
Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi Keluarga, Konsumsi *Sugar Sweetened Beverages* dengan Status Gizi Lebih pada Remaja di SMPN 9 Kota Jambi

Diana Sari^{1*}, Filius Chandra², Andicha Gustra Jeki³.

^{1,2,3}Program Studi S1 Ilmu Gizi, Universitas Baiturrahim

Jalan Prof. DR. Moh. Yamin No. 30, Lb. Bandung, Kec. Jelutung, Kota Jambi, 36135, Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi: dianasari@gmail.com

Abstract

The prevalence of overweight among adolescents is a significant health issue that can be influenced by various factors, including nutrition knowledge, family socioeconomic status, and consumption of sugar-sweetened beverages (SSBs). This study was conducted at JHS 9 in Jambi City to explore the relationships between these factors and overweight status among adolescents. The aim of this research is to analyze the relationship between nutrition knowledge, family socioeconomic status, and SSB consumption with overweight status among adolescents at JHS 9 in Jambi City. The study used a correlational analytical design with a sample of 39 adolescents. Data were collected through questionnaires to assess nutrition knowledge, socioeconomic status, and SSB consumption, as well as anthropometric measurements to evaluate overweight status. The majority of respondents had inadequate nutrition knowledge (76.9%), low socioeconomic status (61.5%), and high SSB consumption (87.2%). Data analysis revealed no significant relationships between nutrition knowledge, socioeconomic status, and SSB consumption with overweight status among the adolescents at the study site. These findings suggest that nutrition knowledge, socioeconomic status, and SSB consumption are not significantly related to overweight status among adolescents at JHS 9 Jambi City. This indicates the need for further exploration of other factors that might contribute to overweight status, as well as a more comprehensive approach in future research.

Keywords: *adolescents, nutrition knowledge, socioeconomic status, sweetened beverages*

Abstrak

Prevalensi gizi lebih di kalangan remaja merupakan isu kesehatan penting yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengetahuan gizi, status sosial ekonomi keluarga, dan konsumsi *sugar sweetened beverages* (SSBs). Penelitian ini dilakukan di SMPN 9 Kota Jambi untuk mengeksplorasi hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan status gizi lebih pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi, status sosial ekonomi keluarga, dan konsumsi SSBs terhadap status gizi lebih pada remaja di SMPN 9 Kota Jambi. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan 39 remaja sebagai sampel. Data dikumpulkan melalui kuesioner untuk mengukur pengetahuan gizi, status sosial ekonomi, dan konsumsi SSBs, serta pengukuran antropometri untuk menilai status gizi lebih. Mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi yang kurang (76,9%), status sosial ekonomi rendah (61,5%), dan konsumsi SSBs tinggi (87,2%). Analisis data menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara pengetahuan gizi, status sosial ekonomi, dan konsumsi SSBs dengan status gizi lebih pada remaja di lokasi penelitian. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi, status sosial ekonomi, dan konsumsi SSBs tidak berhubungan signifikan dengan status gizi lebih pada remaja SMPN 9 Kota Jambi. Ini mengindikasikan perlunya eksplorasi lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang mungkin berkontribusi terhadap status gizi lebih, serta pendekatan yang lebih komprehensif dalam penelitian mendatang.

Kata kunci: ekonomi, minuman manis, pengetahuan gizi, remaja, status sosial

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batasan usia 10-19 tahun, dimana secara fisik akan mengalami perubahan spesifik dan secara psikologik akan mulai mencari identitas diri. Perubahan fisik pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan dan gizinya. Ketidak seimbangan antara asupan kebutuhan atau kecukupan akan menimbulkan masalah gizi (Fikawati, 2017)

Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah faktor sosial ekonomi yang dimulai dengan jenis pekerjaan yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan sehingga tingkat pendidikan rendah dan jenis pekerjaan yang tidak sesuai akan langsung mempengaruhi pendapatan keluarga. Berpenghasilan rendah merupakan kendala atau masalah untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam keluarga melalui ketersediaan makanan, baik dari segi kualitas atau mutu makanan maupun kuantitas atau jumlah makanan untuk semua anggota keluarga. Hal ini dapat terlihat jika anak dengan keluarga yang memiliki tingkat sosial ekonomi tinggi kebutuhan akan zat-zat gizi akan terpenuhi dengan baik dibandingkan dengan anak yang tinggal dengan keluarga yang memiliki status sosial ekonomi rendah (Adriani & Wirjatmadi, 2012)

