

BIAYA BAHAN MAKANAN, DENSITAS ENERGI MAKANAN DAN STATUS GIZI WANITA PEDAGANG PASAR KEBAYORAN LAMA JAKARTA SELATAN

Rachmanida Nuzrina¹, Sugeng Wiyono²

¹Department of Nutrition Faculty of Health Sciences, Esa Unggul University

²Polytechnic of Health Jakarta II, Department of Nutrition, Ministry of Health Republic of Indonesia

Jln. Arjuna Utara Tol Tomang Kebun Jeruk, Jakarta 11510

rachmanida.nuzrina@esaunggul.ac.id

Abstract

It is estimated in 2015, the prevalence of over nutrition will surpass the prevalence of under nutrition as the cause of the death to the poor community. This is caused by consumption of high food fat, sugar and refined grains that is higher compared to vegetables and the seeds because of its deliciousness, give the full feeling and cheaper cost. This research try to explore the relationship between the food cost, the density of food energy intake and the nutritional status of the woman market traders in Kebayoran Lama, South Jakarta. This research used cross sectional design with the number of samples 64 female traders based on the status of the over-weight and normal. The food energy density data is recorded with food recall 24 hours, and the food cost is obtained from price survey in the local market. Results of the research shows food with the highest energy density is jerohan (9 kcals/g), the food with the lowest energy density is the cucumber (0.08 kcals/g), food with the highest cost is the string bean (Rp. 117/100 kcals), the food with the lowest cost is jerohan (Rp.1.10/100 kcals). There is a significant negative correlation between the food cost and the energy density of food ($r = - 0,521$; $p < 0,05$). Average energy intake from main food is 979 kcals (± 282), vegetables and fruit is 48 kcals (± 24.1), sugar and fat is 909 kcals (± 299). There is significant difference on average energy intake (238 kcals) of main food, fruits and vegetables (19 kcals), and sugar and fats (344 kcals) with respect to nutritional status. Nutrition education using dietary guidelines should be the main effort to reduce the prevalence of over-weight.

Keywords: *food cost, density and nutritional status, woman market*

Abstrak

Diperkirakan pada tahun 2015 penyakit akibat gizi lebih akan melebihi jumlah penyakit akibat gizi kurang sebagai penyebab kematian pada masyarakat miskin. Hal ini dikarenakan konsumsi makanan tinggi lemak, gula dan makanan pokok lebih tinggi dibandingkan buah, sayur dan biji-bijian karena rasa lezat, memberi rasa kenyang dan biaya yang lebih murah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara biaya bahan makanan, densitas energi makanan yang dikonsumsi, dan Status Gizi wanita pedagang pasar Kebayoran Lama Jakarta Selatan. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional dengan jumlah sampel 64 pedagang perempuan dengan status gizi lebih dan normal. Data karakteristik dicatat dengan kuesioner, data densitas dicatat dengan food recall 24 jam, dan biaya bahan makanan dengan survey harga pasar. Hasil penelitian menunjukkan makanan dengan densitas energi tertinggi adalah jerohan (9 Kalori/gram), bahan makanan dengan densitas energi terendah adalah ketimun (0.08 Kalori/gram), makanan dengan biaya paling tinggi adalah buncis (117 rupiah/100 Kalori), bahan makanan dengan biaya terendah adalah jerohan (1.10 rupiah/100 Kalori). Hasil Uji Korelasi menunjukkan ada hubungan antara biaya bahan makanan dengan densitas

energi makanan $r = 0.521$ ($p < 0,05$). Rata-rata asupan energi dari konsumsi makanan pokok sebesar 979 Kalori (± 282), konsumsi sayur dan buah 48 Kalori (± 24.1), konsumsi gula dan lemak 909 Kalori (± 299). Perbedaan rata-rata asupan energi dari konsumsi makanan pokok menurut status gizi sebesar 238 Kalori ($p < 0.05$), konsumsi sayur dan buah berdasarkan status gizi sebesar 19 Kalori ($p < 0.05$), perbedaan rata-rata asupan energi dari konsumsi gula dan lemak berdasarkan status gizi sebesar 344 Kalori ($p < 0.05$).

Kata kunci: biaya bahan makanan, status gizi, harga pasar

Pendahuluan

Salah Satu Tujuan Diciptakannya *Millenium Development Goals* adalah menghapuskan kemiskinan dan kelaparan (*poverty and chronic hunger*). Ditinjau dari segi gizi, kemiskinan dan kelaparan selalu dihubungkan dengan ketidaktahanan pangan yang bisa menyebabkan tidak hanya gizi kurang namun juga gizi lebih yang mengarah pada *overweight* dan obesitas. Diperkirakan pada tahun 2015 penyakit yang berhubungan dengan gizi lebih akan melebihi jumlah penyakit akibat gizi kurang sebagai penyebab kematian pada masyarakat miskin, karena pola makan masyarakat miskin yang mengkonsumsi makanan melebihi kebutuhan energi mereka namun kurang zat gizi lain yang bisa mencegah terjadinya penyakit-penyakit kronis (Tanumihardjo, et. all, 2007). Di Indonesia, gizi lebih merupakan salah satu masalah gizi yang menjadi perhatian. Departemen Kesehatan R.I (2005) melaporkan beberapa daerah di Indonesia masih banyak masyarakat yang menderita gizi lebih yang sudah bisa dilihat dari mulai anak sekolah dan remaja. Hasil penelitian skor IMT pada murid sekolah dasar umur 8-10 tahun di Jakarta dan Bogor pada tahun 1998 menunjukkan 7,6% anak laki-laki dan 4,9% anak perempuan termasuk dalam kategori gemuk. Di Yogyakarta pada tahun 1999 menunjukkan 9,7% anak SD menderita obesitas. Sedangkan survei yang sama di Denpasar tahun 2002 menunjukkan 15,8% anak SD menderita obesitas. Selanjutnya survei yang dilakukan pada siswa/siswi SLTP di Yogyakarta menunjukkan 7,8% remaja di perkotaan dan 2% remaja di pedesaan menderita *obesitas*. Untuk memperbaiki masalah tersebut diperlukan peningkatan aktifitas fisik yang teratur serta diet dengan peningkatan konsumsi *karbohidrat*

