

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

4.1.1. Karakteristik Responden

4.1.1.1. Umur Responden

Responden dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang memiliki anak remaja. Berdasarkan tabel 4.1 diketahui ibu rumah tangga yang memiliki rentang umur 31-40 tahun sebanyak 32 ibu (53,5%), yang berumur 41-50 tahun sebanyak 22 ibu (36,7%), dan yang memiliki umur 51-60 tahun sebanyak 6 ibu (10%). Jika dilihat dari data umur, sebagian besar berumur antara 31 sampai dengan 40 tahun.

Tabel 4.1. Data Umur Ibu

Klasifikasi Umur	Jumlah	
	n	%
31-40	32	53,3%
41-50	22	36,7%
51-60	6	10%
Total	60	100

4.1.2. Tingkat Pendidikan Responden

Tingkat pendidikan responden diketahui sebanyak 22 responden (36,7%) ibu yang berpendidikan SD, 19 responden (31,7%) yang berpendidikan SMP, 17 responden (28,3%) yang berpendidikan SMA/SMK/MA, dan 2 responden (3,3%) yang berpendidikan Perguruan Tinggi. Data tingkat pendidikan ibu dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini bahwa sebagian responden hanya lulusan SD, dan hanya 2 responden yang merupakan lulusan perguruan tinggi.

Tabel 4.2. Data Ibu Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Jumlah	
	n	%
SD	22	36,7
SMP	19	31,7
SMA/SMK/MA	17	28,3
Perguruan Tinggi	2	3,3
Total	60	100

4.1.3. Pekerjaan Responden

Data mengenai pekerjaan responden diketahui ibu yang bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS) sebanyak 1 responden (2,78%), ibu yang menjadi Ibu Rumah Tangga sebanyak 27 responden (75%), ibu yang bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 1 responden (2,78%), dan ibu yang bekerja sebagai pegawai swasta sebanyak 7 responden (13,90%). Data pekerjaan responden dapat dilihat pada tabel 4.3 di bawah ini bahwa 95% pekerjaan ibu adalah sebagai ibu rumah tangga, hanya satu responden yang memiliki pekerjaan sebagai pegawai negeri, satu responden bekerja sebagai wiraswasta dan satu responden bekerja sebagai pegawai swasta.

Tabel 4.3. Data Pekerjaan Ibu

Klasifikasi Pekerjaan	Jumlah	
	n (orang)	%
Pegawai Negeri	1	1,67
Ibu Rumah Tangga	57	95
Wiraswasta	1	1,67
Pegawai Swasta	1	1,67
Total	60	100

4.1.4. Tingkat Pendapatan Keluarga

Tingkat pendapatan keluarga diketahui sebanyak 58 responden (96,7%) ibu termasuk pada tingkat penghasilan <Rp1.500.000, dan sebanyak 2 responden (3,3%) ibu termasuk pada tingkat penghasilan Rp1.500.000-Rp2.500.000. Data penghasilan responden dapat dilihat pada tabel 4.4 di bawah ini bahwa 96,7% tingkat penghasilan keluarga <Rp1.500.000.

Tabel 4.4. Data Berdasarkan Tingkat Pendapatan Keluarga

Tingkat Penghasilan Keluarga	Jumlah	
	n (orang)	%
<Rp 1.500.000	58	96,7
Rp1.500.000-Rp 2.500.000	2	3,3
Rp2.500.000-Rp 3.500.000	0	0
>3.500.000	0	0
Total	60	100

4.2. Deskripsi Data

a. Deskripsi Data Pengetahuan Ibu

Tingkat pengetahuan responden dinilai dari menjawab 45 pernyataan yang dianjurkan dalam tes pengetahuan. Masing-masing pernyataan diberi skor 1 (satu) jika jawaban responden benar, dan 0 (nol) jika jawaban responden tidak benar. Pernyataan yang diajukan berkaitan dengan zat gizi yang dibutuhkan, sumber zat energi, sumber zat pembangun, sumber zat pengatur, teknik pengolahan, teknik menyusun menu, komposisi bahan makanan dan teknik penyajian.

