu sebagai akibat dari konsumsi makanan (Yolanda dkk., 2016). Pengkategorian status gizi dalam penelitian di sesuaikan dengan usia dari responden. Responden yang memiliki usia kurang dari atau sama dengan 18 tahun diukur status gizinya merupakan indeks massa

tubuh berdasarkan umur (IMT/U) dan responden dengan usia lebih dari 18 tahun menggunakan Indeks massa tubuh (IMT).

Asumsi peneliti, lebih dari separuh responden mengalami gizi kurang disebabkan oleh responden tidak menjaga status gizi dengan baik, responden tidak jarang sekali mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat gizi, responden dengan status gizi kurang juga disebabkan oleh sering mengkonsumsi makanan yang tidak sehat atau makanan yang kurang mengandung gizi. Responden juga tidak mengetahui jenis-jenis zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, seperti makanan yang mengandung sumber energi, sumber protein nabati dan sumber protein hewani. Responden juga tidak mengetahui apa dampak dari kurang gizi.

b. Distribusi Frekuensi Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga Dengan Kejadian Status Gizi Remaja Putri SMAN 4 Padang

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dari 216 responden lebih dari separuh yaitu (63.4%) responden ketersediaan pangan tidak terjamin pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hartina, dkk (2020) dengan judul Hubungan Pola Makan dan Ketersediaan Pangan Rumah Tangga dengan Status Gizi Remaja di Hutara Asam III Kec. Ulujadi Kota Palu yang menyatakan ada kesamaan didalam hasil penelitian bahwa lebih dari separuh ketersediaan pangan tidak cukup yaitu (59.4%).

Ketersediaan Pangan merupakan kondisi penyediaan pangan yang mencakup makanan dan minuman yang berasal dari tanaman, ternak, dan ikan serta turunan nya bagi penduduk suatu wilayah dalam kurun waktu tertentu. Ketersediaan pangan merupakan suatu sistem yang berjenjang (bierarchical systems) mulai dari nasioal, provinsi (regional), lokal (kabupaten/kota), dan rumah tangga. Ketersediaan pangan dapat diukur baik tingkat makro (nasional, provinsi, kabupaten/kota) maupun mikr (rumah tangga) (Suhardjo, 1986 dalam Ramadhina, 2019).

Asumsi peneliti, lebih dari separuh responden ketersediaan pangan tidak terjamin, hal ini disebabkan oleh responden tidak memiliki kesediaan makanan yang cukup untuk dikonsumsi, hal ini dikarenakan pendapatan

responden tidak cukup untuk memenuhi ketersediaan pangan rumah tangga. Ketersediaan pangan yang tidak terjamin juga dikarenakan status ekonomi responden yang kurang dan tidak memiliki pembiayaan yang lebih untuk memiliki pangan yang cukup dan ketersediaan pangan yang banyak mengandung zat gizi.

Berdasarkan hasil dari analisis kuesioner didapatkan bahwa ketersediaan pangan yang tidak terjamin peneliti mendapatkan responden banyak menjawab tidak pernah (TP) pada pernyataan “Dalam 12 bulan terakhir ini, dimulai dari bulan kebelakang, apakah ada anggota keluarga ini yang pernah dikurangi pangannya dikarenakan ketiadaan uang?” yaitu 41.2% dan responden banyak menjawab kadang-kadang (KK) pada pernyataan “Apakah dalam 12 bulan terakhir ini keluarga ibu pernah tidak mampu menyediakan makan yang seimbang?” yaitu 41.2%. Sedangkan responden yang memiliki ketersediaan pangan yang terjamin peneliti mendapatkan responden banyak menjawab selalu (SL) pada pernyataan “Dalam 12 bulan terakhir ini pernahkah anak ibu tidak makan selama sehari dikarenakan ketidakcukupan uang untuk makan?” yaitu 24.5% dan responden banyak menjawab sering (SR) pada pernyataan “Apakah dalam 12 bulan terakhir ini anak ibu pernah kurang makan dikarenakan tidak mammpu memberikan makanan yang cukup?” yaitu 20.8%.

c. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Dengan Kejadian Status Gizi Remaja Putri SMAN 4 Padang

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dari 216 responden lebih dari seapruh yaitu (65.7%) responden pengetahuan rendah pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitan yang dilakukan oleh Agnesia, dkk (2021) dengan judul Hubungan Pengetahuan Gizi, Persepsi Citra Tubuh dan Gangguan Makan dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sekolah Menengah Kejuruan Di Kabupaten Gresik yang menyatakan ada kesamaan didalam hasil penelitian bahwa lebih dari separuh responden memiliki tingkat pengetahuan rendah yaitu (66.8%).