kompleks yaitu dengan perilaku konsumsi buah dan sayur, penerapan diet dengan basis bahan makanan seperti biji-bijian, ikan segar dan daging rendah lemak yang lebih kaya zat gizi. Penurunan daya beli membuat masyarakat miskin mengurangi jenis pangan yang mahal biayanya dan mensubstitusinya dengan pangan yang relatif murah. Dengan demikian pemenuhan makanan lebih mengutamakan konsep kenyang daripada memperhatikan kandungan gizinya (Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2006-2010, 2006). Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui hubungan antara biaya bahan makanan (Rupiah per 100 kalori), densitas energi makanan yang dikonsumsi (kilokalori per gram), dan Status Gizi pada wanita pedagang pasar di kebayoran lama Jakarta Selatan.

Metode Penelitian

Penelitian ini diadakan di Perkampungan pedagang pasar kebayoran lama di Kelurahan Cipulir Kecamatan Kebayoran Lama Jakarta Selatan, dengan responden wanita pedagang di pasar Kebayoran Lama Jakarta Selatan. Adapun penentuan lokasi penelitian dilakukan secara *purposive* dengan alasan para pedagang tersebut memiliki keadaan sosial ekonomi menengah ke bawah dan memiliki resiko kegemukan dilihat dari postur tubuh. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan Januari - Februari 2008. Rancangan penelitiannya adalah asosiatif yaitu untuk mencari hubungan variabel *independent* terhadap variabel *dependent secara cross sectional*. Penelitian ini mencari pengaruh densitas energi makanan terhadap biaya bahan makanan dan status gizi pada wanita pedagang pasar Kebayoran Lama Jakarta Selatan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan

adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan. Pengambilan sampel dengan teknik ini dilakukan sedemikian rupa sehingga keterwakilannya ditentukan oleh peneliti. Data karakteristik dicatat dengan kuesioner, data densitas dicatat dengan *food recall* 24 jam, dan biaya bahan makanan dengan survey harga pasar.

Hasil dan Pembahasan

Rata-rata responden berumur 31 – 40 tahun dan bertingkat pendidikan SD. Total Energi yang dikonsumsi rata-rata berasal dari kelompok bahan makanan pokok, gula dan lemak (lihat tabel 1).

Tabel 1
Karakteristik Responden

Variabel	N = 64
Umur	
a. 20 – 30 tahun	19(29,7) ^a
b. 31 – 40 tahun	33(51,5)
c. 41 – 50 tahun	9(14,0)
d. >50 tahun	3(4,8)
Variabel	N = 64
Tingkat Pendidikan	
a. SD	30(46,9)
b. SMP	24(37,5)
c. SMA	10(15,6)
Total Energi yang di Konsumsi Responden	
a. Kelompok Bahan Makanan Pokok	979,6 ± 282,6 ^b
b. Kelompok Sayur dan Buah	48 ± 24
c. Kelompok Gula dan Lemak	909 ± 298,7

^aN(%)

^bMean ± SD (kalori)

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 67 jenis bahan makanan yang dikonsumsi oleh 64 responden dalam penelitian ini yang memiliki densitas energi tertinggi adalah jerohan (9.02 kalori/gram) dan yang memiliki densitas energi terendah adalah ketimun (0.08 kalori/gram). Selain itu dapat diketahui juga bahwa bahan makanan dengan densitas energi tinggi sebagian besar berasal dari kelompok bahan makanan pokok, gula dan lemak seperti beras, mi instan, gula, lemak hewan, dan makanan yang diolah dengan cara digoreng atau *deep fried*. Sedangkan kelompok sayur dan buah-bua-

han memiliki densitas energi terkecil. Dari 67 jenis bahan makanan yang dikonsumsi oleh 64 responden dalam penelitian ini yang memiliki biaya tertinggi adalah buncis (117.6 Rupiah/ 100 kalori) dan yang memiliki biaya energi terendah adalah jerohan (1.1 Rupiah/100kalori) dengan rata-rata 18.878 rupiah/kalori dan standar deviasi 24,2 rupiah/100 kalori. Selain itu dapat diketahui juga bahwa bahan makanan dengan biaya tinggi sebagian besar berasal dari kelompok bahan sayur dan buah-buahan. Sedangkan kelompok gula dan lemak memiliki biaya makanan terkecil (lihat tabel 2).

