



**SEMINAR SEKOLAH PASCASARJANA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR**

Nama	:	Fakhratunnisa Putri Oceani	
NRP	:	I1504231032	
Program Studi	:	Ilmu Gizi	
Judul Penelitian	:	Analisis <i>Food Choice</i> dan Dampaknya terhadap Status Gizi dan Prestasi Akademik Remaja pada Wilayah Urban dan Rural di Bogor	
Pembimbing	:	1. Prof. Dr. Ir. Ikeu Tanziha, M.S 2. Prof. Dr. Ir. Drajat Martianto, M.Si	
Kelompok	:	Ilmu Sosial Humaniora	
Hari / Tanggal	:	Kamis, 6 Maret 2025	
Waktu	:	10:30-11:30	
Tempat	:	Ruang Seminar Pasca Gd. Fema Lantai 1	

ANALISIS FOOD CHOICE DAN DAMPAKNYA TERHADAP STATUS GIZI DAN PRESTASI AKADEMIK REMAJA PADA WILAYAH URBAN DAN RURAL DI BOGOR

(Analysis of Food Choice and Its Impact on Nutritional Status and Academic Achievement of Adolescents in Urban and Rural Areas in Bogor¹⁾

Fakhiratunnisa Putri Oceani², Ikeu Tanziha³, Drajat Martianto⁴

Abstract

This study analyzes the food choices of adolescents in urban and rural areas of Bogor and their impact on nutritional status and academic achievement. A cross-sectional design was used, involving 377 subjects. Result showed that subjects in urban and rural significantly different in socio-economic factors ($p < 0,05$) and indicate that food choice, nutritional status, and academic achievement in rural areas are better compared to urban areas ($p < 0,001$). Bivariate analysis shows correlation between food choice motives and with nutritional status. In urban area significant ($p < 0,001$) in health, mood, convenience, familiarity, and weight control. In rural area significant ($p < 0,001$) in health, mood, natural content, price, familiarity, and weight control. Moreover, nutritional status is positively correlated ($p < 0,001$) with academic achievement, with a strong level of correlation (in urban $r = 0,741$ and rural $r = 0,525$). Multivariate analysis indicates that the most influential factors affecting nutritional status are food choice and family size both in urban and rural areas and The most influential factors on academic achievement are food choice and nutritional status in rural areas, while in urban areas, food choice, nutritional status, and father's income play a significant role.

Keywords: *academic achievement, adolescents, food choice, nutritional status, rural area, urban area*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini, terjadi begitu banyak perubahan, baik perubahan secara psikologis, maupun fisiologis (Musmiah 2019). Perubahan-perubahan ini menyebabkan remaja membutuhkan asupan gizi yang lebih dibanding pada usia sebelumnya. Oleh karenanya, pada usia ini sangat penting untuk memperhatikan serta memilih asupan zat gizi, baik zat gizi makro maupun zat gizi mikro yang cukup bagi tubuh (Hafiza *et al.* 2020).

Di sisi lain, pada usia ini terjadi periode transisi pola makan pada remaja, yang mulanya hanya dikendalikan oleh orang tua, kemudian beralih pada pola makan mandiri yang dapat ditentukan oleh dirinya sendiri atas beberapa pertimbangan berdasarkan perspektif pribadi dari remaja tersebut yang biasanya disebut sebagai *food choice* (Ziegler *et al.* 2021). Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi *food choice* seseorang, termasuk wilayah tempat tinggal baik pada wilayah perkotaan (urban) maupun pada wilayah rural (pedesaan) yang memiliki perbedaan dari segi kepadatan penduduk, sistem administrasi, perekonomian serta akses sarana dan prasarana serta

¹ Bagian Tesis, disampaikan pada seminar Pascasarjana IPB

² Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi, Sekolah Pascasarjana IPB

³ Ketua Komisi Pembimbing, Staf Pengajar Departemen Gizi Masyarakat, FEMA IPB

⁴ Anggota Komisi Pembimbing, Staf Pengajar Departemen Gizi Masyarakat, FEMA IPB

fasilitas umum lainnya, termasuk akses pada pilihan makanan tertentu (Badan Pusat Statistik 2022). Ketersediaan pangan di rumah, kontrol orang tua, pengaruh teman sebaya, cita rasa, biaya, proses persiapan bahan, efikasi diri serta pengaruh idola atau yang sering disebut “*influencer*” pada berbagai platform sosial media (Nield 2024).