Semakin tinggi tingkat pendapatan, maka kebutuhan akan zat-zat gizi akan terpenuhi termasuk pada daya beli yang semakin kuat dan menyebabkan permintaan terhadap konsumsi meningkat (Rahardja & Manurung, 2017). Hal ini berpengaruh juga terhadap konsumsi *fast food* dan minuman dengan pemanis buatan atau *sugar sweetened beverages* (SSBs) yang meningkat. Kepala keluarga yang berstatus bekerja meningkatkan pengeluaran dan partisipasi konsumsi minuman berpemanis lebih tinggi dibandingkan dengan yang berstatus bukan bekerja. Semakin banyak penduduk usia kerja/produktif maka akan semakin besar tingkat konsumsi. Apabila jika dari hasil pekerjaan tersebut menghasilkan upah/ gaji yang baik maka semakin banyak penduduk bekerja akan semakin besar penghasilannya (Rahardja & Manurung, 2017). Namun hal ini juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan dalam pemilihan makanan dan minuman yang sehat.

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan konsumsi makanan dan minuman pada remaja adalah pengetahuan gizi yang rendah dan terlihat pada kebiasaan mengkonsumsi makanan dan minuman yang salah. Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, umur, kondisi lingkungan, dan sosial budaya (Wawan dan Dewi, 2011). Pengetahuan gizi yang baik akan berpengaruh pada pola asupan makanan yang lebih sehat. Pengetahuan gizi mempengaruhi pemilihan dan penyediaan minuman termasuk dalam pemilihan makan dan minuman dalam kemasan yang memiliki kandungan pemanis buatan. Jika pengetahuan gizi tentang SSBs meningkat, maka ada kecenderungan untuk berhati-hati dalam mengkonsumsi SSBs (Chang, 2010).

Mengkonsumsi SSBs dalam jumlah berlebihan meningkatkan seseorang berisiko menjadi kelebihan berat badan dan obesitas. Semakin tinggi tingkat konsumsi SSBs, semakin tinggi pula asupan total energi. Menurut Nicklas et al (2003), konsumsi SSBs (58% soft drink, 20% minuman buah rasa kemasan, 19% teh dan 3% kopi), snack manis dan daging secara signifikan berhubungan dengan kejadian *overweight*.

Saat ini permasalahan gizi yang menjadi ancaman serius bagi remaja yaitu kejadian gizi lebih atau *overweight*. WHO (2018) menyebutkan epidemi *overweight* yang berlanjut ke obesitas pada anak dan remaja tidak bisa dianggap sebagai hal biasa, karena data terbaru menunjukkan populasi anak dan remaja yang mengalami obesitas meningkat 10 kali lipat dalam 40 tahun. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa, prevalensi gizi lebih secara Nasional pada remaja usia 16-18 tahun di Indonesia berdasarkan IMT/U dengan kategori gemuk mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 7,3% menjadi 9,5% pada

tahun 2018. Prevalensi *overweight* pada remaja provinsi Jambi tahun 2018 pada usia 16-18 tahun berdasarkan IMT/U adalah sebesar 9,35%.

Berdasarkan 20 puskesmas di Kota Jambi Tahun 2021, angka gizi lebih tertinggi pada remaja terdapat di puskesmas paal X yaitu 45 orang (25,9%) dan puskesmas Talang Banjar menduduki angka tertinggi kedua dengan persentase (13,2%) (Dinas Kesehatan Kota Jambi, 2022). Dengan demikian, maka terpilih Puskesmas talang banjar sebagai lokasi penelitian. Berdasarkan rekomendasi dari pihak Puskesmas talang banjar bahwa Sekolah Menengah pertama yang berada di wilayah kerja Puskesmas talang banjar yang menjadi lokasi penelitian yaitu SMPN 9 Kota Jambi. Data yang diperoleh dari SMPN 9 Kota Jambi diketahui bahwa jumlah siswa- siswi SMPN 9 Kota Jambi sebanyak 734 orang yang terdiri dari 382 laki- laki dan 352 perempuan. Berdasarkan hasil survey awal yang telah dilakukan pada 10 siswa/i SMPN 9 Kota Jambi terdapat 6 orang yang mengalami gizi lebih yaitu 3 orang dengan status gizi kurang dan 1 orang dengan status gizi normal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, status sosialekonomi keluarga, konsumsi *sugar sweetened beverages* dengan status gizi lebih pada remaja di SMPN 9 Kota Jambi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *cross-sectional* yang bertujuan untuk menganalisa hubungan pengetahuan gizi, status sosial ekonomi keluarga, konsumsi *sugar sweteened beverages* dengan status gizi lebih pada siswa SMPN 9 Kota Jambi. Penelitian akan dilakukan pada bulan juli-agustus tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 9 Kota Jambi yang berjumlah 734 remaja dengan sampel 39 remaja SMPN 9 Kota Jambi. Pengumpulan data dilakukan secara langsung menggunakan kuesioner dan pengukuran antropometri secara langsung. Sampel pada penelitian ini diambil dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data yang dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi, untuk melihat kemaknaan alpha 5 (0,05).