Tabel 2
Daftar Biaya Bahan Makanan dan Densitas Energi Makanan Yang dikonsumsi Oleh Responden

Bahan Makanan	cost	Density	Bahan Makanan	cost	Density
Buncis	117.64	0.34	kerupuk gendar	10.52	1.90
sawi hijau	100.00	0.20	tempe	9.95	2.01
Bayam	93.75	0.16	ikan lele	9.52	0.84
nangka	68.18	0.44	minuman ringan	9.09	0.55
kopi bubuk	58.13	1.29	Bakwan	8.92	2.80
Leunca	52.63	0.38	Bakso	8.10	3.70
Tomat	50.00	0.24	biskuit marie	7.64	4.58
			telur ayam		
Ketimun	50.00	0.08	negeri	7.22	1.55
ikan mas	40.68	1.30	permen coklat	6.41	5.20
Hati	37.87	1.32	bihun	5.74	3.48
Terong	35.71	0.28	oncom	5.34	1.87
Petai	35.32	0.92	gula merah	4.72	3.86
kacang panjang	32.25	0.31	wafer coklat	4.54	7.33
daun singkong	29.62	0.84	biskuit coklat	4.54	6.60
Tauge	29.41	0.34	roti manis	4.03	2.48
			minmn serbuk		
Kangkung	27.47	0.91	inst	4.00	8.33
mi basah	22.72	0.88	tepung tapioka	3.93	3.81
Jeruk	22.22	0.45	biskuit	3.27	4.58
The	20.47	2.93	makanan ringan	3.24	4.40
Salak	19.23	0.78	ubi	2.94	1.19
Duku	19.04	0.63	sirup	2.81	2.13
telur ayam					
kampung	17.24	1.74	mi instan	2.72	5.17
Wortel	16.66	0.36	tepung terigu	2.70	3.33
susu kental manis	16.61	3.43	tepung beras	2.69	3.53
Pepaya	16.30	0.46	keripik singkong	2.59	4.81
labu siam	15.00	0.30	kerupuk rambak	2.38	5.04
Nasi Uduk	13.15	1.90	singkong	2.29	1.31
ikan asin bulu					
ayam	12.34	1.62	gula pasir	1.90	3.94
tahu	12.16	0.82	kacang tanah	1.61	5.25
pisang	11.57	1.08	Beras lokal	1.40	3.57
coklat	11.37	5.65	minyak kelapa	1.24	8.84
daging sapi gemuk	11.15	2.69	tetelan	1.16	8.18
ikan cue	10.86	1.38	jeroan	1.10	9.02

Sumber : hasil survey responden

Hubungan Biaya Bahan Makanan dengan Densitas Energi Makanan

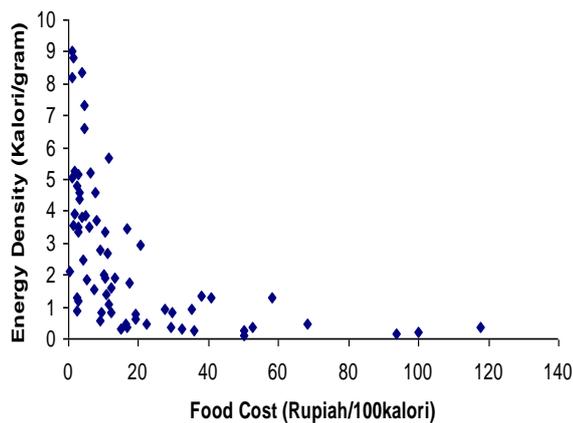
Penentuan hubungan biaya bahan makanan dengan desitas energi makanan selain dapat dilihat pada diagram tebar, terdapat empat diagram tebar yaitu antara biaya bahan makanan dengan yant densitas energi keseluruhan makanan, diagram tebar antara biaya dengan densitas energi

makanan pokok, diagram tebar antara biaya dengan densitas energi sayur dan buah, diagram tebar antara biaya dengan densitas energi gula dan lemak.

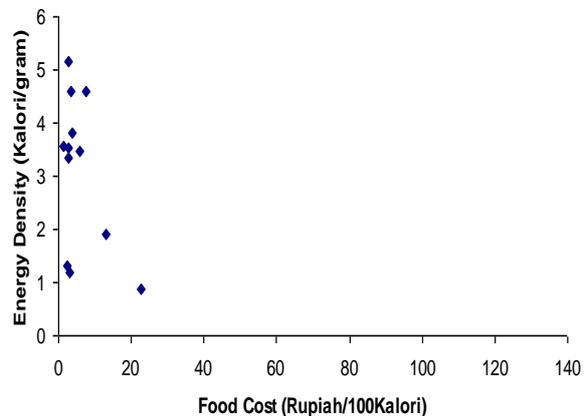
Dalam penelitian ini harga bahan makanan didapatkan melalui survey harga bahan makanan yang dilakukan di pasar Kebayoran Lama dimana tempat ini adalah tempat para responden berdagang

sehari-hari, selain itu survey pasar juga dilakukan di warung-warung dan toko-toko tempat para responden tersebut biasa membeli bahan makanan dan kebutuhan harian mereka. Kedua harga tersebut kemudian dijumlahkan dan dirata-ratakan, kemudian hasilnya dibagi dengan 100 gram bahan makanan. Hasil yang didapat adalah bahan makanan yang memiliki harga tertinggi adalah buncis yaitu 117 rupiah/100 gram, selain itu secara keseluruhan sebagian sayur dan buah

memiliki harga yang relatif tinggi jika dibandingkan dengan makanan lain seperti beras, mie, tepung-tepungan, daging, jerohan dan lain-lain. Karena itu dapat disimpulkan bahwa bahan makanan segar seperti sayur dan buah-buahan memiliki biaya bahan makanan yang tinggi jika dibandingkan dengan bahan makanan lain yang dikonsumsi oleh para wanita pedagang seperti jerohan, lemak hewan, minuman instan, makanan yang digoreng.



