



## HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI DI DESA AMBAN KECAMATAN MANOKWARI BARAT KABUPATEN MANOKWARI PROVINSI PAPUA BARAT

**Jurpiana Ullo<sup>1</sup>, Henny J Polii<sup>2</sup>, H.N. Tambingon<sup>3</sup>**

<sup>123</sup> Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Manado  
Email: [jurpiana.ullo99@gmail.com](mailto:jurpiana.ullo99@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mencari secara umum apakah terdapat hubungan antara kebiasaan makan dan status gizi di Desa Amban Kecamatan Manokwari Barat Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat. Jenis penelitian survey, tempat penelitian dilakukan di Desa Amban Kecamatan Manokwari Barat dan waktu penelitian pada Desember 2021 hingga bulan Maret 2022 dengan populasi 212 dan mengambil sampel penelitian sebanyak 42 subjek. teknik proportional random sampling. Pengumpulan data penelitian menggunakan tes, daftar check list Data dari hasil penelitian ini mencakup data demografi responder. Hasil penelitian kebiasaan makan masyarakat di Desa Amban Kecamatan Manokwari Barat yang masuk dalam kategori kurang baik sebanyak 14 orang (27,5%) untuk kategori cukup 21 orang (41,2%) kategori baik sebanyak 7 orang (13,7%). Sedangkan status gizi di Desa Amban sangat kurang yaitu sebanyak 24 orang (47,1%) untuk gizi kurang sebanyak 11 orang (25,2%) dan gizi normal sebanyak 7 orang (13,7%). Disimpulkan bahwa hubungan kebiasaan makan dengan status gizi. Setelah dianalisis bahwa diperoleh korelasi yang bermakna dengan arah positif antara kedua variaabel menggunakan hasil ( $r$ ) 0,863 melalui tahap signifikan ( $p$ ) 0,000 rendah dari 0,05.

**Kata Kunci :** *Kebiasaan Makan, Status Gizi.*

### ABSTRACT

*This study aims to find out in general whether there is a relationship between eating habits and nutritional status in amban village, West Manokwari District, Manokwari regency. The type of survey research where the research was carried out in Amban village, West Manokwari sub – district, West Papua Province and the time of the study was in December 2021 to March 2022 with a population of 212 and took a research sample of 42 subjects. The sampling in this study used proportional random sampling technique. This study includes demographic data of respondents. The results of the study of people's eating habist in Amban village, West Manokwari District, which were included in the poor category as many as 14 people 27,5% for the adequate category as many as 24 people 47,1% for malnutritional as many as 11 people 25,2% and normal nutritional as many as 7 people 13,7% it was concluded that the relationship between the two variables with a result of  $r$  0,863 with a significant level of  $p$  0,000 less than 0, 05.*

**Keywords :** *Eating Habits, Nutritional status*



## PENDAHULUAN

Kebiasaan makan adalah suatu istilah untuk menggambarkan kebiasaan dan perilaku yang berhubungan dengan kebiasaan makan dan status gizi, seperti tata krama makan, menu makanan, frekuensi dan porsi makanan dan penerimaan terhadap makanan (rasa suka atau tidak suka terhadap makanan), cara pemilihan bahan makanan yang hendak dimakan (Adriani,2013).

Keseharian Masyarakat di wilayah Kelurahan Amban Kecamatan Manokwari Barat Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat pada umumnya memiliki vegetasi hutan yang luas yang menjadi sumber kehidupan masyarakat. Disamping kekayaan lautnya yang juga sangat luas. Hasil hutan dan ladang yang meliputi air, flora dan fauna merupakan sumber pangan masyarakat. Kita sering mendengar bahwa, makanan pokok Orang Indonesia adalah tanaman padi, tetapi di Indonesia bagian timur sering dimakan dengan makanan lain dan memiliki rasa yang berbeda. Di Papua/Papua Barat merupakan sumber pangan utama. Seringkali orang makan sagu, yang diubah menjadi papeda untuk membuat kebutuhan sehari-hari

### Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat di identifikasi permasalahan yang muncul dari penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

Rendahnya kebiasaan makan

yang bergizi di Desa Amban Kecamatan Manokwari Barat:

1. Rendahnya pengetahuan mengenai gizi makan.
2. Pendapatan keluarga sangat sulit.
3. Kebiasaan makan yang salah.
4. Makanan bergizi sangat sulit didapat.
5. Variasi makan sangat kurang.
6. Aktifitas berkebun / nelayan yang sangat padat.

### Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui *Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Di Desa Amban Kecamatan Manokwari Barat Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat.*

Manfaat Teoritis:

Menambah wawasan ilmu pengetahuan khususnya dibidang kesehatan, Sosial, ekonomi dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Manfaat Praktis :

Masyarakat memperhatikan hubungan kebiasaan makan dengan status gizi di desa Amban Kecamatan Manokwari Barat Kabupaten Manokwari sebagai masukan bagi pihak yang akan melanjutkan penelitian di Kabupaten Manokwari secara khusus pada masyarakat yang terdiri dari tiga bahasa yaitu: Meyah, Hatam, dan Soung bagi masyarakat melalui hasil Informasi diharapkan akan diberikan oleh penelitian ini kepada masyarakat dengan memberikan informasi tambahan oleh penelitian yang berminat untuk meneliti masalah - masalah yang berkaitan dengan penelitian Status gizi dan kebiasaan makan di Desa Amban



Kabupaten Manokwari Barat Provinsi Papua Barat.

### **Tinjauan Pustaka**

Menurut Kontjaraningrat (1984), unsur-unsur perilaku, seperti bagaimana orang berpikir, merasakan, dan memandang makanan, berdampak pada perilaku makan orang. Aspek sosial dan lingkungan dalam kaitannya dengan susunan penduduk dan tingkat karakteristik. faktor lingkungan, ekonomi, faktor ekologi, faktor iklim, faktor biologis, sistem pertanian, sistem pasar, dll. Pasokan pangan dipengaruhi oleh faktor buatan manusia termasuk sistem pertanian (budidaya), infrastruktur transportasi (jalan, dll), dan layanan pemerintah perundang-undangan yang lebih bermanfaat dan bergizi, menarik, tahan lama, dan lain-lain. Menurut Ida Purnomowati, Diana H, Cahyo 2010.

#### **A. Kebiasaan Makan Masyarakat Papua Barat**

Penduduk Desa Amban Manokwari Barat masih berburu dan mengumpulkan makanan, sehingga ketersediaan makanan untuk rumah tangga dipengaruhi oleh cuaca. Sagu dan talas juga merupakan sumber makanan utama mereka. Biasanya sagu diolah langsung menjadi bola-bola sagu tanpa dicampur apapun. Sagu dipanggang hingga matang setelah dibentuk menjadi bola. Juga makan hidangan ini adalah orang tua dan anak-anak. Makan siang akan mencakup kangkung dan pakis serta

ikan, udang, babi, kasuari, atau tangkapan lain yang mungkin telah dibuat.

Berbeda dengan penduduk kota lainnya, masyarakat Amban seringkali hanya makan satu kali sehari. Orang tua juga menyadari bahwa mereka harus memberi makan anak-anak mereka sekali sehari sesuai dengan standar yang diterima. Anda mungkin masih ingat kejadian luar biasa campak dan gizi buruk yang terjadi di Amban pada tahun 2014, dan salah satu penyebab gizi buruk adalah kebiasaan makan hanya satu kali sehari. Jauh kurang ideal untuk membesarkan anak-anak yang sehat dan cerdas dalam budaya di mana anak bungsu adalah yang terakhir makan.

Alam di Amban menyajikan bahan makanan yang beragam Laut menghasilkan berbagai jenis ikan, kerang, udang dan kepiting. Hutan menghasilkan berbagai tumbuhan yang dapat dikonsumsi seperti buah asam, buah durian dan buah rambutan serta sagu dan umbi-umbian. Juga masih banyak binatang yang ditangkap dan dikonsumsi oleh masyarakat seperti babi hutan, buaya, biawak, burung mambro, dan lain sebagainya. Kale, pakis, dan katok adalah contoh sayuran yang tersedia secara luas, tetapi hasil hutan semakin berkurang karena praktik panen yang tidak mencakup penanaman kembali.