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu

Interval	n	%
57,5 – 64,5	10	16,7
64,6 – 71,6	8	13,3
71,7 – 78,7	17	28,3
79,8 – 85,8	15	25
85,9 – 92,9	10	16,7
Jumlah	60	100%

Berdasarkan data distribusi frekuensi pengetahuan ibu menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan dengan rentang nilai 57,5-64,5 berjumlah 10 responden (16,7%), responden dengan rentang nilai 64,6-71,6 berjumlah 8 responden (13,3%), responden dengan rentang nilai 71,7-78,7 berjumlah 17 responden (28,3%), responden dengan rentang nilai 79,8-85,8 berjumlah 15 responden (25%) dan responden yang memiliki rentang nilai 85,9-92,9 berjumlah 10 responden (16,7%).

Tabel 4.6 Data Berdasarkan Indikator Pengetahuan

Indikator	n	%
a. Zat gizi yang dibutuhkan	43	72
b. Sumber zat energi	44	73,3
c. Sumber zat pembangun	44	73,3
d. Sumber zat pengatur	47	78,3
e. Teknik pengolahan	46	76,7
f. Teknik menyusun menu	48	80
g. Komposisi bahan makanan	48	80
h. Teknik penyajian	43	71,7
Total	364	605,3
Rata-rata	45	75

Berdasarkan indikator butir soal pada tes pengetahuan yaitu tentang zat gizi yang dibutuhkan, sumber zat energi, sumber zat pembangun, sumber zat pengatur, teknik pengolahan makanan, teknik menyusun menu, komposisi bahan makanan dan teknik penyajian. Sesuai dengan hasil penelitian berdasarkan

indikator, dinyatakan bahwa sebanyak 43 (72%) responden memiliki pengetahuan yang baik tentang zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Kemudian sebanyak 44 (73,3%) responden memiliki pengetahuan yang baik tentang sumber zat energi dan sumber zat pembangun. Selain itu sebanyak 47 (78,3%) responden memiliki pengetahuan baik tentang sumber zat pengatur, dan 46(76,8%) responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik dalam teknik pengolahan makanan. Kemudian dalam tes pada indikator teknik menyusun menu dan komposisi bahan makanan, responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 48 (80%) responden. Kemudian untuk tes pada indikator terakhir yaitu pengetahuan tentang teknik penyajian makanan sebanyak 43 (71,7%) responden.

Berdasarkan jumlah indikator tingkat pengetahuan ibu terbanyak ada pada teknik menyusun menu 48 (80%) responden dan komposisi bahan makanan 48 (80%) responden. Secara keseluruhan berdasarkan indikator pengetahuan ibu, rata-rata yang memiliki pengetahuan tentang penyusunan menu sehat seimbang sebanyak 45 (75%) responden.

Tabel 4.7 Data Ibu Berdasarkan Nilai

Nilai	Kategori	n	Persentase
> 80%	Baik	18	30
60%-80%	Cukup	37	61,7
< 60%	Kurang	5	8,3

Sumber : Ali Khomsan (2000)

Menurut (Khomsan, 2000), nilai tes pengetahuan dengan nilai kurang dari 60 % termasuk pada kategori kurang. Pada penelitian ini, nilai yang menunjukkan di bawah 60% berjumlah 5 responden. Kemudian nilai tes dengan kategori cukup terdapat pada rentang nilai 60%-80% sebanyak 37 responden, dan nilai tes yang menunjukkan kategori baik dengan nilai di atas 80% berjumlah 18 responden.