Grafik.1
Hubungan Biaya Bahan Makanan dan Densitas Energi Seluruh Bahan Makanan



Grafik.2
Hubungan Biaya Bahan Makanan dan Densitas Energi Kelompok Bahan Makanan Pokok

Dari grafik 1 dapat diketahui bahwa bahan makanan dengan biaya yang paling tinggi (buncis 117 Rupiah/100 kalori) nilai densitas energi makanan yang rendah (0.34 Kalori/100gram), selain itu dapat diketahui pula bahwa bahan makanan segar seperti sayur dan buah yang memiliki densitas energi yang rendah, cenderung memiliki biaya yang tinggi. Sebaliknya bahan makanan yang memiliki densitas energi tertinggi yaitu jerohan (9.02 Kalori/gram) memiliki biaya relatif rendah (1.1 rupiah per 100 kalori).

Dari hasil uji korelasi antara biaya bahan makanan dan densitas energi makanan diperoleh $r = 0.521$. hal ini menunjukkan adanya hubungan antara biaya bahan makanan dan densitas energi makanan, Sedangkan hasil uji statistik diperoleh nilai p sebesar 0.000 ($p < 0,05$) hal ini menunjukkan adanya hubungan bermakna antara biaya bahan makanan dengan densitas energi makanan pada wanita pedagang pasar kebayoran lama

Tabel 3
Hasil Uji Regresi Biaya Bahan Makanan dengan Dan Energi Makanan

Model	koefisien		T	p
	B	SE		
Constant	3.282	.371	8.840	.000
Cost	-.046	.011	-4.229	.000
Recipcos	.794	.564	1.408	.164

Dari hasil Uji Regresi antara biaya bahan makanan dengan densitas energi makanan didapatkan hasil $R^2 = 0.270$ sehingga dapat dikatakan bahwa 27% densitas energi makanan dipengaruhi oleh biaya bahan makanan.

Dari hasil uji tersebut dan gambar diagram tebar antara biaya bahan makanan dan densitas energi makanan di atas model persamaan regresi yang terbentuk adalah $Y = \beta_0 + \beta_1 X + \beta_2 (1/X_1)$, atau $Y = 3.282 + (-0.046) \text{ Cost} + 0.794 \text{ recipcos}$. Dari Persamaan regresi dapat diprediksikan bahwa setiap penurunan 1 rupiah/100 kalori bahan makanan densitas energi makanan turun sebesar 3.8 kalori/gram. Dapat disimpulkan pengujian hubungan biaya bahan makanan dengan densitas energi makanan bermakna secara statistik dan dari seluruh hasil yang diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa memang terdapat hubungan biaya bahan makanan dengan densitas energi makanan dan hal tersebut yang menjadi salah satu faktor penyebab kejadian kegemukan pada wanita peagang di pasar kebayoran lama.

Penelitian ini didukung oleh penelitian dari Adam Drenowski dan Nicole Darmon (2007) yang menyatakan bahwa makanan makanan yang lebih sehat dan memiliki densitas energi rendah seperti sayur, buah, biji-bijian, produk susu rendah lemak cenderung lebih mahal dibandingkan bahan makanan seperti manisan, makanan berlemak dan makanan lain yang cenderung tinggi densitas energinya. Selain itu penelitian lain juga menunjukkan bahwa pola konsumsi makanan rendah densitas energi cenderung menghabiskan biaya yang lebih tinggi, di Australia, Kanada dan Amerika Serikat, para vegetarian yang megkonsumsi tahu, sayur, buah jamur menghabiskan biaya paling tinggi diantara pola konsumsi masyarakat lainnya. Hal tersebut yang menyebabkan masyarakat miskin tidak memilih makanan segar dan rendah densitas energi sebagai basis makanan harian mereka. Bagi mereka yang memiliki tingkat ekonomi rendah, lebih memilih makanan seperti gorengan, daging berlemak,

beras, tepung dan tinggi kadar gula karena selain harganya lebih terjangkau namun juga lebih memberikan rasa nikmat dan kenyang. Selain itu biaya yang mereka keluarkan untuk memuaskan rasa lapar mereka lebih rendah.

Grafik 2 menjelaskan hubungan antara biaya bahan makanan dan densitas energi bahan makanan dikelompokkan berdasarkan kelompok bahan makanan pokok, sayur dan buah-buahan. Dari grafik tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar bahan makanan pokok seperti beras, mie kering, bihun, tepung-tepungan dan umbi-umbian memiliki biaya yang rendah, namun densitas energinya cukup tinggi. Bahan makanan yang memiliki densitas energi tertinggi adalah mi instan (5.17 kalori/gram) dengan biaya 2.7 rupiah/100 kalori, dan yang memiliki densitas energi terendah adalah mie basah (0.08 kalori/gram) dengan biaya 22.7 rupiah/100 kalori.

