

Artikel Penelitian

Relationship Between Pocket Money and Student Nutritional Status

Kayla Ratih Azzahra¹, Linda Rizki Sefrina², Milliyantri Elvandari³

Abstrak

Latar Belakang: Selama masa remaja, terjadi perubahan yang cepat yang memengaruhi kebutuhan nutrisi dari makanan yang mereka makan. Masalah kesehatan sering muncul pada masa ini, termasuk masalah gizi yang timbul selama pertumbuhan dan perkembangan remaja. Uang saku yang diterima remaja dapat memengaruhi seberapa sering mereka memilih makanan cepat saji. Semakin besar jumlah uang saku yang dimiliki, semakin sering mereka cenderung mengonsumsi makanan cepat saji karena biasanya uang itu digunakan untuk membeli makanan tidak sehat yang tinggi lemak. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji keterkaitan antara jumlah uang saku yang dimiliki dengan status gizi siswa di SMPN 1 Karawang Barat. **Metode Penelitian:** Penelitian ini adalah penelitian observasional kuantitatif yang menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas 7J SMPN 1 Karawang Barat. Sampel penelitian diambil dari seluruh populasi yang diuji menggunakan teknik total sampling, yang berarti semua siswa kelas 7J SMPN 1 Karawang Barat, sebanyak 37 siswa, diikutsertakan dalam penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi kuesioner melalui Google Form, timbangan berat badan, dan stature meter. Analisis data dilakukan menggunakan uji spearman. **Hasil:** Analisis univariat menunjukkan uang saku per hari responden sebagian besar dalam kategori rendah (48,6%), uang saku yang digunakan untuk membeli makanan dan minuman per hari sebagian besar dalam kategori sedang (40,5%), dan status gizi responden sebagian besar dalam kategori gizi baik (62,2%). Analisis statistik diperoleh nilai p-value 0,471 untuk uang saku per hari dan p-value 0,186 untuk uang saku yang digunakan untuk membeli makanan dan minuman per hari. Oleh karena itu, dengan nilai p-value tersebut, hipotesis alternatif (H_a) ditolak dan hipotesis nol (H_o) diterima. **Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara uang saku dengan status gizi siswa SMPN 1 Karawang Barat. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor uang saku tidak berpengaruh terhadap status gizi remaja.

Kata kunci: Remaja, Status Gizi, Uang Saku

Abstract

Background: During adolescence, rapid changes occur that affect the nutritional requirements of the foods they eat. Health problems often arise during this time, including nutritional problems that arise during adolescent growth and development. The pocket money that adolescents receive can influence how often they choose fast food. The greater the amount of pocket money, the more often they tend to consume fast food because it is usually used to buy unhealthy foods that are high in fat. **Objectives:** This study aims to examine the relationship between the amount of pocket money owned and the nutritional status of students at SMPN 1 West Karawang. **Research Methods:** This study was a quantitative observational study using a cross-sectional approach. The population of this study were students of grade 7J of SMPN 1 West Karawang. The research sample was taken from the entire population tested using the total sampling technique, which means that all students of grade 7J SMPN 1 West Karawang, totaling 37 students, were included in the study. The research instruments used include questionnaires through Google Form, weight scales, and stature meters. Data analysis was carried out using the spearman test. **Results:** Univariate analysis showed that the respondents' daily allowance was mostly in the low category (48.6%), the allowance used to buy food and drinks per day was mostly in the medium category (40.5%), and the respondents' nutritional status was mostly in the good nutrition category (62.2%). Statistical analysis obtained a p-value of 0.471 for pocket money per day and a p-value of 0.186 for pocket money used to buy food and drinks per day. Therefore, with these p-values, the alternative hypothesis (H_a) is rejected and the null hypothesis (H_o) is accepted. **Conclusion:** There is no significant relationship between pocket money and the nutritional status of students of SMPN 1 West Karawang. This finding indicates that the pocket money factor does not affect the nutritional status of adolescents.