Pengetahuan secara garis besar merupakan hasil dari tahu dan ini setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera

manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2012). Terkait dengan kesehatan, peningkatan pengetahuan tidak selalu menyebabkan perubahan perilaku, namun hubungan positif antara kedua variabel ini telah diperlihatkan dalam sejumlah penelitian. pengetahuan tertentu tentang kesehatan mungkin penting sebelum suatu tindakan kesehatan terjadi, tetapi tindakan kesahatn yang diharapkan mungkin tidak akan terjadi kecuali apabila seseorang mendapat isyarat yang cukup kuat untuk memotivasinya agar bertindak atas dasar pengetahuan yang dimilikinya.

Asumsi peneliti, lebih dari separuh responden memiliki tingkat pengetahuan rendah, hal ini dikarenakan responden tidak tahu bahwa responden memiliki status gizi kurang, responden tidak mendapat informasi tetntang status gizi dan responden juga tidak tahu bahwa status gizi dapat disebabkan oleh makanan yang dikonsumsi tidak mengandung gizi yang lebih. Tingkat pengetahuan responden yang rendah juga diakrenakan responden tidak memiliki pemahaman tentang status gizi, status gizi responden yang kurang juga dikarenakan responden memiliki kebiasaan tidak mengkonsumsi makanan yang sehat dan makanan yang banyak mengandung gizi.

Berdasarkan hasil dari analisis kuesioner didapatkan bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah dikarenakan responden banyak menjawab salah (0) pada pertanyaan “Apa yang di maksud dengan status gizi?” yaitu 68.5% dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi dikarenakan responden banyak menjawab benar (1) pada pertanyaan “Makanan yang merupakan sumber energy atau tenaga adalah?” yaitu 61.1%.

d. Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga Dengan Status Gizi Remaja Putri SMAN 4 Padang

Berdasarkan hasil penelitin bahwa proporsi responden status gizi kurang banyak terdapat pada responden ketersediaan pangan tidak terjamin yaitu 62 responden (45.3%) dibandingkan dari proporsi responden status gizi normal pada respondenden ketersediaan pangan terjamin yaitu 12 responden (15.2%) pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022.

Berdasarkan hasil uji chi-square didapatkan p-value 0,002 ($p < 0,05$), maka dapat diartikan bahwa ada hubungan ketersediaan pangan dengan status gizi pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hartina, dkk (2020) dengan judul Hubungan Pola Makan dan Ketersediaan Pangan Rumah Tangga dengan Status Gizi Remaja di Hutara Asam III Kec. Ulujadi Kota Palu yang menyatakan ada kesamaan didalam hasil penelitian bahwa ada hubungan ketersediaan pangan dengan status gizi remaja dengan p-value 0,024.

Status gizi merupakan keadaan keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan sebagai metabolisme tubuh. Setiap orang memiliki kebutuhan nutrisi yang berbeda-beda, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, dan berat badan (Par'I, 2017). Status gizi adalah keadaan tubuh yang di pengaruhi oleh zat-zat gizi tertentu sebagai akibat dari konsumsi makanan (Yolanda dkk., 2016).

Ketersediaan Pangan merupakan kondisi penyediaan pangan yang mencakup makanan dan minuman yang berasal dari tanaman, ternak, dan ikan serta turunannya bagi penduduk suatu wilayah dalam kurun waktu tertentu. Ketersediaan pangan merupakan suatu sistem yang berjenjang (hierarchical systems) mulai dari nasional, provinsi (regional), lokal (kabupaten/kota), dan rumah tangga. Ketersediaan pangan dapat diukur baik tingkat makro (nasional, provinsi, kabupaten/kota) maupun mikro (rumah tangga) (Suhardjo, 1986 dalam Ramadhina, 2019).