Pengetahuan tentang varietas tanaman yang dapat ditanam serta pengetahuan tentang kondisi lahan dan pasang surut sangat



diperlukan. Namun, sulit untuk menyediakan makanan karena budaya masyarakat yang masih berkumpul. Hidup bersama dan berbagi yang sangat kental juga menyebabkan komponen makanan hanya bertahan beberapa hari setelah dimanfaatkan selama dua minggu. Keluarga akan berkumpul ketika terlihat asap keluar dari sebuah rumah, yang merupakan tanda bahwa ada makanan di dalamnya.

Kebiasaan konsumsi pangan adalah jenis dan frekuensi beragam pangan yang biasa dikonsumsi, biasanya berkembang dari pangan setempat atau dari pangan yang telah ditanam di tempat tersebut dalam jangka waktu lama. Jumlah pangan yang tersedia di suatu wilayah akan berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi pangan. Di pengaruhi oleh beberapa faktor agroekosistem, dimana orang mengkonsumsi makanan tergantung pada apa yang diproduksi di Desa Amban Kecamatan. Selain itu, faktor budaya juga dapat mempengaruhi nilai sosial dari setiap jenis pangan yang ada. Kebiasaan ( habit ) adalah pola untuk melakukan tanggapan terhadap situasi tertentu untuk di pelajari oleh seseorang individu dan yang di lakukan secara berulang untuk hal yang sama. Kebiasaan adalah pola perilaku yang diperoleh dari pola praktik yang terjadi. Kebiasaan makan yaitu suatu pola kebiasaan konsumsi yang diperoleh karena terjadi berulang – ulang ( Khumaidi, 2008 ).

Kebiasaan makan adalah cara individu atau kelompok individu memilih pangan apa yang dikonsumsi sebagai reaksi terhadap pengaruh fisiologis, psikologi dan sosial budaya. Kebiasaan makan bukanlah bawaan sejak lahir tetapi merupakan hasil belajar.

#### a. Pengertian Status Gizi

Istilah status dan gizi digabungkan untuk membentuk istilah status gizi. Sementara nutrisi adalah hasil akhir dari penggunaan sumber daya makanan organisme melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, metabolisme, dan pembuangan untuk pelestarian hidup, status digambarkan sebagai tanda atau penampilan yang disebabkan oleh suatu kondisi. adalah ukuran seberapa baik tubuh seseorang berfungsi berdasarkan makanan yang mereka makan dan bagaimana mereka menggunakan nutrisi.

Gizi adalah suatu proses menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat – zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ – organ serta menghasilkan energi. Status gizi adalah keadaan akibat dari keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan gizi dan penggunaan zat gizi tersebut atau bentuk dari nutriture variabel tertentu.

Menurut Almatsier (2010 : 3) status gizi adalah keadaan tubuh

sebagai akibat mengkonsumsi makanan dan menggunakan zat – zat yang bergizi.

Teori Habict, seperti yang dikutip oleh Waspadji ddk ( 2010 : 92 ) Status Gizi adalah tanda – tanda atau penampilan fisik yang diakibatkan karena adanya keseimbangan antara pemasukan gizi di satu pihak,serta pengeluaran oleh organisme.

Jelliffle (dalam Suparisan, 2016: 68) menegaskan bahwa indeks antropometri ini merupakan indikasi status gizi yang dapat diandalkan.

1. Berat menurut Usia (P/U) Berat badan juga dapat disebut sebagai karakteristik antropometrik yang sangat tidak stabil karena merupakan salah satu indikator yang menunjukkan massa tubuh. Ini karena bagian tubuh yang sangat rentan terhadap perubahan yang cepat.

2. Tinggi Badan Terkait Usia (TB/U) Karakteristik antropometrik yang disebut tinggi memberikan gambaran umum tentang bagaimana pertumbuhan tulang berkembang. Efek kekurangan gizi pada tinggi badan biasanya tidak segera terlihat dan membutuhkan waktu untuk terwujud. Selain itu, skor antropometri ini berhubungan dengan tingkat sosial ekonomi dan menampilkan riwayat status gizi.