Dari grafik 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar sayur dan buah-buahan densitas energi yang rendah. Bahan makanan yang memiliki densitas energi tertinggi adalah pisang (1.08 kalori/gram) dengan biaya 11.5 rupiah/100 kalori, dan yang memiliki densitas energi terendah adalah ketimun (0.08 kalori/gram) dengan biaya (50 rupiah/100 kalori).

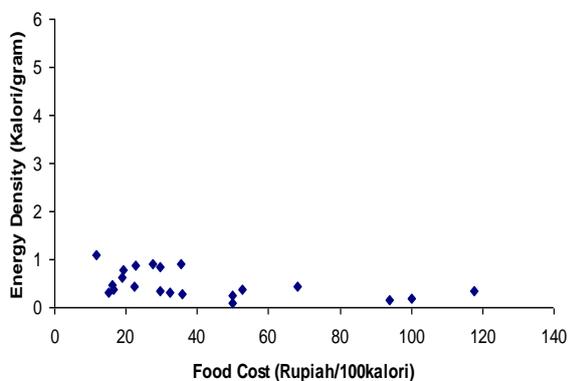
Dari grafik 4 dapat dilihat bahwa sebagian kelompok bahan makanan gula dan lemak memiliki biaya yang rendah namun densitas energi yang cukup tinggi. Bahan makanan gula dan lemak yang memiliki densitas energi tertinggi adalah jerohan (9.02 kalori/gram) dengan biaya 11 rupiah/100 kalori, dan yang memiliki densitas energi terendah adalah minuman ringan (0.55 kalori/gram) dengan biaya 50 rupiah/100 kalori.

Hasil tersebut membuktikan bahwa masyarakat miskin khususnya responden dalam penelitian ini memenuhi kebutuhan energi dari konsumsi makanan pokok dan makanan tinggi gula dan lemak. sayur dan buah hanya dijadikan makanan tambahan dan bukan basis makanan harian. Hasil tersebut juga didukung fakta di lapangan dimana para responden mengatakan

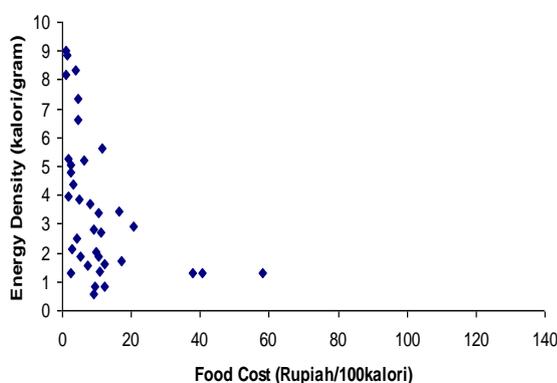
bahwa mereka mengkonsumsi sayur dan buah hanya jika ada yang menjual atau sisa dari barang dagangan mereka, dari pada membeli sayur atau buah dalam jumlah banyak mereka lebih memilih membeli jajanan seperti gorengan, mi instan atau bakso yang lebih mengenyangkan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Diana Cassady (2007) yang menyatakan bahwa tingginya harga sayur dan buah menjadikan rendahnya konsumsi sayur dan buah pada masyarakat dengan *low income*. Penelitian ini menun-

jukkan bahwa pembelian sayur dan buah pada masyarakat miskin cenderung lebih rendah dibandingkan masyarakat dengan income yang tinggi.

Sementara itu dalam penelitiannya Kadim SB dkk (2007) mengatakan bahwa rasa yang manis dan gurih menjadikan makanan dan minuman manis dan tinggi lemak lebih banyak disukai oleh masyarakat dibandingkan sayur dan buah-buahan, yang pada akhirnya konsumsi dari makanan tersebut yang menyebabkan kejadian kegemukan dan obesitas.



Grafik. 3
Hubungan biaya Bahan Makanan dan Densitas Energi Makanan Kelompok Sayur dan Buah



Grafik. 4
Hubungan biaya Bahan Makanan Densitas Energi Makanan Kelompok Gula dan Lemak