Keywords: Adolescents, Nutritional Status, Pocket Money

Submitted: 5 June 2024

Revised: 29 June 2025

Accepted: 30 June 2025

Affiliasi penulis : 1, 2, 3 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Singaperbangsa Karawang

Korespondensi : "Kayla Ratih Azzahra" kaylaratihaz01@gmail.com
Telp: +628996234609

PENDAHULUAN

Zat gizi merupakan istilah yang digunakan untuk menyebut zat yang

terdapat dalam makanan dan diperlukan untuk proses metabolisme tubuh. Status gizi seseorang dipengaruhi oleh keseimbangan antara asupan zat gizi yang diperoleh dari makanan dengan kebutuhan zat gizi tubuh. Masalah gizi muncul akibat ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dan kebutuhan gizi seseorang (1).

Masa remaja adalah periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan percepatan pertumbuhan fisik, mental, emosional, dan sosial, serta perubahan hormonal yang signifikan. Pada masa ini, kebutuhan nutrisi meningkat secara drastis untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Remaja memerlukan asupan zat gizi makro dan mikro yang seimbang agar pertumbuhan dan perkembangan berlangsung optimal (2). Permasalahan gizi yang terjadi pada masa remaja, seperti ketidakseimbangan asupan nutrisi atau kebiasaan makan yang buruk, dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik maupun mental, termasuk menurunnya konsentrasi belajar dan penurunan kesehatan jasmani secara keseluruhan (3).

Masa remaja memerlukan kebutuhan nutrisi yang banyak dan kompleks seiring dengan membesarnya organ dan jaringan dalam tubuh atau yang sering disebut dengan kematangan fisiologis. Permasalahan kesehatan banyak timbul di masa remaja, termasuk masalah gizi yang terjadi pada masa pertumbuhan dan perkembangan remaja. Indonesia menanggung tiga beban malnutrisi remaja yaitu, gizi kurang, obesitas, dan defisiensi mikronutrien. Masalah gizi dan masalah kesehatan lainnya yang terjadi pada remaja saling berkaitan dan memerlukan penanganan yang komprehensif dan perhatian yang khusus (4).

Indonesia memiliki sedikit kebijakan yang secara spesifik menargetkan gizi remaja dibandingkan dengan negara-negara lain (4). Di Indonesia, perhatian kebijakan gizi masih lebih banyak diarahkan pada

kelompok rentan seperti bayi, balita, dan ibu hamil, sementara gizi remaja belum menjadi prioritas utama dalam agenda nasional (5). Berbeda dengan negara lain yang sudah mengembangkan kebijakan dan program edukasi gizi remaja yang terintegrasi di sekolah dan komunitas, Indonesia masih dalam tahap pengembangan program edukasi gizi yang efektif dan menjangkau seluruh remaja. Program edukasi gizi yang ada seringkali masih bersifat teoritis dan kurang menarik bagi remaja sehingga efektivitasnya terbatas (6).

Pengawasan dan intervensi lingkungan makanan sehat di sekolah dan komunitas juga belum optimal, berbeda dengan beberapa negara yang sudah menerapkan regulasi ketat terhadap iklan makanan tidak sehat dan pembatasan penjualan makanan cepat saji di lingkungan sekolah sebagai bagian dari kebijakan pengendalian obesitas remaja (7). Masalah kesehatan dan gizi pada remaja mempengaruhi kualitas hidup mereka selama masa produktif dan seterusnya. Permasalahan gizi (baik gizi kurang maupun gizi lebih) pada remaja akan meningkatkan kerentanan terkena penyakit, terutama risiko penyakit tidak menular. Jika masalah ini terus berlanjut hingga dewasa, maka janin yang dikandungnya akan mengalami gangguan kesehatan, sehingga meneruskan rantai masalah gizi yang tidak akan pernah berhenti (8).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi status gizi remaja di Indonesia pada usia 13-15 tahun, berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT/U), menunjukkan bahwa 1,7% mengalami kategori sangat kurus, 6,1% kurus, 12% gemuk, dan 4,9% mengalami obesitas. Sementara itu, prevalensi status gizi remaja di Kabupaten Karawang pada usia 13-15 tahun, berdasarkan IMT/U, menunjukkan bahwa 0,82% mengalami kategori sangat kurus, 2,37% kurus, 18,30% gemuk, dan 5,57% mengalami obesitas (9).

Status gizi remaja umumnya dipengaruhi oleh perilaku konsumsi

makanan. Konsumsi makanan dapat dipengaruhi oleh pendapatan orang tua. Orang tua dengan pendapatan lebih tinggi cenderung memberikan uang saku lebih besar kepada anaknya. Besarnya uang saku berkaitan erat dengan pemilihan jenis makanan jajanan yang dikonsumsi. Ketika remaja mengalami kekurangan gizi, dapat memengaruhi kesehatan organ reproduksi mereka. Sebaliknya, ketika remaja mengalami kelebihan gizi atau obesitas berisiko mengalami penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit jantung koroner (10).