Food choice dapat membentuk kebiasaan makan, sementara itu usia remaja rentan akan permasalahan gizi, baik pada ranah gizi lebih maupun gizi kurang (Rachmayani 2018). Permasalahan gizi remaja merupakan permasalahan yang belum terselesaikan hingga saat ini. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi kurus dan sangat kurus. Serta, berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (2023), remaja usia 16-18 tahun di Jawa Barat dengan status gizi stunting berada pada angka 18,1%. (SKI 2023).

Remaja dengan status gizi kurang akan mengalami retardasi fisik serta intelektual hingga 30%. Hal ini akan berdampak pada kurangnya konsentrasi, sulit berkomunikasi dengan baik, tidak responsif, serta berujung pada nilai IQ yang rendah sehingga memiliki prestasi akademik yang rendah (Anwar dan Isatirradiyah 2018). Sementara, berdasarkan hasil penelitian PISA (*Program for Inter-national Student Assessment*) tahun 2018, Indonesia memiliki tingkat kesetaraan akses terhadap pendidikan yang tinggi, namun juga memiliki tingkat prestasi akademik yang rendah (Kemendikbud 2019). Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan terkait aspek-aspek pemilihan makanan (*food choice*) terhadap status gizi dan dampaknya terhadap prestasi akademik remaja dalam upaya pembentukan SDM yang berkualitas. Atas dasar tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis *food choice* pada remaja di wilayah urban dan rural serta dampaknya terhadap status gizi dan prestasi akademik.

METODE

Desain, Waktu, dan Tempat Penelitian

Desain penelitian ini adalah *cross-sectional study*. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan November-Desember 2024 pada dua sekolah, satu sekolah perwakilan daerah perkotaan (urban) yakni pada Kecamatan Dramaga dan satu sekolah mewakili daerah pedesaan (rural) pada Kecamatan Nanggung. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan Komisi Etik Penelitian Institut Pertanian Bogor dengan nomor 1489/IT3.KEPMSM-IPB/SK/2024.

Jumlah dan Cara Penarikan Subjek

Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja/siswa dari masing-masing sekolah perwakilan wilayah urban dan wilayah rural. Berdasarkan tujuan, penelitian ini menggunakan *total sampling*, sehingga subjek pada SMAN 1 Nanggung sebanyak 172 siswa dan 50% dari populasi di SMAN 1 Dramaga sebanyak 212 siswa. Sehingga, total subjek pada penelitian ini yakni 384 subjek. Namun, hingga penelitian selesai, terdapat 4 subjek yang dinyatakan *dropout* pada SMAN 1 Dramaga dan 3 subjek pada SMAN 1 Nanggung, sehingga total akhir subjek sebanyak 377 subjek.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan terdiri dari data primer dan data sekunder. Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik subjek (usia, jenis kelamin), karakteristik sosial

ekonomi keluarga (pekerjaan ayah, pekerjaan ibu, penghasilan ayah, penghasilan ibu, besaran keluarga), data status gizi dengan pengukuran antropometri. Analisis *food choice* dilakukan dengan menggunakan *Food Choice Questionnaire* (FCQ). Data prestasi akademik diperoleh menggunakan data sekunder dari hasil Ujian Akhir Semester subjek, data tersebut diperoleh dari hasil rekapan nilai yang dikelola oleh guru menggunakan standar penilaian terbaru sistem Merdeka Belajar oleh Kemendikbudristek.

Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan dan analisis data menggunakan program WHO *AnthroPlus*, Microsoft *Excel* 2019 dan *IBM SPSS Version 25.0*. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden dan keluarga serta gambaran *food choice*, kualitas hidup dan prestasi akademik. Analisis bivariat menggunakan analisis *Rank Spearman* dengan acuan 0,00-0,25: hubungan sangat rendah; 0,26-0,50: hubungan cukup; 0,51-0,75: hubungan kuat; 0,76-0,99: hubungan sangat kuat; 1,00: hubungan sempurna. Analisis perbandingan variabel pada wilayah urban dan rural menggunakan analisis *Mann Whitney* dengan nilai signifikansi $<0,05$. Sedangkan, analisis data multivariat menggunakan analisis regresi linear berganda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek dan Keluarga

Data karakteristik yang dikumpulkan meliputi karakteristik subjek dan karakteristik sosio-ekonomi keluarga. Tabel 1 menunjukkan distribusi karakteristik dari 377 subjek.