HASIL

Analisis Univariat

Responden pada penelitian ini yaitu remaja yang merupakan siswa/I di SMPN 9 Kota Jambi. Gambaran karakteristik umur dan jenis kelamin responden dapat dilihat pada tabel 1. dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Umur dan Jenis Kelamin Remaja di SMPN 9 Kota Jambi

No	Variabel	Frekwensi	Persentase
Umur			
1	13 Tahun	3	7,7
2	14 Tahun	31	79,5
3	15 Tahun	5	12,8
Jenis Kelamin			
4	Perempuan	25	64,1
5	Laki-laki	14	35,9
Total		39	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwasanya responden terbanyak terdapat pada umur 14 tahun yaitu sebanyak 31 orang (79,5%) responden dan berdasarkan jenis kelamin responden terbanyak yaitu perempuan sebanyak 25 orang (64,1%) responden.

Tabel 2. Gambaran Pengetahuan Gizi Remaja di SMPN 9 Kota Jambi

No	Pengetahuan Gizi	Frekwensi	Persentase
1	Cukup	9	23,1
2	Kurang	30	76,9
	Total	39	100

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan sebanyak 30 responden (76,9%) memiliki pengetahuan gizi kurang dan 9 responden (23,1%) memiliki pengetahuan gizi cukup.

Tabel 3. Gambaran Status Sosialekonomi Remaja di SMPN 9 Kota Jambi

No	Status Sosial Ekonomi	Frekwensi	Persentase
1	Tinggi	15	38,5
2	Rendah	24	61,5
	Total	39	100

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan sebanyak 24 responden (61,5%) memiliki status sosial ekonomi rendah dan 15 responden (38,5%) memiliki status sosial ekonomi tinggi.

Tabel 4. Gambaran Konsumsi *Sugar Sweteened Beverages* Remaja di SMPN 9 Kota Jambi

No	<i>Sugar Sweteened Beverages</i>	Frekwensi	Persentase
1	Sering	34	87,2
2	Jarang	5	12,8
	Total	39	100

Berdasarkan hasil pada Tabel 4, menunjukkan sebanyak 5 responden (12,8%) memiliki konsumsi *sugar sweteened beverages* jarang dan 34 responden (87,2%) memiliki konsumsi *sugar sweteened beverages* sering.

Tabel 5. Gambaran Status Gizi Remaja Di SMPN 9 Kota Jambi

No	Status Gizi	Frekwensi	Persentase
1	Gizi Kurang	13	33,3
2	Gizi Baik	9	23,1
3	Gizi Lebih	17	43,6
	Total	58	100

Berdasarkan hasil pada Tabel 5, menunjukkan mayoritas responden memiliki status gizi lebih dengan jumlah 17 responden (43,6%) dan gizi baik sebanyak 9 responden (23,1%).

Analisis Bivariat

Tabel 6. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja di SMPN 9 Kota Jambi

Frekuensi Pengetahuan Gizi	Status Gizi				Total	%	<i>p-value</i>	<i>R-Square</i>
	Tidak Gizi Lebih		Gizi Lebih					
	n	%	n	%				
Cukup	3	42,8	4	57,1	7	100	0,583	0,871
Kurang	9	42,8	12	57,1	21	100		
Jumlah	12	42,8	16	57,1	28	100		

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah 39 responden didapat hasil uji statistic dengan SPSS ver 25 menggunakan uji korelasi yaitu nilai signifikasi 0,974 ($>0,05$) yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi terhadap status gizi remaja di SMPN 9 Kota Jambi.

Tabel 7. Hubungan Status Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Di SMPN 9 Kota Jambi

Frekuensi Status Sosial Ekonomi	Status Gizi				Total	%	<i>p-value</i>	<i>R-Square</i>
	Tidak Gizi Lebih		Gizi Lebih					
	n	%	n	%				
Tinggi	4	40	6	60	10	100		
Rendah	9	47,3	10	52,6	19	100	0,149	0,365
Jumlah	13	44,8	16	55,1	29	100		

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah 39 responden didapat hasil uji statistic dengan SPSS ver 25 menggunakan uji korelasi yaitu nilai signifikasi 0,365 ($>0,05$) yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara status sosial ekonomi terhadap status gizi remaja di SMPN 9 Kota Jambi.