Jumlah uang saku yang dimiliki oleh remaja dapat mempengaruhi seberapa sering mereka mengonsumsi makanan cepat saji. Semakin besar jumlah uang saku yang dimiliki oleh seorang remaja, semakin sering pula mereka cenderung mengonsumsi makanan cepat saji. Hal itu disebabkan karena uang saku yang dimiliki remaja biasanya digunakan untuk membeli jajanan yang tidak sehat dan tinggi lemak (11).

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara uang saku dengan status gizi pada remaja. Penelitian di SMP Muhammadiyah 2 Minggir oleh (12) menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara uang saku dengan status gizi siswa. Dengan koefisien sebesar 0,0000601 dan nilai $p = 0,0325$, penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan uang saku berkorelasi dengan peningkatan status gizi, meskipun dampaknya tergolong lemah. Uang saku berkontribusi terhadap varians status gizi sebesar 2,8% pada siswa tersebut. Berbeda dengan penelitian di atas penelitian lain oleh (1) di SMPN 16 Semarang menemukan bahwa meskipun tidak ada hubungan signifikan langsung antara uang saku dengan status gizi ($p=0,534$), terdapat hubungan signifikan antara pola konsumsi makanan dengan status gizi ($p<0,001$, $r=0,479$). Hal ini menegaskan bahwa uang saku berperan dalam menentukan pola

konsumsi yang kemudian berdampak pada status gizi.

Uang saku mencerminkan pola asuh orang tua serta kemampuan anak untuk membeli makanan yang kurang sehat. Remaja yang mempunyai uang saku lebih banyak akan lebih mandiri dan kurang dikontrol oleh orang tuanya, sehingga memungkinkan remaja tersebut membelanjakan uangnya secara tidak terkendali dan jika dibandingkan dengan orang tua, remaja cenderung tidak mempertimbangkan dampak kesehatan jangka panjang terhadap apa yang mereka telah konsumsi (13).

Fenomena di SMPN 1 Karawang Barat menjadi penting untuk diteliti karena berdasarkan pengamatan awal dan data sekolah, terdapat variasi signifikan dalam jumlah uang saku yang dimiliki siswa serta pola konsumsi makanan di kantin sekolah dan luar sekolah. Selain itu, prevalensi gizi lebih dan obesitas di Kabupaten Karawang yang relatif tinggi menunjukkan perlunya kajian khusus di lingkungan sekolah tersebut untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi siswa, khususnya peran uang saku. Keterbaruan penelitian ini juga didasarkan pada fakta bahwa hingga saat ini belum ada penelitian serupa yang mengkaji hubungan antara uang saku dengan status gizi yang dilakukan di lingkungan SMPN 1 Karawang Barat. Dengan demikian, penelitian ini menjadi penting untuk mengisi kekosongan data dan memberikan gambaran yang lebih spesifik dan kontekstual mengenai faktor-faktor yang memengaruhi status gizi remaja di sekolah tersebut. Pendekatan yang digunakan diharapkan dapat memberikan kontribusi baru bagi pengembangan program intervensi gizi yang lebih efektif di tingkat sekolah dan komunitas lokal.

Berdasarkan latar belakang di atas penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis. "Hubungan antara Uang Saku Dengan Status Gizi Pada Siswa SMPN 1 Karawang Barat".

METODE

Penelitian ini adalah penelitian observasional kuantitatif yang menggunakan pendekatan cross-sectional, di mana data uang saku dan status gizi dikumpulkan sekali pada saat yang sama. Penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Karawang Barat, dan sampel penelitian dikumpulkan melalui teknik total sampling, yaitu sampel diambil dari seluruh populasi penelitian (14). Teknik total sampling digunakan dalam penelitian ini karena jumlah populasi kurang dari 100 orang. Populasi penelitian meliputi seluruh siswa kelas 7J di SMPN 1 Karawang Barat, yang terdiri dari 37 siswa. Oleh karena itu, sampel penelitian ini sama dengan populasi, yaitu 37 siswa kelas 7J di SMPN 1 Karawang Barat. Pemilihan satu kelas, yaitu kelas 7J di SMPN 1 Karawang Barat, didasarkan pada pertimbangan praktis dan metodologis.