Tabel 1 Karakteristik subjek dan keluarga

Karakteristik subjek	Urban (SMAN 1 Dramaga) (n=208)		Rural (SMAN 1 Nanggung) (n=169)		p-value
	n	%	n	%	
Usia (tahun)					0,010*
Mean±SD	16,11±0,39		16,24±0,61		
Median	16(15-17)		16(15-18)		
15 tahun	6	2,9	14	8,3	
16 tahun	173	83,2	103	60,9	
17 tahun	29	13,9	50	29,6	
18 tahun	0	0	2	1,2	
Jenis Kelamin					0,021*
Laki-laki	74	35,6	80	47,3	
Perempuan	134	64,6	89	52,7	
Pekerjaan Ayah					<0,001*
Tidak Bekerja	13	6,3	14	8,3	
Bekerja	195	93,7	155	91,7	
Pekerjaan Ibu					0,004*
Tidak Bekerja	137	65,9	89	52,7	
Bekerja	71	34,1	80	47,3	
Penghasilan Ayah					0,205
< 2.100.000	107	51,4	98	58,0	
≥ 2.100.000	101	48,6	71	42,0	
Penghasilan Ibu					0,025*
< 2.100.000	174	83,7	155	91,7	
≥ 2.100.000	34	16,3	14	8,3	

Tabel 1 Karakteristik subjek dan keluarga (*lanjutan*)

Karakteristik subjek	Urban (SMAN 1 Dramaga) (n=208)		Rural (SMAN 1 Nanggung) (n=169)		p-value
	n	%	n	%	
Besaran Keluarga					0,515
Kecil (≤ 4 orang)	96	46,2	80	47,3	
Sedang (5-6 orang)	98	47,1	85	50,3	
Besar (≥ 7 orang)	14	6,7	4	2,4	
Uang Saku					<0,001*
Mean $\pm$ SD	22.293 $\pm$ 9.320		17.266 $\pm$ 5.835		
Median	20.000(15.000-50.000)		15.000(7.000-50.000)		
5.000-15.000	58	27,9	90	53,3	
16.000-25.000	106	51,0	71	42,0	
>25.000	44	21,1	8	4,7	

Keterangan: sebaran data diperoleh dengan menggunakan statistik deskriptif dan frekuensi. Nilai p-value yang ditampilkan merupakan nilai p-value uji *Mann Whitney* dengan signifikansi $p < 0,05$.

Subjek penelitian ini merupakan remaja pada kisaran usia 15 hingga 18 tahun, baik pada daerah urban maupun rural didominasi oleh remaja berusia 16 tahun. Persentase perempuan pada wilayah urban lebih tinggi dibanding rural, sementara persentase laki-laki pada wilayah rural lebih tinggi dibanding wilayah urban. Terdapat perbedaan signifikan pada pekerjaan ayah dan ibu ($p < 0,05$). Pada wilayah urban didominasi profesi wiraswasta, karyawan swasta dan PNS. Sementara, pada wilayah rural didominasi wiraswasta serta petani/nelayan/buruh. Tidak ditemukan perbedaan signifikan pada penghasilan ayah, namun signifikan berbeda ($p < 0,05$) pada penghasilan ibu. Penghasilan ibu pada wilayah urban lebih tinggi dibanding ibu pada wilayah rural. Demikian pula dengan uang saku. Sementara, tidak terdapat perbedaan besaran keluarga pada wilayah urban dan rural.

Analisis *Food Choice*, Status Gizi serta Prestasi Akademik

Berdasarkan tabel 2, terdapat 2 dimensi yang tidak signifikan berbeda antara wilayah urban dan rural yakni pada dimensi kesehatan dan *familiarity*. Sementara, berdasarkan analisis *food choice*, 3 dimensi dengan nilai rata-rata tertinggi pada wilayah urban yakni agama dan tabu, kenyamanan dan daya tarik sensorik. Hal ini sejalan dengan penelitian Septiani et al. (2017) bahwa remaja di lingkungan perkotaan cenderung memperhatikan aspek kenyamanan serta suasana hati dalam memilih makanan. Makanan yang nyaman dapat memengaruhi kondisi stress remaja, sehingga membuat remaja merasa puas dan nyaman (Septiati et al. 2017) dan 3 dimensi tertinggi pada wilayah rural yakni dimensi kesehatan, agama dan tabu serta pengendalian berat badan. Hal ini dikarenakan pada lokasi penelitian ini masih banyak mengonsumsi makanan dengan proses olahan yang alami. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Bargiota (2013), kebiasaan makan siang serta makan malam di rumah menjadikan remaja pada daerah pedesaan cenderung mengonsumsi makanan rumahan (Bargiota et al. 2013).