Tabel 8. Hubungan Konsumsi *Sugar Sweetened Beverages* (SSBs) Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Di SMPN 9 Kota Jambi

Frekuensi Status Sosial Ekonomi	Status Gizi				Total	%	<i>p-value</i>	<i>R-Square</i>
	Tidak Gizi Lebih		Gizi Lebih					
	n	%	n	%				
Jarang	1	33,3	2	66,6	3	100		
Sering	12	46,1	14	53,8	26	100	0,163	0,321
Jumlah	13	44,8	16	55,1	29	100		

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah 39 responden didapat hasil uji statistic dengan SPSS ver 25 menggunakan uji korelasi yaitu nilai signifikasi 0,365 ($>0,05$) yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi *sugar sweetened beverages* (SSBs) dengan status gizi lebih pada remaja di SMPN 9 Kota Jambi.

PEMBAHASAN

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain adalah usia. Dalam penelitian ini remaja dalam rentang usia 11-16 tahun dimana dalam rentang usia tersebut remaja putri masih sangat minim pengetahuan dan belum adanya pengalaman tentang gizi (Maryatin & Riya, 2023). Bagi remaja perempuan untuk memiliki bentuk fisik yang kurus menyebabkan kebiasaan makan yang kurang baik. Tidak teraturnya makan, mengurangi makan nasi dan mungkin makan hanya pada pagi dan siang saja sedangkan makan malam diabaikan agar tidak mengakibatkan tubuh gemuk. Remaja laki-laki memerlukan energy lebih banyak dibandingkan remaja perempuan (Hafiza et al., 2020).

Sebanyak 30 responden (76.9%) memiliki pengetahuan gizi kurang dan 9 responden (23.1%) memiliki pengetahuan gizi cukup. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah umur, tingkat sosial ekonomi dan pendidikan. Faktor umur dengan bertambahnya umur seseorang akan terjadi perubahan pada aspek psikis dan psikologis

(mental). Sedangkan tingkat sosial ekonomi dan pendidikan dapat akan memberikan pengaruh yang besar terhadap keberlangsungan anggota keluarga, baik dari tingkat pendidikan dan kesehatan.

Berdasarkan hasil pada Tabel 3, menunjukkan sebanyak 24 responden (61.5%) memiliki status sosial ekonomi rendah dan 15 responden (38.5%) memiliki status sosial ekonomi tinggi. Status sosial ekonomi yang dapat memengaruhi proses pertumbuhan salah satunya yaitu pendapatan. Pendapatan keluarga memengaruhi kemampuan seseorang untuk mengakses makanan tertentu yang akan berpengaruh pada status gizi anak. Seseorang dengan status sosial ekonomi rendah memiliki keterbatasan kemampuan dalam mengakses makanan tertentu, sehingga beresiko mengonsumsi makanan dengan jumlah yang kurang. Ketahanan pangan yang tidak memadai pada keluarga dapat mengakibatkan masalah gizi pada anak (Oktavia, 2021).

Penelitian ini ditemukan sebanyak 34 responden (87.2%) sering mengonsumsi *sugar sweetened beverages*. *Sugar Sweetened Beverages* berkontribusi terhadap penambahan berat badan karena kandungan gula tambahan yang tinggi, rasa kenyang yang rendah, dan potensi kompensasi energi total yang tidak lengkap menyebabkan peningkatan asupan energi yang apabila tidak digunakan maka akan meningkatkan penambahan berat badan (Yoshida & Simoes, 2018). Pada remaja, konsumsi *Sugar Sweetened Beverages* dan makanan saji serta kurangnya asupan buah dan sayur dapat menjadi permasalahan terkait pola konsumsi remaja dan berkaitan dengan penambahan berat badan (Arundhana & Masnar, 2021). Dan dalam penelitian ini ditemukan sebanyak 17 responden (43.6%) memiliki gizi lebih. Hal ini disebabkan oleh faktor mengonsumsi makanan tidak sehat, pemahaman gizi yang keliru, pola pengasuhan orang tua, kesukaan berlebihan terhadap makanan, produk-produk dari negara yang lain yang lebih menarik dan kebiasaan makan yang buruk. Kebiasaan makan yang buruk sering terjadi pada usia remaja karena mereka makan dengan seadanya tanpa mengetahui kebutuhan akan zat gizi terhadap kesehatan (Hafiza et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah 39 responden didapat hasil uji statistik dengan SPSS ver 25 menggunakan uji korelasi yaitu nilai signifikansi 0,974 ($>0,05$) yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi terhadap status gizi remaja di SMPN 9 Kota Jambi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Goreti (2019) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi ($p=0,583$). Pada penelitian Christan, et al (2013) menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi ($p=0,871$) dikarenakan pengetahuan gizi tidak selalu mendasari seseorang dalam memilih makanan yang akan ia konsumsi. Karena terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi remaja terhadap praktek gizi seimbang diantaranya jenis kelamin, uang saku, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua dan sikap terhadap pengetahuan gizi. Penyebab tidak terdapatnya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi ini dikarenakan pengetahuan tidak memberi pengaruh secara langsung terhadap asupan gizi.