Pada penelitian ini responden terbanyak ada pada kategori cukup dengan rentang nilai 60%-80% dengan jumlah responden sebanyak 37 orang,

Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih ada sebagian kecil ibu rumah tangga yang hanya sedikit memiliki pengetahuan tentang penyusunan menu sehat seimbang. Kelompok ibu rumah tangga yang tidak memiliki pengetahuan tentang penyusunan menu sehat seimbang, akan memiliki konsep penyiapan yang kurang baik. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu karena tingkat pendidikan yang masih rendah.

b. Deskripsi Data Penyiapan Makanan Remaja

Penyiapan makanan remaja dinilai dalam menjawab 25 pernyataan yang diajukan dalam kuesioner. Masing-masing pernyataan diberi skor 4 jika jawaban responden (selalu), 3 jika jawaban responden (sering), 2 jika jawaban responden (kadang-kadang), dan 1 jika jawaban responden (tidak pernah).

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Penyiapan Makanan Bagi Remaja

Interval	n	Persentase
39-45	11	18,3
46-52	34	56,7
53-59	15	25
Jumlah	60	100%

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi penyiapan makanan bagi remaja menunjukkan penyiapan makanan responden dengan rentang nilai 39-45 berjumlah 11 responden (18,3%), rentang nilai 46-52 berjumlah 34 responden (56,7%), dan rentang nilai 53-59 berjumlah 15 responden (25%).

Tabel 4.9 Data Berdasarkan Indikator Penyiapan

Indikator	n	%
a. Komposisi bahan makanan	16	27
b. Variasi menu makanan	19	32
c. Frekuensi makan	17	28
Total Rata-rata	17	28

Berdasarkan indikator butir soal pada tes penyiapan yaitu tentang komposisi bahan makanan, variasi menu makanan, dan frekuensi makan. Sesuai dengan hasil penelitian berdasarkan indikator, dinyatakan bahwa sebanyak 16 (27%) responden menyiapkan komposisi makanan dengan baik. Kemudian sebanyak 19 (32%) responden dalam hal penyiapan variasi menu makanan dengan baik, dan 17 (28%) responden melakukan frekuensi makan dengan baik. Secara keseluruhan indikator penyiapan makanan, rata-rata responden yang memiliki penyiapan makanan yang baik bagi remaja sesuai menu sehat seimbang sebanyak 17 (28%) responden.

c. Frekuensi Konsumsi

Frekuensi konsumsi bahan pangan dapat digunakan untuk melihat kebiasaan makan seseorang. Frekuensi konsumsi bahan pangan dilihat dari kurun waktu seminggu terakhir.

1. Sumber Karbohidrat

Tabel 4.10 Data Frekuensi Konsumsi Bahan Pangan Karbohidrat

Bahan Pangan	Frekuensi									
	7 kali		6-5 kali		4-3 kali		2-1 kali		TP	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Nasi	60	100	0	0	0	0	0	0	0	0
Beras merah	0	0	2	3,3	13	21,7	15	25	30	50
Jagung	0	0	0	0	15	25	45	75	10	16
Bihun	0	0	5	8,3	15	25	40	66,7	0	0
Mi	0	0	0	0	43	71,7	17	28,3	0	0
Sereal	0	0	0	0	5	8,3	10	16	55	91,7
Roti	0	0	0	0	12	20	48	80	0	0
Biskuit	0	0	0	0	15	25	30	50	0	0

Jenis bahan pangan yang paling banyak dikonsumsi dalam kelompok ini yaitu nasi sebanyak 60 responden (100%) yang dikonsumsi setiap waktunya. Hal ini diduga disebabkan oleh beras yang menjadi sumber karbohidrat utama di Indonesia dan mudah didapatkan.

Konsumsi beras merah dalam kelompok ini sebanyak 30 responden (50%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan frekuensi tidak pernah. Beras merah tidak terlalu banyak dikonsumsi karena harganya lebih mahal dibandingkan beras biasa. Selain mahal, masih banyak yang tidak terlalu menyukai beras merah karena rasanya. Kemudian konsumsi jagung di kelompok ini sebanyak 45 responden (75%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan frekuensi 1-2 kali setiap minggunya. Biasanya responden mengonsumsi jagung sebagai makanan camilan, atau dijadikan sayuran. Jarang yang mengonsumsi jagung sebagai makanan pokok. Begitu juga dengan konsumsi bihun sebanyak 40 responden (66,7%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan frekuensi 1-2

kali setiap minggunya. Konsumsi bihun yang responden olah biasanya dijadikan sebagai menu pelengkap untuk makan, tidak dijadikan sebagai makanan pokok.