Perbedaan signifikan juga ditemui pada status gizi ($p < 0,05$). Status gizi remaja pada wilayah urban (perkotaan) memiliki persentase yang lebih tinggi pada kategori *overweight* (14,9%) dan obesitas (5,8%) dibandingkan dengan remaja di wilayah rural. Sementara, remaja pada wilayah rural menunjukkan persentase yang lebih tinggi pada kategori sangat kurus (1,8%) dan kurus (3%) dibandingkan dengan wilayah urban. Sejalan dengan penelitian serupa dengan hasil yang menunjukkan kejadian *overweight*

dan obesitas ditemukan lebih tinggi pada wilayah perkotaan dan status gizi sangat kurus dan kurus lebih tinggi pada wilayah pedesaan. Hal ini dikarenakan remaja pada wilayah perkotaan lebih mudah mengakses serta memilih berbagai jenis pangan (Dwiningsih & Pramono 2013).

Pada variabel prestasi akademik signifikan berbeda ($p < 0,05$), pada remaja di daerah rural memiliki hasil yang lebih baik dengan 64% mencapai tujuan pembelajaran dan tidak terdapat remaja yang masuk pada kategori remedial keseluruhan. Sementara, pada daerah urban persentase tertinggi ditemui pada kategori remedial pada kriteria tertentu. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Hernandez (2018) bahwa prestasi akademik remaja pada wilayah perkotaan jauh lebih unggul dibandingkan wilayah pedesaan dikarenakan faktor ketersediaan sarana prasarana dalam proses belajar mengajar (Hernandez *et al.* 2018). Namun, berdasarkan penelitian Khusaini (2020) bahwa pada beberapa daerah, sarana dan prasarana telah diantisipasi oleh pihak pemerintah daerah, sehingga tidak menutup kemungkinan remaja pada daerah rural dapat unggul pada hasil prestasi akademiknya. Dukungan sosial oleh orang tua dan guru juga berpengaruh (Khusaini dan Muvera 2020).

Tabel 2 Analisis *food choice*, status gizi dan prestasi akademik

Karakteristik subjek	Urban (SMAN 1 Dramaga) (n=208)		Rural (SMAN 1 Nanggung) (n=169)		p-value
	Mean±SD	Median (Min-Max)	Mean±SD	Median (Min-Max)	
Food Choice					
Kesehatan	3,92±0,9	4,17(1,33-4,00)	4,11±0,6	4,17(2,00-5,00)	0,143
Suasana Hati	3,98±0,8	4,00(1,67-5,00)	3,42±0,4	4,00(1,67-5,00)	<0,001*
Kenyamanan	4,03±0,8	4,20(1,60-5,00)	3,84±0,6	4,00(1,60-5,00)	0,001*
Daya Tarik Sensorik	3,99±0,5	4,00(2,25-5,00)	3,54±0,4	4,25(2,00-5,00)	<0,001*
Mengandung Bahan Alami	3,87±1,0	4,00(1,00-5,00)	3,81±0,9	4,00(2,00-5,00)	<0,001*
Harga	3,96±1,0	4,33(1,00-5,00)	3,82±0,9	4,00(2,33-5,00)	<0,001*
Pengendalian Berat Badan	3,79±0,9	4,00(1,00-5,00)	3,92±0,6	3,67(1,67-5,00)	<0,001*
Makanan yang Sudah Dikenal	3,90±0,8	4,00(1,00-5,00)	3,67±0,9	4,00(2,00-5,00)	0,054
Etis	3,90±0,8	4,00(1,00-5,00)	3,60±0,7	4,20(1,40-5,00)	<0,001*
Agama dan Tabu	4,10±1,0	4,40(2,00-5,00)	4,02±0,6	4,20(1,40-5,00)	<0,001*

Karakteristik subjek	Urban (n=208)		Rural (n=169)		p-value
	n	%	n	%	
Status Gizi (IMT/U)					
Mean±SD	0,021±1,2		-0,40±1,05		<0,001*
Median (Min-Max)	0,005(-3,68-3,54)		-0,48(-3,64-2,81)		
Sangat Kurus	2	1,0	3	1,8	
Kurus	4	1,9	5	3	
Normal	159	76,4	150	88,8	
Overweight	31	14,9	8	4,7	
Obesitas	12	5,8	3	1,8	