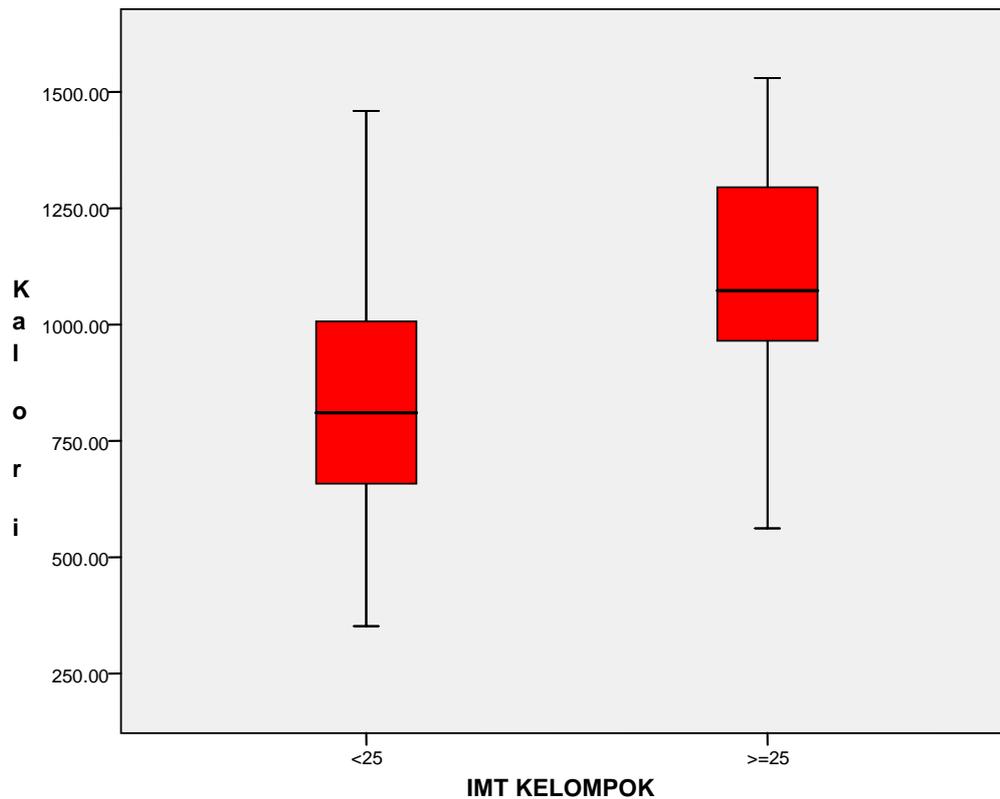
Hubungan Densitas Energi Makanan dengan Status Gizi

Hubungan densitas energi makanan dengan status gizi ditentukan dengan uji t yang dilakukan antara status gizi menurut Indeks Massa Tubuh dengan Asupan energi dari konsumsi Makanan pokok, asupan energi dari konsumsi sayur dan buah, serta asupan energi dari konsumsi gula dan lemak.

Berdasarkan hasil uji t, terdapat perbedaan rata-rata asupan sebesar 238.220, hasil ini dikuatkan dengan nilai p sebesar 0.000 ($P < 0,05$) berarti ada perbedaan bermakna antara asupan energi dari konsumsi makanan pokok responden

dengan status gizi normal dan status gizi lebih berdasarkan nilai Indeks Massa Tubuh responden.

Berdasarkan boxplot pada grafik 5 didapatkan hasil bahwa rata-rata asupan energi dari konsumsi makanan pokok responden dengan status gizi normal adalah sebesar 867.6 kalori, sedangkan rata-rata asupan energi responden dengan status gizi lebih adalah sebesar 1105.8 kalori berarti asupan energi dari konsumsi makanan pokok responden dengan status gizi normal lebih sedikit dibandingkan responden dengan status gizi lebih.



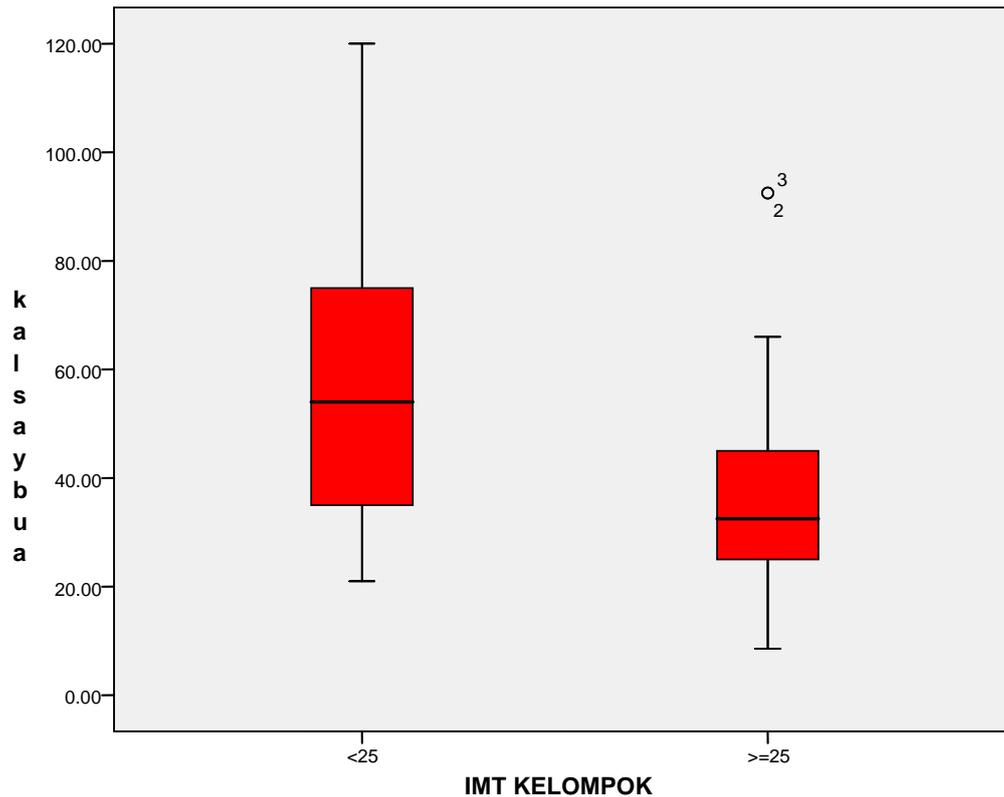
Grafik 5

Perbedaan Rata-rata Energi dari Konsumsi Makanan Pokok menurut Status Gizi

Berdasarkan hasil uji t dan boxplot pada grafik 6 didapatkan hasil bahwa rata-rata asupan energi dari konsumsi sayur dan buah responden dengan status gizi normal adalah sebesar 57 kalori, sedangkan rata-rata asupan energi responden dengan status gizi lebih adalah sebesar 38 kalori berarti terdapat perbedaan rata-rata asupan sebesar 19 kalori hasil ini dikuatkan dengan nilai $P < 0,05$ berarti ada perbedaan bermakna antara asupan energi dari konsumsi sayur dan buah responden dengan status gizi normal dan status gizi

lebih berdasarkan nilai Indeks Massa Tubuh responden.