Pemilihan satu kelas bertujuan untuk mengontrol variabel luar yang dapat memengaruhi hasil penelitian, seperti perbedaan jadwal pelajaran, lingkungan kelas, dan aktivitas ekstrakurikuler yang mungkin berbeda antar kelas. Dengan fokus pada satu kelas, data yang dihasilkan menjadi lebih konsisten dan memudahkan proses pengumpulan serta analisis data, sehingga hasil penelitian dapat dijadikan dasar untuk pengembangan intervensi atau program serupa di kelas atau sekolah lain di masa mendatang.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah uang saku, sedangkan variabel dependen adalah status gizi. Uang saku yang diteliti adalah uang saku harian dan uang saku membeli makanan yang diukur dalam tiga kategori: rendah, sedang, dan tinggi, dengan menggunakan range, mean, dan standar deviasi dari uang saku siswa (1). Instrumen penelitian yang digunakan meliputi timbangan berat badan, stature meter, dan kuesioner uang saku dengan pertanyaan terbuka melalui *Google Formulir*, pertanyaan yang diajukan adalah

“Berapa uang saku/uang jajan perhari?” dan “Berapa uang saku/uang jajan yang digunakan untuk membeli makanan dan minuman selama satu hari?”.

Data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari data primer, yang meliputi kuesioner, tinggi badan, dan berat badan siswa. Status gizi siswa diukur menggunakan indikator penilaian Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) dengan kategori gizi kurang (-3 SD sd <-2 SD), gizi baik (-2 SD sd $+1$ SD), gizi lebih ($+1$ SD sd $+2$ SD), dan obesitas ($>+2$ SD) (15). Kuesioner diperoleh dari jawaban yang diberikan oleh responden, sementara tinggi dan berat badan diukur oleh peneliti. Data dianalisis menggunakan uji *Spearman* dan diolah menggunakan komputer dengan aplikasi *Microsoft Excel* 2016, serta *SPSS* versi 25.

HASIL

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMP Negeri 1 Karawang Barat beralamat di Jl. Sukarja Jayalaksana Karawang, Nagasari, Kec. Karawang Barat, Kab. Karawang, Prov. Jawa Barat. SMPN 1 Karawang barat berakreditasi A, memiliki 37 ruang kelas, 1 ruang laboratorium, dan 1 perpustakaan (16).

2. Karakteristik

Dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner (*Google Form*) kepada siswa kelas 7J di SMPN 1 Karawang Barat yang berjumlah 37 orang. Data mengenai karakteristik responden mencakup jenis kelamin dan usia. Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah laki-laki, dengan jumlah 20 responden (54,1%). Sementara itu, sebagian besar responden berusia 13 tahun, yaitu sebanyak 29 orang (78,4%) (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Jenis Kelamin dan Usia Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n=37)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	20	54,1
Perempuan	17	45,9

Total	37	100%
Usia		
12 tahun	5	13,5
13 tahun	29	78,4
14 tahun	3	8,1
Total	37	100%

3. Hasil Analisis Univariat

Uang saku per hari responden sebagian besar rendah yaitu sebanyak 18

responden (48,6%). Uang saku yang digunakan responden untuk membeli makanan dan minuman per hari sebagian besar sedang yaitu sebanyak 15 responden (40,5%). Status gizi responden sebagian besar gizi baik yaitu sebanyak 23 responden (62,2%) (Tabel 2).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Uang Saku dan Status Gizi Responden

Kategori	Frekuensi (n=37)	Presentase (%)
Uang Saku Per Hari		
Rendah (< Rp.23.400)	18	48,6
Sedang (Rp.23.400 ≤ - < Rp.36.600)	14	37,8
Tinggi (≥ Rp.36.600)	5	13,5
Total	37	100%
Uang Saku yang Digunakan Untuk Membeli Makanan dan Minuman Per Hari		
Rendah (< Rp.13.400)	11	29,7
Sedang (Rp.13.400 ≤ - < Rp.21.600)	15	40,5
Tinggi (≥ Rp.21.600)	11	29,7
Total	37	100%
Status Gizi		
Gizi Buruk	0	0,0
Gizi Kurang	1	2,7
Gizi Baik	23	62,2
Gizi Lebih	8	21,6
Obesitas	5	13,5
Total	37	100%