Karakteristik subjek	Urban (n=208)		Rural (n=169)		p-value
	n	%	n	%	
Prestasi Akademik					
Mean±SD	57,40±14,84		59,65±9,55		<0,001*
Median (Min-Max)	57,82(20,27-88,18)		61,83(33,00-82,67)		
Remedial keseluruhan	1	0,5	0	0	
Remedial sebagian besar	46	22,1	16	9,5	
Remedial kriteria tertentu	73	35,1	43	25,4	

Tabel 2 Analisis *food choice*, status gizi dan prestasi akademik (lanjutan)

Karakteristik subjek	Urban (n=208)		Rural (n=169)		p-value
	n	%	n	%	
Mencapai tujuan	71	34,1	109	64,5	
Mencapai tujuan dan dapat memperoleh tantangan	17	8,2	1	0,6	

Keterangan: Sebaran data diperoleh dengan menggunakan statistik deskriptif dan frekuensi. Nilai p-value yang ditampilkan merupakan nilai p-value uji *Mann Whitney* dengan signifikansi $p < 0,05$.

Hubungan *Food Choice* dengan Status Gizi

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa pada wilayah urban, dimensi *food choice* yang tidak signifikan adalah dimensi bahan alami, harga, perhatian etis, dan agama. Dimensi suasana hati, kenyamanan, serta daya tarik sensorik menunjukkan korelasi negatif, yang berarti semakin tidak penting aspek tersebut, semakin baik kategori status gizinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahayu (2020) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *food choice* dengan status gizi pada remaja (Rahayu 2020). Remaja di wilayah perkotaan/urban lebih banyak terpapar pada pengaruh teman sebaya/sosial media dan dipermudah dengan kemudahan akses pada gerai makanan yang mengandung tinggi gula, garam, lemak, sehingga dapat berdampak jangka panjang terhadap status gizi (Aqilah *et al.* 2023). Sementara itu, pada wilayah rural, dimensi yang tidak signifikan dalam memengaruhi status gizi remaja adalah kenyamanan, perhatian etis, agama, dan tabu. Dimensi lainnya menunjukkan korelasi positif yang signifikan dengan tingkat hubungan yang cukup hingga kuat. Pada dimensi suasana hati dan daya tarik sensorik, ditemukan korelasi negatif. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Santoso (2018), karakteristik lingkungan, kebiasaan lingkungan, etnisitas, serta kemudahan sangat mempengaruhi pemilihan makanan pada remaja (Santoso *et al.* 2018).

Tabel 3 Hubungan *food choice* dengan status gizi

Variabel	Status Gizi (Urban)		Status Gizi (Rural)	
	r	p-value	r	p-value
<i>Food Choice</i> Wilayah Urban				
Kesehatan/ <i>Health</i>	0,732	0,001*	0,610	0,001*
Suasana hati/ <i>Mood</i>	-0,592	0,001*	-0,473	0,001*
Kenyamanan/ <i>Convenience</i>	-0,509	0,001*	-0,101	0,193
Daya tarik sensorik/ <i>Sensory appeal</i>	-0,223	0,001*	-0,409	0,001*
Mengandung bahan alami/ <i>Natural content</i>	-0,058	0,407	0,577	0,001*
Harga/ <i>Price</i>	0,030	0,671	0,571	0,001*
Pengendalian berat badan/ <i>Weight control</i>	0,708	0,001*	0,690	0,001*
Makanan yang mudah dikenali/ <i>Familiarity</i>	0,570	0,001*	0,582	0,001*
Perhatian etis/ <i>Ethical concern</i>	0,060	0,388	-0,110	0,155
Agama dan tabu/ <i>Religion and taboo</i>	-0,070	0,317	-0,133	0,086

Keterangan: Uji korelasi variabel *food choice* dengan status gizi menggunakan analisis *Rank Spearman*.
r = nilai korelasi, p = p-value, *signifikan jika $p < 0,05$.

Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Akademik

Tabel 4 menunjukkan bahwa baik pada wilayah urban maupun rural, status gizi signifikan berhubungan dengan prestasi akademik remaja dengan tingkat korelasi yang kuat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Cahyanto (2021) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi akademik. Status gizi merupakan akumulasi asupan zat gizi yang terpenuhi dan berdampak pada metabolisme

di dalam otak. Kondisi gizi kurang berdampak pada perubahan struktural dan fungsional pada otak, sehingga remaja dengan status gizi baik memiliki konsentrasi dan semangat belajar yang lebih baik (Cahyanto *et al.* 2021).