Konsumsi mi dalam kelompok ini sebanyak 43 responden (71,7%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan frekuensi 3-4 kali setiap minggunya. Mi biasanya dikonsumsi sebagai makanan camilan, di kelompok ini konsumsi mi cukup sering dijadikan makanan sehari-hari oleh responden. Kemudian kelompok sereal, roti dan biskuit, yang sering dikonsumsi responden adalah roti sebanyak 48 responden (80%) dan konsumsi biskuit sebanyak 30 responden (50%) sedangkan konsumsi sereal sangat jarang bahkan 55 responden (91,7%) responden tidak pernah mengonsumsi sereal. Karena harga sereal lebih mahal dibandingkan dengan roti dan biskuit.

2. Sumber Protein

a. Protein Nabati

Sumber Protein nabati yang paling banyak dikonsumsi oleh responden adalah tahu sebesar 53 (88,3%) responden dan tempe 50 (83,3%) responden dalam seminggu setiap harinya.

Tabel 4.11 Data Frekuensi Konsumsi Bahan Pangan Protein Nabati

Bahan Pangan	Frekuensi									
	7 kali		6-5 kali		4-3 kali		2-1 kali		TP	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Tahu	53	88,3	5	8,3	2	33,3	0	0	0	0
Tempe	50	83,3	8	13,3	2	33,3	0	0	0	0
Kacang tanah	0	0	0	0	38	63,3	15	25	711,7	

Konsumsi tahu dalam kelompok ini sebanyak 55 responden (88,3%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan frekuensi setiap hari. Tahu merupakan sumber protein yang sering dikonsumsi karena harganya murah dan mudah

ditemukan. Kemudian konsumsi tempe sebanyak 50 responden (83,3%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan frekuensi setiap hari. Konsumsi tempe hampir sama seperti konsumsi tahu setiap harinya, selain menjadi bahan makanan yang murah tempe merupakan sumber protein yang cukup berpengaruh. Konsumsi kacang tanah di kelompok ini sebanyak 38 responden (63,3%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan frekuensi makan 3-4 kali setiap minggunya. Kacang tanah merupakan bahan makanan yang mudah ditemukan di daerah Pandeglang, karena hampir setiap warga desa memiliki kebun sayuran untuk dikonsumsi sendiri namun tidak jarang mereka menjual kembali hasil kebunnya untuk memilih sayuran atau bahan makanan lain.

b. Protein Hewani

Berdasarkan tabel diketahui sumber protein yang paling banyak dikonsumsi responden adalah 33 (55%) remaja mengonsumsi ikan setiap hari dalam seminggu. Selain ikan, telur merupakan bahan pangan yang banyak dikonsumsi remaja sebanyak 12 (20%) remaja. Karena faktor ekonomi menengah ke bawah maka untuk konsumsi ayam dan daging sangat kurang.

Tabel 4.12 Data Frekuensi Konsumsi Bahan Pangan Protein Hewani

Bahan Pangan	Frekuensi									
	7 kali		6-5 kali		4-3 kali		2-1 kali		TP	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Ayam	5	8,3	10	16,7	15	25	20	33,3	10	16,7
Daging	0	0	0	0	0	0	0	0	60	100
Telur	12	20	6	10	22	36,7	20	33,3	0	0
Ikan laut/tawar	33	55	15	25	5	8,3	7	11,7	0	0

Konsumsi ayam pada kelompok di atas sebanyak 20 responden (33,3%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan frekuensi 1-2 kali setiap minggunya. Ayam merupakan bahan makanan yang tidak terlalu sering

dikonsumsi, karena harganya cukup tinggi. Selain itu tingkat ekonomi responden masih menengah ke bawah. Kemudian pemilihan konsumsi daging pada kelompok ini 60 responden (100%) yang memiliki persentase tinggi dengan frekuensi makan tidak pernah. Daging merupakan sumber energi yang kaya akan protein, tetapi karena harga daging cukup tinggi sedangkan tingkat ekonomi responden menengah ke bawah, maka sangat sulit untuk responden memenuhi kebutuhan proteinnya dengan mengonsumsi daging.