4. Hasil Analisis Bivariat (Korelasi dan Crostab)

Tabel 3. Hasil Analisis Korelasi dan Crostab uang saku harian dan uang saku membeli makanan Responden (N=37)

Uang Saku Per Hari dan Uang Saku yang Digunakan Untuk Membeli Makanan dan Minuman Per Hari	Status Gizi				Total N	Koefisiens i Korelasi	Sign
	Gizi Kurang	Gizi Baik	Gizi Lebih	Obesitas			
	n	n	n	n			
Uang Saku Per Hari							
Rendah (< Rp.23.400)	0	11	5	2	18	-0,122	0,471
Sedang (Rp.23.400 ≤ - < Rp.36.600)	0	9	3	2	14		
Tinggi (≥ Rp.36.600)	1	3	0	1	5		
Uang Saku yang Digunakan Untuk Membeli Makanan dan Minuman Per Hari							
Rendah (< Rp.13.400)	0	5	4	2	11	-0,222	0,186
Sedang (Rp.13.400 ≤ - < Rp.21.600)	0	11	3	1	15		
Tinggi (≥ Rp.21.600)	1	7	1	2	11		

Pengujian statistik menggunakan uji *Spearman* dengan tingkat kepercayaan 95% atau $\alpha = 0,05$ pada tabel 3 menunjukkan nilai (p-value 0,471) pada uang saku per hari dan (p-value 0,186) pada uang saku yang digunakan untuk membeli makanan dan minuman per hari. Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H_a) ditolak dan hipotesis nol (H_0) diterima, yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku dengan

status gizi siswa SMPN 1 Karawang Barat. Nilai koefisien korelasi yang dihasilkan adalah -0,122 untuk uang saku yang digunakan per hari, yang menunjukkan derajat hubungan antar variabel sangat rendah. Sedangkan, nilai koefisien korelasi untuk jumlah uang saku yang digunakan untuk membeli makanan dan minuman per hari adalah -0,222, yang menunjukkan derajat hubungan antar variabel rendah.

Dalam hal ini, nilai koefisien korelasi kedua variabel tersebut negatif, yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut tidak searah.

Hasil tabel crosstab menunjukkan distribusi status gizi responden berdasarkan kategori uang saku harian (rendah, sedang, tinggi), mayoritas responden dengan uang saku harian rendah cenderung memiliki status gizi normal, sedangkan proporsi status gizi gemuk dan obesitas lebih banyak ditemukan pada responden dengan uang saku harian sedang dan tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin besar uang saku yang dimiliki, kecenderungan untuk memiliki status gizi lebih (gemuk atau obesitas) juga meningkat, meskipun secara statistik pada penelitian ini tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara uang saku harian dengan status gizi ($p\text{-value} > 0,05$).

Hasil tabel crosstab juga memperlihatkan hubungan antara uang saku harian yang digunakan khusus untuk membeli makanan/minuman (jajan) dengan status gizi. Sebagian besar responden yang menggunakan uang saku sedang untuk jajan memiliki status gizi normal, namun terdapat pula proporsi status gizi gemuk dan obesitas pada kelompok dengan uang saku jajan tinggi. Pola ini menunjukkan bahwa penggunaan uang saku yang lebih besar untuk jajan dapat meningkatkan peluang terjadinya status gizi lebih, meskipun pada penelitian ini nilai $p\text{-value}$ juga menunjukkan tidak ada hubungan signifikan secara statistik ($p\text{-value} > 0,05$).

PEMBAHASAN

Hasil uji korelasi uang saku per hari menunjukkan nilai koefisien $-0,122$ dengan $p\text{-value}$ $0,471$, menandakan tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku per hari dengan status gizi siswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di SMPN 16 Semarang oleh (1), yang juga menemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku per hari dengan status gizi, dengan nilai $p\text{-value}$ sebesar $0,530$. Hal ini kemungkinan

disebabkan oleh penggunaan uang saku siswa yang tidak hanya terbatas untuk membeli makanan, tetapi juga untuk keperluan lain seperti biaya transportasi dan menabung.