Berdasarkan hasil uji t terdapat perbedaan rata-rata asupan energi dari konsumsi gula dan lemak sebesar 344 kalori hasil ini dikuatkan dengan nilai p sebesar 0.000 ($P < 0,05$) berarti ada perbedaan bermakna antara asupan energi dari konsumsi sayur dan buah responden dengan status gizi normal dan status gizi lebih berdasarkan nilai Indeks Massa Tubuh responden.



Grafik 6

Perbedaan Rata-rata Energi dari Konsumsi Sayur dan Buah Menurut Status Gizi

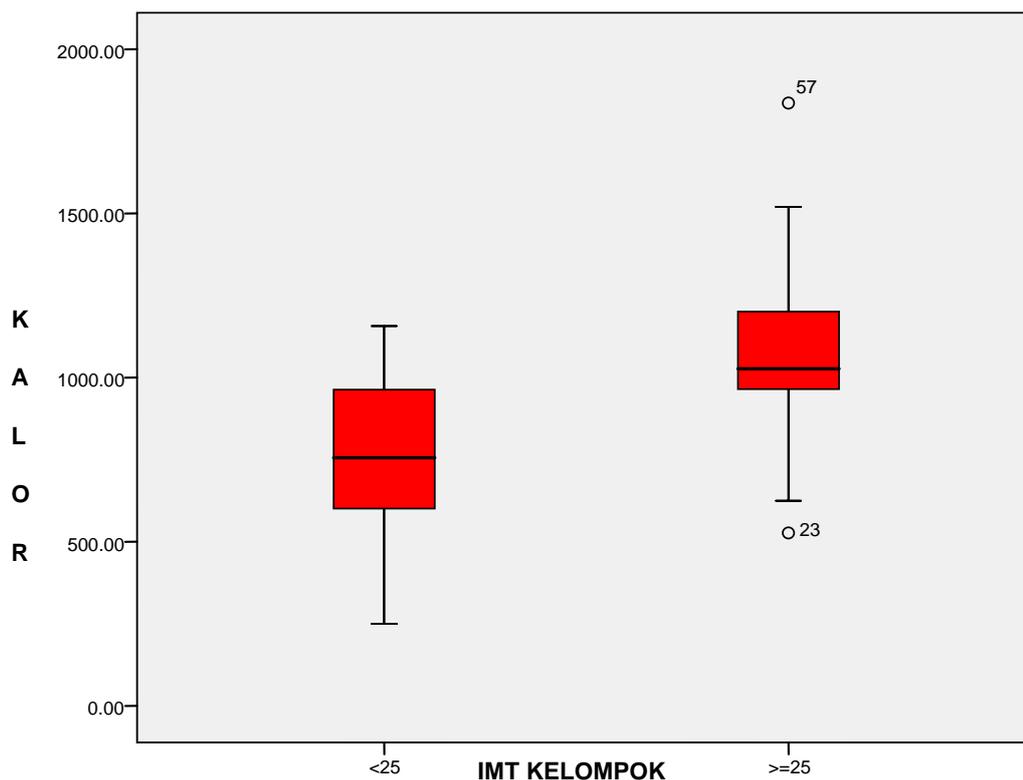
Berdasarkan hasil boxplot pada grafik 7 didapatkan hasil bahwa rata-rata asupan energi dari konsumsi gula dan lemak responden dengan status gizi normal adalah sebesar 747 kalori, sedangkan rata-rata asupan energi responden dengan status gizi lebih adalah sebesar 1092 kalori.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa kelompok responden dengan status gizi normal mengkonsumsi makanan pokok dan gula serta lemak cenderung lebih rendah dibandingkan kelompok responden dengan status gizi lebih. Sementara itu dilihat dari asupan energinya konsumsi sayur dan buah responden cenderung lebih rendah dibandingkan kelompok makanan lain baik pada responden dengan status gizi normal ataupun kurang, namun tetap terdapat perbedaan diantara keduanya, dimana

responden dengan status gizi normal lebih banyak asupan energi dari sayur dan buah dibandingkan responden dengan status gizi lebih sehingga dapat disimpulkan bahwa memang terdapat perbedaan yang signifikan asupan energi dari tiga kelompok bahan makanan berdasarkan status gizi.

Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini adalah para responden cenderung menutupi pola konsumsi harian mereka, hal ini bisa disebabkan karena rasa malu akan dianggap makan terlalu banyak dan rasa malu karena keadaan ekonomi, oleh karena itu perlu penggalan dan pendekatan secara maksimal oleh peneliti kepada responden sehingga memakan waktu yang cukup lama.