Tabel 4 Hubungan status gizi dengan prestasi akademik

Variabel	Prestasi Akademik	
	r	P value
Status Gizi		
Urban	0,741	<0,001*
Rural	0,525	<0,001*

Keterangan: Uji korelasi variabel *food choice* dengan status gizi menggunakan analisis *Rank Spearman*.
r = nilai korelasi, p = *p-value*, *signifikan jika $p < 0,05$.

Pengaruh Karakteristik Remaja, Karakteristik Keluarga dan *Food Choice* terhadap Status Gizi dan Prestasi Akademik Remaja

Berdasarkan hasil regresi linear berganda, variabel independent 85,80% dapat menjelaskan status gizi. Diperoleh *adjusted R square* sebesar 0,495. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa 49,50% prestasi akademik remaja dapat dijelaskan oleh perubahan variabel yang ada dalam model (karakteristik remaja, karakteristik keluarga, *food choice*, status gizi). Sedangkan 50,50% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti di dalam penelitian ini. Pada wilayah rural, data menyatakan dimensi *food choice*, status gizi, karakteristik individu, karakteristik keluarga 86,7% secara kolektif dapat menjelaskan status gizi remaja. Keseluruhan dimensi *food choice* serta besaran keluarga signifikan berpengaruh terhadap status gizi. Sementara, pada prestasi akademik, model regresi tersebut menyatakan 51,4% dapat menjelaskan prestasi akademik remaja pada wilayah rural.

Sejalan dengan penelitian Nafilla (2023) bahwa dimensi *food choice* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi. Remaja memiliki preferensi pemilihan makanannya masing-masing, terlebih untuk remaja yang berbeda wilayah (Faradila *et al.* 2020). Penelitian oleh Wulandari (2019) menunjukkan remaja cenderung memilih makanan berdasarkan faktor lingkungan, termasuk pengaruh teman sebaya, kemudahan akses, dan harga (Birkenhead dan Slater 2015). Di kalangan remaja, makanan dengan pengolahan yang cepat, rasa yang menjamin, serta tampilan yang menarik merupakan hal yang utama. Kecenderungan mengutamakan aspek tersebut berdampak pada pola makan jangka panjang hingga status gizi remaja (Rahayu 2020). Selain itu, temuan pada penelitian ini menyatakan hubungan signifikan pada variabel besaran keluarga terhadap status gizi remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Chandra dan Aisah (2023) bahwa faktor sosial ekonomi keluarga berpengaruh terhadap derajat status gizi remaja. Penghasilan yang baik meningkatkan daya beli serta akses pangan yang lebih baik. Namun, dalam hal ini besaran keluarga berpengaruh terhadap maksimalnya pemanfaatan penghasilan tersebut di dalam keluarga (Chandra dan Aisah 2023).

Baik pada wilayah urban maupun rural menunjukkan status gizi signifikan berpengaruh terhadap prestasi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Soe (2023) yang mengidentifikasi remaja dengan status gizi normal memiliki prestasi akademik yang lebih baik dibandingkan dengan remaja gizi kurang maupun gizi lebih (Soe *et al.* 2023). Status gizi yang baik mencerminkan asupan gizi yang seimbang dalam jangka waktu yang lama yang berdampak pada rangsangan penerimaan informasi dan pengelolaannya terkait akademik (Anwar C 2018). Pada wilayah urban, penghasilan ayah signifikan berpengaruh terhadap prestasi akademik. Sejalan dengan

penelitian Efriza (2020) motivasi serta peran orang tua signifikan berpengaruh terhadap prestasi akademik remaja dalam bentuk sarana prasarana seperti penyediaan buku yang beragam, kursus, serta kegiatan akademis lainnya (Efriza *et al.* 2020).