Sejalan dengan penelitian tersebut, hasil penelitian di SMPN Kota Malang oleh (10) juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku per hari dengan status gizi, dengan nilai $p\text{-value}$ sebesar $0,574$. Hal ini dapat disebabkan oleh besaran uang saku yang relatif rendah sehingga tidak memungkinkan siswa untuk membeli makanan secara berlebihan. Namun, hasil ini tidak sejalan dengan penelitian (12) di SMP Muhammadiyah 2 Minggir, yang menemukan adanya hubungan signifikan antara uang saku per hari dengan status gizi siswa ($p=0,0325$). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa peningkatan uang saku berkorelasi dengan peningkatan status gizi lebih, karena siswa dengan uang saku lebih besar cenderung membeli makanan tinggi kalori dan rendah nutrisi.

Hasil uji korelasi uang saku yang digunakan untuk membeli makanan dan minuman per hari menunjukkan koefisien $-0,222$ dengan $p\text{-value}$ $0,186$, yang berarti tidak ada hubungan signifikan antara uang saku yang digunakan untuk membeli makanan dan minuman per hari dengan status gizi siswa. Hasil Penelitian sejalan dengan penelitian (17) di SMPN 25 Surakarta juga menemukan tidak adanya hubungan signifikan antara uang saku yang digunakan untuk jajan dengan status gizi siswa ($p=0,181$). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun uang saku digunakan untuk membeli makanan, siswa belum tentu memperhatikan nilai gizi makanan yang dikonsumsi, sehingga tidak selalu berdampak pada status gizi. Sebaliknya, penelitian (18) di SMA Patriot Bekasi menemukan hubungan signifikan antara uang saku yang digunakan untuk membeli makanan/minuman dengan status gizi remaja ($p=0,001$). Penelitian ini menunjukkan bahwa siswa dengan uang

saku tinggi cenderung mengalami kelebihan berat badan karena lebih sering membeli makanan tinggi kalori.

Perbedaan hasil ini dapat disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, lingkungan sekolah, serta pola pengelolaan uang saku di masing-masing daerah. Selain itu, faktor lain seperti pengetahuan gizi, pengawasan orang tua, dan ketersediaan makanan sehat di lingkungan sekolah juga berperan penting dalam menentukan status gizi siswa. Ukuran uang saku yang dimiliki oleh siswa mempengaruhi kemampuan mereka dalam membeli makanan ketika mereka berada di luar rumah. Jika mereka memiliki uang saku yang lebih besar, kemungkinan besar mereka akan sering memilih jajanan yang kurang sehat tanpa memperhatikan nilai gizinya (10).

Dapat dilihat dari tabel diatas bahwa jumlah uang saku per hari siswa kelas 7J SMPN 1 Karawang barat paling banyak tergolong rendah, yaitu <Rp.23.400. Sedangkan uang saku yang digunakan untuk membeli makanan dan minuman per hari oleh siswa paling banyak tergolong sedang, yaitu $Rp.13.400 \leq - < Rp.21.600$. Serta, status gizi siswa kelas 7J SMPN 1 Karawang Barat juga paling banyak memiliki status gizi yang baik. Inilah yang mungkin menjadi alasan tidak adanya hubungan antara uang saku dengan status gizi siswa.

Status gizi siswa tidak hanya dipengaruhi oleh besaran uang saku, tetapi juga oleh berbagai faktor lain yang saling berkaitan. Pada penelitian ini, mayoritas siswa kelas 7J SMPN 1 Karawang Barat memiliki uang saku harian rendah dan uang saku jajan kategori sedang, serta status gizi yang umumnya baik. Hal ini menunjukkan adanya kontribusi faktor lain di luar uang saku yang lebih dominan dalam menjaga status gizi siswa.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi status gizi siswa antara lain: pola konsumsi dan asupan gizi, pengetahuan gizi dan aktifitas fisik, pola asuh dan lingkungan keluarga, faktor internal dan eksternal, dan karakteristik

sosial ekonomi. Asupan makanan yang seimbang dan memadai sangat penting dalam menentukan status gizi remaja. Ketidakseimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan gizi akan menyebabkan masalah gizi, baik kurang maupun lebih. Penelitian di SMPN 02 Bandar Lampung menunjukkan bahwa status gizi sangat dipengaruhi oleh kualitas dan kecukupan asupan makanan, yang berdampak langsung pada perkembangan fisik dan mental siswa (19).