3. Berat Badan dalam Hubungannya dengan Tinggi Badan Tinggi dan berat badan berhubungan secara linier. Peningkatan berat badan akan mengikuti pertumbuhan tinggi badan.

## METODE

Metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mengumpulkan data untuk tujuan tertentu, klaim Darmadi (2013:153). Untuk mendapatkan informasi yang akan membantu penyusunan penelitian ini, metode penelitian bertujuan untuk mengamati dan mengumpulkan data secara cermat tentang beberapa aspek yang berhubungan langsung dengan masalah yang diteliti. Metodologi deskriptif kuantitatif digunakan dalam penelitian ini.

Menurut Suryabrata (2009 : 76), Penjelasan metodis, faktual, dan akurat tentang fakta dan karakteristik populasi atau lokasi tertentu adalah tujuan penelitian deskriptif.

## Uraian

1. Analisis penelitian tentang hubungan kebiasaan makan dengan status gizi

2. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif

## Populasi Dan Sampel

### 1. Populasi

Sekelompok orang, benda, atau peristiwa semuanya dapat dikategorikan sebagai milik suatu populasi jika karakteristiknya telah ditetapkan dengan benar. Populasi juga dapat dilihat sebagai sumber data yang komprehensif yang memungkinkan penyediaan data yang bermakna untuk masalah yang diselidiki (Samsudi, 2009). Seluruh kepala keluarga (KK) yang bertempat tinggal di Desa Amban, Kecamatan Manokwari Barat,



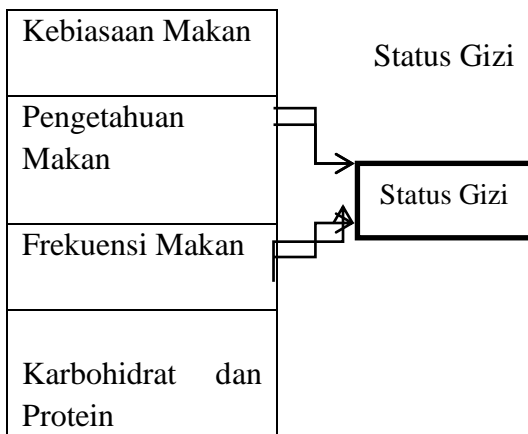
Kabupaten Manokwari, Provinsi Papua Barat diikutsertakan dalam penelitian ini. 212 keluarga semuanya.

Amban Kecamatan Manokwari Barat Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Besarnya sampel ditetapkan sesuai pendapat Arikunto (2008) bahwa jika subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua, tetapi jika subjeknya besar (lebih dari seratus) dapat diambil 10-15% atau 20-25%, atau lebih. Berhubung jumlah populasi yang ada di Desa Amban Kecamatan Manokwari Barat Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat adalah 212 kepala keluarga, maka sampel diambil sebesar 20% yaitu sebanyak 42,4 dibulatkan 42 kepala keluarga.

**Tabel 3.1** Variabel Independen Dan Variabel Dependen



## Instrumen

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuisisioner kamera, computer dan wawancara langsung terhadap responden di Desa

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Wilayah Provinsi Papua Barat bagian utara Ini terdiri dari wilayah pulau Papua yang dikenal sebagai "kepala burung" dan pulau-pulau terdekat. Provinsi ini berbatasan dengan Samudra Pasifik di utara, provinsi Maluku Utara dan Maluku di barat, Teluk Cenderawasih di timur, Laut Seram di selatan, dan provinsi Papua di tenggara. Di Papua Barat, keragaman yang tinggi dalam kondisi biofisik seperti iklim, topografi, dan vegetasi. Keragaman ini sering dijumpai dalam kondisi budaya, adat, kepercayaan dan bahasa. Temuan penyelidikan menunjukkan bahwa sifat-sifat anak -anak dan orang tua di Desa Amban yang didapat dari 42 responden bahwa sebagian responden berada di rentang usia 10-13 tahun yaitu sebanyak 18 orang (52,9%), dan jenis kelamin pada anak – anak dan orang tua yang berada di Desa Amban Provinsi Papua Barat Hingga 28 orang, sebagian besar adalah laki-laki (62,5%), untuk agama yang mereka yakini mayoritas kristen yaitu sebanyak 38 orang (82,2%), tingkat pendidikan yang dominan adalah tingkat sekolah dasar (SD) yaitu sebanyak 28 orang (62.5%).