Selain ayam dan daging, telur juga merupakan makanan yang mengandung sumber protein. Pada tabel konsumsi di atas ada 22 responden (36,7%) yang memiliki persentase paling tinggi dengan konsumsi makan 3-4 kali setiap minggunya. Namun saat ini harga telur pun sudah mulai naik, maka responden menyajikan olahan telur tidak setiap hari. Pandeglang merupakan daerah yang dekat dengan pantai, sehingga banyak hasil laut yang dijual. Sesuai dengan tabel di atas, jumlah responden yang mengonsumsi ikan setiap hari sebanyak 33 orang (55%).

3. Sumber Serat

Sumber serat paling banyak terdapat pada sayur dan buah-buahan. Berdasarkan tabel sumber serat yang paling banyak dikonsumsi dalam waktu seminggu adalah wortel sebanyak 50 responden (83,3%) remaja, sebanyak 23 responden (38,3%) remaja mengonsumsi buncis, dan sawi sebanyak 5 responden (8,3%) remaja. Buah yang dikonsumsi paling banyak adalah pepaya 48 responden (80%) remaja 1-2 kali per minggu.

Tabel 4.13 Data Frekuensi Konsumsi Bahan Pangan Sumber Serat

Bahan Pangan	Frekuensi									
	7 kali		6-5 kali		4-3 kali		2-1 kali		TP	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Sawi	5	8,3	13	21,7	10	16,7	27	45	5	8,3
Buncis	23	38,3	0	0	0	0	37	61,7	0	0
Wortel	50	83,3	0	0	7	11,7	3	5	0	0
Pisang	0	0	0	0	0	0	34	56,7	26	43,3
Jeruk	0	0	0	0	0	0	15	25	45	75
Pepaya	0	0	0	0	0	0	48	80	12	20

Tabel di atas menggambarkan bahwa 50 responden (83,3%) mengonsumsi wortel lebih banyak dengan frekuensi makan setiap hari dibandingkan dengan buncis hanya 23 responden (38,3%) yang memilih buncis sebagai makanan setiap harinya. Kemudian konsumsi sawi, sayuran sawi hanya memiliki 5 responden (8,3%) yang dikonsumsi. Biasanya sawi mereka konsumsi untuk ditambahkan kepada mi instan.

Untuk konsumsi buah-buahan, berdasarkan data di atas 48 responden (80%) mengonsumsi buah pepaya lebih banyak dengan frekuensi makan 1-2 kali setiap minggunya. Selain buah pepaya murah, dengan banyaknya pohon pepaya di daerah Pandeglang maka tidak sulit bagi responden untuk mendapatkannya. Selain pepaya yang paling banyak dikonsumsi, buah pisang juga menjadi makanan yang sering dikonsumsi responden. Sebanyak 34 responden (56,7%) mereka lebih banyak mengonsumsi pisang dengan frekuensi setiap 1-2 kali per minggunya. Sama seperti pepaya, buah pisang juga murah dan hasil alamnya banyak sehingga mudah untuk didapatkan. Lain halnya dengan buah jeruk berdasarkan data di atas 45 responden (75%) hampir tidak pernah mengonsumsi buah jeruk setiap minggunya. Karena harganya lebih mahal dibandingkan dengan pepaya dan pisang yang lebih murah.