Pengetahuan gizi yang baik serta aktivitas fisik yang cukup juga berperan penting. Penelitian di SMPN 262 Jakarta Timur mengidentifikasi bahwa status gizi siswa dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan karakteristik keluarga, termasuk pendidikan ibu dan pendapatan keluarga. Siswa dengan pengetahuan gizi yang baik dan aktivitas fisik yang memadai cenderung memiliki status gizi yang lebih baik (20). Aktivitas fisik yang cukup dapat menjaga keseimbangan energi dan mencegah terjadinya gizi lebih. Siswa yang aktif secara fisik lebih mampu mengontrol berat badan meskipun memiliki uang saku yang cukup besar (10). Pola asuh orang tua, seperti pemberian bekal makanan sehat, pengawasan konsumsi jajanan, serta pendidikan gizi di rumah, sangat berpengaruh terhadap kebiasaan makan dan status gizi anak. Selain itu, status sosial ekonomi keluarga juga memengaruhi kemampuan menyediakan makanan bergizi, namun bukan satu-satunya faktor penentu status gizi remaja (21).

Faktor internal seperti kebiasaan makan, konsumsi makanan bersih, dan aktivitas fisik, serta faktor eksternal seperti pendidikan dan pekerjaan ibu, juga berkontribusi terhadap status gizi siswa. Penelitian di SMP Negeri 1 Ngronggot menemukan bahwa ketidakseimbangan asupan gizi, pola asuh yang kurang tepat, dan infeksi penyakit dapat menyebabkan status gizi kurang pada siswa, meskipun uang saku yang dimiliki tidak besar (22). Karakteristik ekonomi keluarga berpengaruh

terhadap jumlah uang saku yang diberikan. Namun, penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok dengan uang saku rendah, pilihan makanan cenderung lebih sederhana dan tidak berlebihan, sehingga status gizi tetap terjaga (23).

Makanan yang dikonsumsi, ketersediaan bahan pangan, dan tingkat pendapatan adalah faktor-faktor yang berpengaruh pada status gizi seseorang. Untuk anak sekolah, tingkat pendapatan diartikan sebagai jumlah uang saku yang mereka terima. Secara umum, semakin besar uang saku seorang anak sekolah, semakin besar pula kemampuannya untuk membeli makanan, yang dapat mendorong terjadinya konsumsi berlebihan (10). Sebaliknya, sebagian besar siswa kelas 7J di SMPN 1 Karawang Barat memiliki uang saku yang relatif rendah, sehingga kemungkinan besar kemampuan mereka untuk membeli makanan kecil dan terbatas, sehingga mereka dapat menghindari konsumsi makanan yang berlebihan.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku dengan status gizi siswa SMPN 1 Karawang Barat. Hal ini menunjukkan bahwa status gizi remaja tidak terpengaruh oleh besarnya uang saku mereka. Meskipun penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku dan status gizi, secara umum, uang saku yang lebih besar dapat meningkatkan daya beli mereka terhadap makanan. Remaja cenderung membeli makanan tanpa memperhatikan kandungan gizi yang ada di dalam makanan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Singaperbangsa Karawang, serta guru SMPN 1 Karawang Barat yang telah meluangkan waktu dan membantu berjalannya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hakimi ANQ, Sholichah F, Hayati N. Hubungan Uang Saku dan Pola Konsumsi Makanan Terhadap Status Gizi Siswa SMP Negeri 16 Semarang. *J Ilm Gizi dan Kesehat*. 2023;4(02):32–6.
2. Furqan A, Marlina H, Sipayung TH, Suparno, Noviasari D. Peran sosialisasi fungsi gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan remaja. *JIKI J Ilm Kesehat Indones*. 2023;1(1):1–11.
3. Izah N, Muliani RH, Rakhimah F, Desi NM, Zumaro EM, Tegal PM. Upaya peningkatan kesadaran remaja tentang gizi remaja untuk mencegah anemia remaja. *Aptekmas J Pengabdian Kpd Masy*. 2023;6(4):61–7.
4. Muliarsi NK, Sutiari NK. Persepsi Negatif Tentang Diet Pada Remaja Putri: Studi Cross-Sectional Di Kabupaten Tabanan. *Gizi Indones*. 2022;45(2):109–18.
5. Rachmawati Y, Kartika K. Edukasi Remaja Sadar Gizi Di Sma It Peradaban Al Izzah Kota Sorong. *J Kreat Pengabdian Kpd Masy*. 2024;7(3):1101–10.
6. Supardi N, Fitrianiingsih J. Edukasi Tentang Gizi Seimbang Bagi Remaja Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Mengenai Kebutuhan Gizi Di Wilayah Kerja Puskesmas Somba Opu. *Pandawa Pus Publ Has Pengabdian Masy*. 2023;1(3):216–22.
7. Yunita FA, Hardiningsih, Yuneta AEN, S ES, Ada YR. Hubungan Pola Diet Remaja Dengan Status Gizi. *PLACENTUM J Ilm Kesehat dan Apl*. 2020;8(2):27–32.
8. Yastirin PA, Rosmala Dewi K. Identification of nutritional status in pre-adolescent group in The Integrated Islamic Elementary School Al Firdaus Purwodadi. *J Profesi Bidan Indones [Internet]*. 2022;2(2):45–52. Tersedia pada: <https://pbijournal.org/index.php/pbi>