Grafik 7

Perbedaan Rata-rata Energi dari Konsumsi Gula dan Lemak Menurut Status Gizi

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dengan judul Hubungan Biaya Bahan Makanan, Densitas Energi Makanan dan Status Gizi Wanita Pedagang di Pasar Kebayoran Lama Jakarta Selatan, dapat disimpulkan bahwa dari hasil *food recall* terhadap 64 responden, didapatkan 67 jenis bahan makanan. Hasil *food recall* tersebut kemudian dianalisa dengan tabel komposisi bahan pangan 2009 didapatkan hasil bahwa makanan dengan densitas energi tertinggi adalah jerohan (9 kalori/gram), dan bahan makanan dengan densitas energi terendah adalah ketimun (0.08 kalori/gram). Berdasarkan survey biaya bahan makanan yang dilakukan di pasar kebayoran lama didapatkan hasil bahwa bahan makanan yang memiliki biaya paling tinggi adalah buncis (117 rupiah/100 kalori), dan bahan makanan yang memiliki biaya terendah adalah jerohan (1.10 ru-

piah/100 kalori). Rata-rata asupan energi berdasarkan konsumsi makanan pokok adalah sebesar 979 kalori. Rata-rata asupan energi berdasarkan konsumsi sayur dan buah adalah sebesar 48 kalori. Rata-rata asupan energi berdasarkan konsumsi gula dan lemak adalah sebesar 909 kalori. Berdasarkan diagram tebar bahwa terdapat hubungan terbalik antara biaya bahan makanan dengan densitas energi makanan dapat terlihat bahwa sebagian besar makanan yang mempunyai densitas energi rendah adalah golongan sayur dan buah-buahan, bahan makanan dari golongan gula dan lemak memiliki densitas energi yang tinggi. Selain itu dapat disimpulkan bahwa bahan makanan dengan biaya yang tinggi cenderung memiliki densitas energi yang rendah, begitu pula sebaliknya bahan makanan yang memiliki biaya rendah cenderung memiliki densitas energi tinggi. Berdasarkan hasil uji regresi dapat disimpulkan bahwa biaya bahan makanan

berpengaruh terhadap densitas energi makanan, yaitu setiap kenaikan 1 rupiah/100 kalori biaya bahan makanan, densitas energi makanan turun sebesar 3.8 kalori/gram. Terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0.00$) rata-rata asupan energi dari konsumsi makanan pokok responden dengan status gizi lebih dan status gizi normal berdasarkan Indeks Massa Tubuh responden. Rata-rata asupan energi dari konsumsi makanan pokok responden dengan status gizi normal lebih sedikit dibandingkan responden dengan status gizi lebih. Terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0.01$) rata-rata asupan energi dari konsumsi sayur dan buah responden dengan status gizi lebih dan status gizi normal berdasarkan Indeks Massa Tubuh responden. Rata-rata asupan energi dari konsumsi sayur dan buah responden dengan status gizi normal lebih banyak dibandingkan responden dengan status gizi lebih. Terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0.00$) rata-rata asupan energi dari konsumsi gula dan lemak responden dengan status gizi lebih dan status gizi normal berdasarkan Indeks Massa Tubuh responden. Rata-rata asupan energi dari konsumsi gula dan minyak responden dengan status gizi normal lebih sedikit dibandingkan responden dengan status gizi lebih.

Daftar Pustaka

- Berita Resmi Statistik No. 47/IX/ 1 September 2006, *Tingkat Kemiskinan di Indonesia Tahun 2005-2006*
- Berita Resmi Statistik No. 48/IX/ 1 September 2006, *Tingkat Kemiskinan di Indonesia Tahun 2005-2006*
- Cassidy D, *Is Price Barrier to Eating More Fruit and Vegetables for Low Income Families?*, Journal of American Dietetics Association, 2007
- Departemen Kesehatan R.I, *Laporan Akhir Survei Penilaian Status Gizi Pada Anak dan Remaja Di 10 Kota Besar Di Indonesia*, Jakarta, 2005.
- Drenowski A, *Poverty And Obesity The Role Of Energy Density And Energy Costs*, American Journal Of Clinical Nutrition, 2007
- Drenowski A, *The rising Costs of Low Energy Density Foods*, American Dietetics Association, 2007
- Drenowski A, *The Economic of Obesity: Dietary Energy Density And Energy Costs*, American Journal of Clinical Nutrition, 2007
- Drenowski, *diet detective*. Di akses pada tahun 2007 di www.dietdetective.com/content/view/2049/159.
- I D Nyoman & Bachyar Bakri, *Penilaian Status Gizi*, Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2001
- Mirmala I, *Warning Obesitas di Sulawaesi Tenggara*, Politeknik Kesehatan Kendari, 2007
- Monsivas P, *Cost of Low Energy Density Foods*, Journal of American Dietetics Association, 2007
- Ngadiarti I, *Penelitian, faktor usia dan tingkat ekonomi terhadap konsumsi dan buah-buah dibandingkan dengan anjuran Pesan Umum Gizi Seimbang di wilayah DKI Jakarta*, Jakarta 2005
- Obesity*. n.d. di akses pada tanggal 12 Januari 2009 di <http://en.wikipedia.org/obesity>
- Oktaviani R, *Economic of Obesity Review and Indonesia Case*, Department of Community Nutrition Bogor Agricultural University, 2007
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia, *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*, Elex Media Komputindo, Jakarta, 2009