Rendahnya pendapatan merupakan kendala yang menyebabkan orang tidak mampu membeli, memilih pangan yang bermutu gizi baik dan beragam (Dieny, 2014). Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah 39 responden didapat hasil uji statistik dengan SPSS ver 25 menggunakan uji korelasi yaitu nilai signifikansi 0,365 ($>0,05$) yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara status sosial ekonomi terhadap status gizi remaja di SMPN 9 Kota Jambi.

Pendapatan keluarga memadai akan menunjang tumbuh kembang, karena orang tua dapat menyediakan semua kebutuhan siswa baik primer maupun sekunder. Pendapatan keluarga yang tinggi akan sangat mendukung kehidupan seseorang atau keluarga untuk menerapkan kehidupan yang lebih baik serta dapat mendukung peningkatan status gizi

siswa. Tingkat pendapatan yang tinggi membantu kebutuhan asupan makan yang baik dan bergizi dapat terpenuhi, sehingga dengan hal tersebut secara tidak langsung status gizi siswa juga akan menjadi baik, karena segala zat kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh dapat tercukupi (Chandra & Aisah, 2023). Namun orang tua dengan pendapatan tinggi kebutuhan gizi anaknya akan mudah terpenuhi akan tetapi banyak ditemukan sebagian besar pemberian asupan gizi yang harusnya dipenuhi oleh orang tuanya terkadang akan diserahkan kepada orang lain seperti keluarga atau pengasuhnya karena kebanyakan dari orang tua siswa bekerja di luar kota atau luar negeri. Sehingga pengasuhan anak diserahkan kepada orang lain. Sehingga tidak menjamin bahwa tingkat sosialekonomi akan mempengaruhi status gizi seseorang menjadi baik.

Status gizi terkait dengan asupan zat gizi pada remaja berkaitan dengan asupan zat gizi yang dimakan oleh remaja sehari-hari bergantung pada pola konsumsi keluarga dan lingkungan sekolahnya seperti banyak ditemukannya penjual makanan dan minuman disekitaran sekolah baik didalam maupun diluar sekolah. Sehingga keduanya memiliki peran yang penting terhadap perubahan masukan zat gizi. Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah 39 responden didapat hasil uji statistic dengan SPSS ver 25 menggunakan uji korelasi yaitu nilai signifikansi 0,365 ($>0,05$) yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi *sugar sweetened beverages* (SSBs) dengan status gizi lebih pada remaja di SMPN 9 Kota Jambi.

Hasil Penelitian tersebut dapat terjadi karena faktor lain seperti dalam Saidah et al., (2017) karena responden aktif berolahraga selain itu responden aktif dalam ekstrakurikuler. Aktivitas fisik berperan penting dalam pengeluaran energi sehingga dapat mencegah munculnya gizi lebih. Pengeluaran energi tersebut merupakan akibat penggunaan energi untuk beraktivitas fisik itu sendiri maupun hubungannya dengan metabolisme basal. Dalam kaitannya dengan metabolisme basal dijelaskan bahwa aktivitas fisik berperan dalam memelihara dan membentuk masa otot. Aktifitas fisik membantu menurunkan perkembangan sel lemak (Muhilal & Damayanti, 2006). Penelitian Andea (2010) responden yang memiliki kebiasaan konsumsi minuman berpemanis dalam kategori selalu dan status gizi normal terdapat 16 responden (72,7%). Hal ini dapat terjadi karena faktor lain yaitu berdasarkan wawancara diketahui bahwa responden mengurangi asupan makan dan sering melakukan olahraga. Terbentuknya konsep diri berupa body image pada remaja juga menyebabkan kebanyakan para remaja mengurangi asupan makanan karena melakukan diet yang salah. Konsep body image yang negative akan berdampak pada status gizi remaja (Saidah et al., 2017).