9. Riskesdas. Laporan Riskesdas Provinsi Jawa Barat [Internet]. Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan. 2018. 1–640 hal. Tersedia pada: <https://litbang.kemkes.go.id>
10. Cahyaning RCD, Supriyadi S, Kurniawan A. Hubungan Pola Konsumsi, Aktivitas Fisik dan Jumlah Uang Saku dengan Status Gizi pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang Tahun 2019. *Sport Sci Heal* [Internet]. 2019;1(1):22–7. Tersedia pada: <https://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/view/9984>
11. Vicky Paseru L, Woro Kasmini O, Raffy Rustiana E. The Effect of Allowance and Fast-Food Consumption on the Obesity of Adolescents in Badung Regency, Bali. *Public Heal Perspect J* [Internet]. 2021;6(1):72–82. Tersedia pada: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/phpj>
12. Aprillia RN, Nugroho A, Hidayanti AR. Uang Saku Sebagai Faktor Penentu Status Gizi Siswa Di Smp Muhammadiyah 2 Minggir. *Media Gizi Pangan*. 2024;31(2):174–80.
13. Dong Xiaoyang, Libin chen, Yi Liu, Li Zhao WW. *Medicine Baltimore*. 2023. Effects of pocket money on weight status among junior high school students: A longitudinal study in China. Tersedia pada: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10578662/#:~:text=Pocket money reflects parents' upbringing,to reduce soft drink intake>
14. Puspitasari DZ, Astuti D, Porusia M. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Personal Hygiene Penjamah Makanan Pada Industri Rumah Tangga Produk Abon. *J Kesehat*. 2023;16(1):51–63.
15. Kementerian Kesehatan. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. 2020.
16. Kita S. Kemendikbud. 2023. SMPN 1 Karawang Barat. Tersedia pada: <https://sekolah.data.kemdikbud.go.id/index.php/chome/profil/A0426614-2CF5-E011-9496-E701A552EEC9>
17. Putri KA. Hubungan Pengetahuan Gizi, Jumlah Uang Saku Dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Siswa Smpn 25 Surakarta. 2017.
18. Sulisty MNA zahra, Sartika AN. Association of Diet Diversity and Pocket Money with Nutritional Status of High School Students. *J Glob Nutr*. 2025;5(1):498–503.
19. Putri AM, Hasbie NF. Hubungan Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama (Smp) Negeri 02 Bandar Lampung Tahun 2015. *Kesehat Masy*. 2015;1(1):1–8.
20. Rahmah A, Linda O, Hamal DK. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Negeri 262 Jakarta Timur Tahun 2024. *SEHATMAS (Jurnal Ilm Kesehat Masyarakat)*. 2024;3(3):549–63.
21. Purba NP, Kirani N, Sitepu ASB, Siregar IR, Priantono D, Partisya NM, et al. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Mts Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai. *CENDEKIA UTAMA J Keperawatan dan Kesehat Masy*. 2024;13(1):72–81.
22. Kartika PMD, Nurhayati F. Status gizi siswa smp negeri 1 ngronggot di masa pandemi covid-19. *J Phys Educ*. 2021;1(2):52–9.
23. Asmelia. Konsumsi Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Remaja Di Smp Negeri 52 Kota Palembang Konsumsi Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Remaja Di Smp Negeri 52 Kota Palembang. Universitas Sriwijaya; 2023.