Asumsi peneliti, ada hubungan ketersediaan pangan dengan status gizi dikarenakan status gizi yang kurang banyak disebabkan oleh ketersediaan pangan, responden tidak memiliki asupan gizi yang baik dan responden juga keterbatasan dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari. Ketersediaan responden yang tidak terjamin dikarenakan pendapatan responden tidak cukup untuk memenuhi ketersediaan pangan rumah tangga. Ada hubungan ketersediaan pangan dengan status gizi dikarenakan ibu responden juga tidak bisa memilih atau menyediakan makanan yang banyak mengandung zat gizi untuk mengatasi status gizi kurang pada anaknya.

e. Hubungan Pengetahuan Dengan Status Gizi Remaja SMA Putri

Berdasarkan hasil penelitian bahwa proporsi responden status gizi kurang banyak terdapat pada responden pengetahuan rendah yaitu 59 responden (41.5%) dibandingkan dari proporsi responden status gizi normal pada responden pengetahuan tinggi yaitu 9 responden (12.2%) pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Berdasarkan hasil uji chi-square didapatkan p-value 0,000 ($p < 0,05$), maka dapat diartikan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan status gizi pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agnesia, dkk (2021) dengan judul Hubungan Pengetahuan Gizi, Persepsi Citra Tubuh dan Gangguan Makan dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sekolah Menengah Kejuruan Di Kabupaten Gresik yang menyatakan ada kesamaan didalam hasil penelitian bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan status gizi remaja dengan p-value 0,000.

Status gizi merupakan keadaan keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan sebagai metabolisme tubuh. Setiap orang memiliki kebutuhan nutrisi yang berbeda-beda, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, dan berat badan (Par'I, 2017). Status gizi adalah keadaan tubuh yang di pengaruhi oleh zat-zat gizi tertentu sebagai akibat dari konsumsi makanan (Yolanda dkk., 2016).

Pengetahuan secara garis besar merupakan hasil dari tahu dan ini setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2012). Terkait dengan kesehatan, peningkatan pengetahuan tidak selalu menyebabkan perubahan perilaku, namun hubungan positif antara kedua variabel ini telah diperlihatkan dalam sejumlah penelitian. Pengetahuan tertentu tentang kesehatan mungkin penting sebelum suatu tindakan kesehatan terjadi, tetapi tindakan kesehatan yang diharapkan mungkin tidak akan terjadi kecuali apabila seseorang mendapat isyarat yang cukup kuat untuk memotivasinya

agar bertindak atas dasar pengetahuan yang dimilikinya.

Asumsi peneliti, ada hubungan pengetahuan dengan status gizi dikarenakan pengetahuan responden merupakan salah satu tingkat pemahaman responden tentang status gizi, status gizi responden yang kurang dikarenakan responden memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang status gizi, seperti halnya responden tidak tahu bahwa status gizi yang kurang disebabkan oleh kurangnya mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat gizi. Rendahnya pengetahuan gizi responden dilihat juga dari ketidaktahuan responden tentang ciri-ciri tubuh yang mengalami kurang gizi seperti responden tidak peduli dengan bentuk tubuhnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul penelitian “Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga dan Pengetahuan Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA N 4 Padang Tahun 2022”, maka dapat disimpulkan bahwa: Lebih dari separuh responden memiliki status gizi kurang pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022, Lebih dari separuh responden ketersediaan pangan tidak terjamin pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022, Lebih dari separuh responden pengetahuan rendah pada remaja putri SMAN 4 Padang tahun 2022. Ditemukan bahwa terdapat hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dengan status gizi pada remaja putri dengan p-value 0,002 ($p < 0,05$), terdapat hubungan antara pengetahuan dengan status gizi pada remaja putri dengan p-value 0,000 ($p < 0,05$).