Tabel 5 Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap status gizi remaja

Variabel	Urban		Rural	
	Status Gizi	Prestasi Akademik	Status Gizi	Prestasi Akademik
	p-value	p-value	p-value	p-value
<i>Food Choice</i>				
Kesehatan	<0,001*	0,050*	<0,001*	0,002*
Suasana Hati	<0,001*	0,960	<0,001*	0,778
Kenyamanan	<0,001*	0,398	<0,001*	0,688
Daya Tarik Sensorik	0,001*	0,521	0,452	0,082
Mengandung Bahan Alami	0,211	0,063	<0,001*	0,005*
Harga	0,144	0,903	0,048*	0,675
Pengendalian Berat Badan	0,001*	0,046*	0,001*	0,047*
Makanan yang Sudah Dikenal	0,011*	0,929	0,021*	0,851
Etis	0,080	0,195	0,083	0,247
Agama dan Tabu	0,257	0,896	0,289	0,696
Status Gizi		<0,001*		<0,001*
Usia	0,951	0,770	0,872	0,911
Pekerjaan Ayah	0,553	0,681	0,476	0,753
Pekerjaan Ibu	0,287	0,104	0,448	0,158
Penghasilan Ayah	0,549	0,037*	0,313	0,077
Penghasilan Ibu	0,850	0,629	0,783	0,696
Uang Saku	0,710	0,880	0,587	0,709
Besaran Keluarga	0,003*	0,516	0,005*	0,528
F	74.311	12.215	80.119	13.122
Sig	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001
R Square	0,870	0,539	0,878	0,557
Adjusted R Square	0,858	0,495	0,867	0,514

Keterangan: Analisis Regresi Linear Berganda variabel independen (karakteristik remaja, karakteristik keluarga, *food choice*) terhadap variabel dependen (status gizi dan prestasi akademik). p = p-value, *signifikansi jika $p < 0,05$. ¹Unstandardized β , ²Standardized β .

SIMPULAN

Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada gambaran karakteristik individu, sosial ekonomi keluarga, *food choice*, status gizi serta prestasi akademik pada daerah urban dan rural memiliki, remaja urban cenderung memilih makanan yang didasarkan atas suasana hati, kenyamanan dan sensorik. Sementara, remaja rural lebih mengutamakan kesehatan, kandungan bahan alami serta aspek agama. Dari kedua lokasi, hasil analisis menunjukkan adanya hubungan antara pemilihan makanan dengan status gizi dan prestasi akademik. Status gizi maupun prestasi akademik remaja rural menunjukkan persentase yang lebih baik dibandingkan remaja pada wilayah urban. Temuan pada penelitian ini, faktor yang paling memengaruhi status gizi yakni dimensi *food choice* serta besaran keluarga. Sementara, faktor yang paling berpengaruh terhadap prestasi akademik yang dimensi kesehatan, pengendalian berat badan, mengandung bahan alami serta status gizi.

Saran

Bagi remaja, perlu meningkatkan kesadaran dan kepedulian terkait pentingnya memilih makanan tidak hanya berdasarkan aspek kenyamanan, suasana hati dan tampilan makanan saja melainkan berdasarkan kesehatan serta kandungan zat gizi. Pendidikan gizi tentu menjadi hal yang harus terus diupayakan serta pembuatan kebijakan tertentu yang mendukung remaja agar dapat memiliki pemilihan makanan hingga pola makan yang baik. Bagi peneliti selanjutnya, perlu melakukan studi lebih lanjut secara kualitatif terkait alasan pemilihan makanan, meneliti faktor tambahan, serta mengembangkan intervensi berbasis sekolah dalam peningkatan pola makan yang baik melalui kebiasaan pemilihan makanan yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar C, Isatirradiah. 2018. Hubungan status gizi dengan prestasi akademik siswa sekolah dasar di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh tahun 2017. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 4(1):42. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v4i1.165>
- Aqilah S, Phanumartwiwath A, Taneepanichskul N. 2023. Factors associated with food choice motivations among urban high school students in Indonesia. *Journal of Health Research*. 37(6):414-422. <https://doi.org/10.56808/2586-940X.1040>.
- Bargiota, A., Delizona, M., Tsitouras, A., & Koukoulis, G. N. (2013). *Eating habits and factors affecting food choice of adolescents living in rural areas*. HORMONES, 12(2), 246-253. <https://doi.org/10.14310/horm.2002.1408>.
- [BPS]. Badan Pusat Statistik. 2020. *Klasifikasi Desa dan Perkotaan dan Perdesaan di Indonesia*. Jakarta : Badan Pusat Statistik.
- Birkenhead KL, Slater G. A Review of Factors Influencing Athletes' Food Choices. *Sports Medicine*. 2015;45(11):1511–1522. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0372-1>
- Cahyanto EB, Mulyani S, Nugraheni A, Sukamto IS, Musfiroh M. 2021. The relationship between nutritional status and learning achievement. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. 9(1) : 124-128. <https://doi.org/10.20961/placentum.v9i1.45151>.
- Chandra F, Aisah. 2023. Hubungan Sosial Ekonomi Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 12(1):188–193. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i1.683>.
- Dwiningsih, & Pramono, A. (2013). Perbedaan asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan status gizi pada remaja yang tinggal di wilayah perkotaan dan pedesaan (Studi di SMP Negeri 3 Semarang dan SMP Negeri 3 Mojogedang). *Journal of Nutrition College*, 2(2), 232-241. <https://doi.org/10.14710/jnc.v2i2.2748>.
- Efriza, R., Caska, C., & Makhdalena, M. (2020). Analysis of factors affecting student learning achievement of social sciences subjects in Muhammadiyah middle school Rokan Hulu regency. *Journal of Educational Sciences*, 4(3), 529. <https://doi.org/10.31258/jes.4.3.p.529-540>
- Faradila OE, Kuswari M, Gifari N. Perbedaan Pemilihan Makanan dan Faktor yang Berkaitan pada Remaja Putri di SMA Daerah Kota dan Kabupaten. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*. 2020;3(2):103. <https://doi.org/10.21580/ns.2019.3.2.3406>