5. Sumber Lainnya

Bahan pangan sumber gula menyumbang kalori pada konsumsi pangan, seperti gula pasir, sirup, cokelat. Berdasarkan tabel sebanyak 60 (100%) responden mengonsumsi bahan pangan jenis gula pasir, karena hampir setiap hari responden mengonsumsi gula pasir mulai dari minuman sampai dengan makan yang mengandung gula. Kemudian sebanyak 2 (3,3%) responden mengonsumsi sirup setiap hari, karena harganya yang cukup mahal sehingga sirup biasanya dikonsumsi pada waktu tertentu saja. Kemudian untuk konsumsi cokelat sebanyak 60 responden (100%) tidak pernah mengonsumsi cokelat setiap hari dalam seminggunya. Karena harga cokelat lebih mahal dibandingkan gula dan sirup.

Tabel 4.15 Data Frekuensi Konsumsi Bahan Pangan dari Sumber Lainnya

Bahan Pangan	Frekuensi									
	7 kali		6-5 kali		4-3 kali		2-1 kali		TP	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Gula	60	100	0	0	0	0	0	0	0	0
Sirup	2	3,3	0	0	5	8,3	13	21,7	40	66,7
Cokelat	0	0	0	0	0	0	0	0	60	100

4.3. Hasil Analisis Uji Statistik

Berdasarkan perhitungan harga koefisien menggunakan rumus korelasi *Spearman Rank* sebesar 0,113. Koefisien tersebut menunjukkan korelasi sangat lemah. Perhitungan pengaruh variabel X terhadap Y menghasilkan koefisien determinasi = 0,013 % artinya bahwa 0,013% variasi variabel penyiapan makanan pada remaja ditentukan oleh pengetahuan ibu tentang penyusunan menu sehat seimbang, sedangkan sisanya ditentukan oleh faktor lain. Menurut Suharjo (1988) salah satu penyebab dari gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang

gizi atau kemampuan untuk menerapkan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya dianalisis hipotesis statistiknya untuk melihat kekuatan atau keeratan korelasi (pada taraf signifikan 5%) sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang penyusunan menu sehat seimbang dengan penyiapan makanan. Diperoleh $r_{s\text{hitung}}$ sebesar 0,113 dan $r_{s\text{tabel}}$ sebesar 0,364. Dengan demikian $r_{s\text{hitung}}$ lebih kecil dari $r_{s\text{tabel}}$, maka H_0 diterima, berarti tidak terdapat hubungan positif antara variabel X (pengetahuan ibu) dan variabel Y (penyiapan makanan).

Harga r_{xy} untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang penyusunan menu sehat seimbang dengan penyiapan makanan pada remaja diketahui sebesar 0,113. Dengan mengetahui harga koefisien *spearman rank* maka dapat ditentukan besar koefisien determinasi antara X dan Y sebesar 0,013 % mempunyai arti bahwa sebesar 0,013% variasi dari variabel Y (penyiapan makanan pada remaja) dapat diterangkan dengan variabel X (Pengetahuan ibu tentang penyusunan menu sehat seimbang); sedangkan sisanya 99,9% dipengaruhi oleh faktor lain. Apriadi (1986) menyatakan bahwa faktor-faktor berperan dalam menentukan status gizi seseorang pada dasarnya terdiri dari dua bagian yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yaitu faktor yang berpengaruh di luar seseorang seperti (konsumsi makanan, tingkat pendidikan, pengetahuan gizi, latar belakang sosial budaya, serta kebersihan lingkungan). Faktor internal yang dimaksud adalah faktor yang

menjadi dasar pemenuhan tingkat kebutuhan gizi seseorang seperti (status kesehatan, usia dan jenis kelamin).

4.2. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan data ibumenurut umur terdapat sebanyak 60 orang ibu berumur 31-90tahun yang memiliki anak di SMAN 10 Pandeglang. Data ibu rumah tangga menurut tingkat pendidikan, diketahui bahwa sebagian besar yaitu 22 orang (36,7%) ibu rumah tangga berpendidikan SD. Data ibu menurut pendapatan keluarga, diketahui bahwa sebagian besar yaitu sebanyak 58 orang (96,7%) ibu memiliki pendapatan keluarga sebesar <Rp 1.500.000. Berdasarkan pekerjaan sebagian besar ibu adalah menjadi ibu rumah tangga sebanyak 57 orang (95%).