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian selanjutnya dengan metode lain seperti dengan melakukan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya sarapan pagi dan tentang gizi pada remaja. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa kesehatan masyarakat dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dan pengetahuan terhadap status gizi remaja. Terakhir, disarankan melalui kepala Sekolah dan staff guru agar dapat memberikan informasi tentang gizi dan pentingnya status gizi sekali 3 bulan melalui BK dan diharapkan pihak

sekolah dapat menyediakan poster di setiap kelas tentang kesehatan dan status gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agnesia, dkk. 2021. Hubungan Pengetahuan Gizi, Persepsi Citra Tubuh dan Gangguan Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di Sekolah Menengah Kejuruan. Kabupaten Gresik.
- Aramico, dkk. Hubungan Asupan Gizi, Aktivitas Fisik, Menstruasi dan Anemia dengan Status Gizi Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) simpang Kiri Kota Sabulussalam. Banda Aceh: Sel Jurnal Penelitian Kesehatan Vol4 No.1, juli 2017, 21-30.
- Ardiansyah, & Supariasa. 2016. Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC
- Arikunto. 2013. Proses Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta
- Astutik. 2013. Data dan Riset Kesehatan Daerah: Riskesdas
- Direktorat Gizi Masyarakat DJKM, Kementerian Kesehatan,. Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2017/2018. Available from:
- Fikawati, dkk. 2020. Gizi Anak dan Remaja. In Gizi Remaja (pp. 129-254). Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Hamzah, D. F. 2017. Hubungan Ketahanan Pangan Keluarga Dengan Status Gizi Keluarga Buruh Kayu di Kampung Kotalintang Kecamatan Kota Kuala Simpang Kabupaten Aceh Tamiang Provinsi Aceh Tahun 2014. *Jumatik* 35: 134-146
- Hartina, dkk. 2020. Hubungan Pola Makan dan Ketersediaan Pangan Rumah Tangga dengan Status Gizi Remaja di Huntara Asam III Kec. Ulujadi Kota Palu. *Jurnal Kolaboratif Sains Vol. 03* edisi 8.
- Hurlock. 2014. Psikologi Perkembangan: Suatu Pedekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2010. Ketersediaan Pangan Rumah Tangga.



- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Kenali Masalah Gizi yang Ancam Remaja Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. *Orphanet Journal of Rare Diseases* (2020).
- Mardalena, I. 2017. *Dasar Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Morris, J.C. 2013. *Pedoman Gizi Pengkajian & Dokumentasi* (I.D.N. Supriasa & D. widiarti, Eds.). Jakarta: EGC
- Nevid, J. 2017. *Psikologi: konsepsi dan aplikasi*. Bandung: Nusa Media.
- Ningrum, V., 2019, Akses Pangan dan Kejadian Balita Stunting: Kasus Pedesaan Pertanian Di Klaten. *Jurnal Pangan*, 28: 73-82.
- Notoatmodjo S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Pakar Gizi Indonesia. 2016. *Ilmu Gizi: Teori & Aplikasi* (Hardinsyah & I.D.N> Supriasa, Eds.). Jakarta: EGC
- Par'I, H. dkk. 2017. *Penilaian Status Gizi*. In *Penilaian Status Gizi* (pp.1-14). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Patimah, S. 2017. *Gizi Remaja Putri Plus 1000 Hari Pertama Kehidupan*. (A. Suzana, Ed.). Bandung: PT Refika Aditama
- Profil Dinas Kesehatan Kota Padang, 2021
- Risikesdas. 2018. *Hasil Utama Risikesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.
- Supriasa, dkk. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- Supriasa. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- UNICEF. 2019. *Adolescent Demographics*. Retrieved March 16, 2021, from UNICEF.
- UNICEF. 2020. *Situasi Anak di Indonesia*. Retrieved March 3, 2021.
- Wahyuningsih, U, W., 2016. *Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Anak Di Wilayah Kerja Psukesmas Tompaso Kecamatan Tompaso. Jurnal Keperawatan*. Vol. 01 Edisi 1.
- Waluya, N.A. 2020. *Konsepsi Sampai Remaja*. In *Dsar-Dasar Keperawatan* (pp. 110-117). Singapore: Elsevier.
- WHO. 2016. *Address Double Burden of Malnutrition*. From WHO.
- WHO. 2021. *Adolescent health*. Retrieved March 21, 2021, From World Health Organization.
- Winarsih. 2018. *Pengantar Ilmu Gizi dan Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.