- Hafiza D, Utmi A, Niriyah S. 2020. Hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP YLPI Pekanbaru. *Jurnal Medika Utama*, 2(1):332–342. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>.
- Hernández-Torrano, D. 2018. Urban–Rural Excellence Gaps: Features, Factors, and Implications. *Roeper Review*. 40(1), 36–45. <https://doi.org/10.1080/02783193.2018.1393610>.
- [Kemenkes RI]. Kementerian Kesehatan RI. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. In Kementerian Kesehatan (Vol. 53, Issue 9). <https://learn-quantum.com/EDU/index.html%0Ahttp://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jsames.2011.03.003%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001%0Ahttp>.
- Khusaini, & Muvera. (2020). Prestasi Belajar dan Karakteristik Orang Tua: Studi Perbandingan Sekolah Menengah Atas Perkotaan-Pedesaan. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha*, 12(2), 296. <https://doi.org/10.23887/jjpe.v12i2.23225>.
- Musmiah SB. 2019. *Selamat Datang Masa Remaja*. Yogyakarta: Deepublish
- Rachmayani SA, Kuswari M, Melani V. 2018. Hubungan asupan zat gizi dan status gizi remaja putri di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. 5(2):125–130. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.6>.
- Rahayu TB. 2020. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Kesehatan*. 6(1):46. <https://doi.org/10.30602/jvk.v6i1.158>
- [Riskesmas] Riset Kesehatan Dasar. 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Santoso Sela O, Azalia JMK. 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Makanan pada Remaja di Surabaya. *Jurnal Hospitality Dan Manajemen Jasa*. 6(1):19–32.
- Samaha M, Hawi NS. 2016. Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers[in Human Behavior*. 57(1):321–325. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.045>.
- Septiani IP, Herawati, Tsani AFA. 2017. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan siswa sekolah menengah atas di Kota Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Terapan*. 8(2):73–83.
- Soe YM, Maneekan P, Soonthornworasiri N, Prangthip P. 2023. Impact of Nutritional Status and Related Factors on Academic Achievement of High School Adolescents, Hlaing Tharyar District, Yangon, Myanmar. *Journal of Population and Social Studies (JPSS)*, 31:482–496. <http://doi.org/10.25133/JPSSv312023.027>
- Tanziha. 2024. *Pemilihan Makanan (Food Choice) : Teori dan Instrumen serta Perannya dalam Keberlanjutan Sistem Pangan*. Bogor : PT. Penerbit IPB Press.
- Wulandari A, Sudrajat I, Agustika K, Pribadi MF, Deliana R, Atiqa S. 2019. The relationship between the level of nutritional knowledge and nutritional status of students at Ibn Khaldun University Bogor. *Journal Tropical Public Health*, 2018:21.
- Ziegler AM, Kasprzak CM, Mansouri TH, Gregory AM, Barich RA, Hatzinger LA, Leone LA, Temple JL. 2021. An ecological perspective of food choice and eating autonomy among adolescents. *Frontiers in Psychology*. 12(654139):1–12. <https://doi.org/10.3389%2Ffpsyg.2021.654139>.