Pada umumnya, individu yang mengonsumsi minuman berpemanis tidak menyadari kandungan energi dari gula didalamnya karena bentuknya yang berupa cairan. Dalam pemilihan minuman berpemanis, mereka menyatakan karena minuman ini lebih enak dan manis, mereka tidak mengetahui kandungan gula yang terdapat pada minuman ini dapat memberikan energi. Keinginan bawaan secara alami untuk merasakan rasa manis dan paparan berulang dari minuman berpemanis dapat meningkatkan keinginan untuk mengonsumsi atau mencicipi makanan dan minuman berasa manis (Ventura & Mennella, 2011).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka diperoleh kesimpulan yaitu mengenai gambaran frekuensi pengetahuan gizi menunjukkan sebanyak 30 responden (76.9%) memiliki pengetahuan gizi kurang dan 9 responden (23.1%) memiliki pengetahuan gizi cukup, sebanyak 24 responden (61.5%) memiliki status sosial ekonomi rendah dan 15 responden (38.5%) memiliki status sosial ekonomi tinggi, sebanyak 5 responden (12.8%)

memiliki konsumsi *sugar sweetened beverages* jarang dan 34 responden (87.2%) memiliki konsumsi *sugar sweetened beverages* sering. Kemudian, penggunaan uji korelasi, didapat hasil yaitu nilai signifikansi pengetahuan gizi sebesar 0,974, nilai signifikansi konsumsi *sugar sweetened beverages* 0,321 dan signifikansi status social ekonomi keluarga 0,365 yang artinya semua berada pada $> (0,05)$ sehingga dapat dikatakan hubungan pengetahuan gizi, status social ekonomi keluarga dan konsumsi *sugar sweetened beverages* dengan status gizi lebih pada remaja di SMPN 9 Kota Jambi tidak berkorelasi.

SARAN

Disarankan kepada peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan status gizi lebih remaja terutama pada sekolah yang berada di wilayah kerja Puskesmas talang banjar Jambi dikarenakan di lokasi tersebut masih jarang ada penelitian yang berkaitan dengan status gizi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada pembimbing dalam penelitian ini dan pihak sekolah yang telah memfasilitasi dalam proses penelitian ini sehingga penelitian dapat berlangsung dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnani, H. (2011). *Buku Ajar: Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta Nuha Medika.
- Adriani, & Wirjatmadi. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Kencana.
- Andea, R. (2010). Hubungan Antara Body Image Dan Perilaku Diet Pada Remaja. [Skripsi]. *Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara*.
- Arundhana, A. I., & Masnar, A. (2021). *Obesitas Anak dan Remaja: Faktor Risiko, Pencegahan, dan Isu Terkini*. CV. Edugizi Pratama Indonesia.
- Chandra, F., & Aisah, A. (2023). Hubungan Sosial Ekonomi Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(1), 188. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i1.683>
- Dieny, F. F. (2014). *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri*. Graha Ilmu.
- Dinas Kesehatan Kota Jambi. (2022). *Dinas Kesehatan Kota Jambi, Status Gizi*.
- Fikawati, S. (2017). *Gizi Anak dan Remaja*. PT Rajagrafindo Persada.
- Hafiza, D., Utmi, A., & Niriyah, S. (2020). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2), 86–96. <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/keperawatan/>
- Maryatin, A., & Riya, R. (2023). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja di SMP N 19 Muaro Jambi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(6), 1157–1163. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i6.3332>
- Muhilal, & Damayanti, D. (2006). *Gizi Anak dan Remaja*. EGC.
- Oktavia, R. (2021). Hubungan Faktor Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Medika Hutama*, 3(1).
- Rahardja, P., & Manurung, M. (2017). *Pengantar Ilmu Ekonomi*. Lembaga Penerbit Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia.
- Saidah, F., Maryanto, S., & Pontang, G. S. (2017). The Correlation Between Consuming Sweetened Beverages With Over Nutrition in Senior High School of Institut Indonesia Semarang. *Jurnal Kesehatan Gizi*, 9(22), 150–157.
- Ventura, A. K., & Mennella, J. A. (2011). Innate and learned preferences for sweet taste during childhood. *Curr Opin Clin Nutr Metab Care*, 14(4), 379–384.