Hasil data deskriptif menunjukkan bahwa hasil pengetahuan ibu rumah tangga berada dalam kategori cukup yaitu 80 – 60% sebesar 60%. Setelah diteliti dan dijabarkan berdasarkan indikator yang ada, rata-rata yang memiliki pengetahuan tentang penyusunan menu sehat seimbang sebanyak 46 (76,7%) responden. Pengetahuan ini yang akan mempengaruhi ibu dalam menyiapkan makanan remaja. Ibu dapat memilih dan menyusun makanan sesuai dengan menu sehat seimbang. Makanan beraneka ragam dapat memberikan manfaat yang besar terhadap kesehatan. Sebab zat gizi tertentu yang tidak terkandung dalam satu jenis bahan makanan akan dapat dilengkapi oleh gizi serupa dari bahan makanan yang lain. Demikian juga bahan makanan dalam susunan aneka ragam menu sehat seimbang akan saling melengkapi (Almatsier, 2005). Mulai dari sumber zat gizi, sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur. Sehingga ibu dapat membuat makanan dengan beragam setiap harinya. Menu yang disusun untuk remaja selingi

dengan menu makanan jajanan yang sedang diminati oleh kelompok umur tersebut hingga tercapai penyiapan makanan yang baik.

Hal ini sesuai dengan hasil kuesioner penyiapan makanan remaja, faktor yang mempengaruhi dalam penyiapan makanan tidak hanya dilihat pada pengetahuan, namun pendidikan, pendapatan, dan umur juga dapat mempengaruhi. Dilihat dari tabulasi identitas responden, dimulai dari tingkat pendidikannya responden ibu berjumlah 57 orang (95%) adalah ibu rumah tangga, 1 (1,67%) responden pegawai negeri, 1 (1,67%) responden wiraswasta, dan 1 (1,67%) responden pegawai swasta. kemudian 22 (36,7%) responden adalah lulusan SD, 19 (31,7%) responden adalah lulusan SMP, 17 (28,3%) responden adalah lulusan SMA dan 2 (3,3%) responden adalah lulusan perguruan tinggi. Kemudian dilihat dari tingkat pendapatan keluarga 58 (96,7%) responden yang termasuk pada tingkat pendapatan <1.500.000, dan 2(3,3%) responden yang termasuk pada tingkat pendapatan 1.500.000 – 2.000.000. Selanjutnya berdasarkan umur ibu, 32 (53,3%) responden berumur 31-40 tahun, 22(36,7%) responden berumur 41-50 tahun, dan 6 (10%) responden berumur 51-60 tahun.

Kemudian dihitung dari hasil uji *spearman rank* menunjukkan korelasi yang lemah antara variabel tingkat pengetahuan ibu tentang menu sehat seimbang dengan penyiapan makanan remaja, yaitu 0,113 maka H_0 diterima pada taraf signifikan 5%, berarti tidak terdapat hubungan positif yang signifikan antara pengetahuan dengan penyiapan ibu dalam makanan remaja.

Hasil penelitian tentang adanya hubungan pengetahuan ibu tentang penyusunan menu sehat seimbang dengan penyiapan makanan remaja di SMAN 10 Pandeglang, ternyata sesuai dengan hasil penelitian terdahulu. Maya

Nainggolan (2014) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemilihan dan Penyajian Makanan dengan kecukupan gizi balita di Pustu Buntu Bedimbar Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deliserdang”. Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang pemilihan dan penyajian makanan dengan kecukupan gizi balita.

4.4 Kelemahan Penelitian

- a. Kendala :
- Jarak rumah responden dengan responden lainnya berjauhan.
 - Rata-rata rumah responden jauh dari jalan raya
 - Karena jarak jauh sehingga waktu menjadi terbatas.
- b. Kelemahan : Kuesioner yang digunakan merupakan kuesioner tertutup sehingga responden hanya dapat menjawab benar atau salah dan jawaban responden belum dapat mengukur pengetahuan penyusunan menu sehat seimbang dengan penyiapan makanan bagi remaja.