**Tabel 1.** Kategori Kebiasaan Makan pada Masyarakat Desa Amban (n=42)

Kebiasaan makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	14	27,5
Cukup	21	41,2
Baik	7	13,7

**Tabel 2.** Status Gizi pada masyarakat didesa Amban.

Status Gizi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sangat Kurang	24	47,1
Cukup	11	25,2
Normal	7	13,7

### 1. Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi pada Anak - Anak dan orang tua di Desa Amban

Dalam penelitian ini, tujuan dari analisis bivariat adalah untuk mengetahui bagaimana dua variabel, yaitu kebiasaan makan dengan status gizi pada anak dan orang tua. Masyarakat memanfaatkan uji korelasi Rho Spearman untuk menghitungnya. Akibatnya, koefisien korelasi (r) antara kebiasaan makan dengan status gizi pada anak – anak dan orang tua di Desa Amban Manokwari Barat Kabupaten Manokwari yaitu 0,863 dengan taraf signifikan (p)  $0,000 < 0,05$

**Daftar. 3** kaitan kebiasaan makan dengan status gizi pada anak – anak dan orang tua di Desa Amban Kecamatan Manokwari Barat = 42

Variabel I	Variabel II	R	p.value	Penjelasan
Kebiasaan makan	Status Gizi	0,863	$0,000 < 0,05$	Ikatan Positif

Penelitian ini tujuannya yaitu untuk mengidentifikasi hubungan kebiasaan makan anak dan orang tua di desa Amban Kecamatan Manokwari Barat Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat, mengidentifikasi status gizi anak dan orang tua mengidentifikasi hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada masyarakat Amban.

Kebiasaan Makan merupakan makanan yang setiap hari dikonsumsi dalam waktu yang lama yang meliputi jumlah (Porsi), jenis, dan frekuensi makan yang sudah menjadi kebiasaan. beberapa faktor seperti faktor psikologi, budaya, fisiologi, dan juga sosial berpengaruh terhadap pola konsumsi makanan dan jenis makanan yang dikonsumsi setiap harinya. Di usia sekolah, pertumbuhan fisik baik itu secara sosial dan budaya, ataupun pertumbuhan kognitif terus mengalami penambahan yang signifikan dan kegiatan fisik mereka juga mengalami peningkatan. Oleh sebab itu, makanan yang dibutuhkan harus seimbang atau proporsional, seperti porsi makan yang cukup dengan kualitas yang baik.

Mempertimbangkan temuan studi tentang kebiasaan makan pada



anak dan orang tua di Desa Amban Responden terbanyak berada pada kelompok kurang yaitu sebanyak 14 (45,1%), diikuti oleh 21 (41,2%) dan 13,7% untuk kategori cukup dan baik terlihat dari data tersebut.

## SIMPULAN

Dapat disimpulkan dari studi dan diskusi temuan yang diberikan dalam bab sebelumnya bahwa hubungan kebiasaan makan dengan jumlah responden sebanyak 42 orang masyarakat di desa Amban kategori kurang yakni sejumlah 14 orang (27,5%), sedangkan untuk Sebanyak 24 orang atau sebagian besar termasuk dalam kategori ini berstatus gizi sangat rendah. (47,1). Dan setelah dianalisis bahwa diperoleh korelasi yang bermakna dengan arah positif antara kedua variabel resulting in a (r) value of 0.863 and a significant level (p) of 0.000 less than 0.05, indicating that the greater baik hubungan kebiasaan makan masyarakat di desa amban maka status gizi pada masyarakat di desa Amban pula akan semakin baik demikian, begitu juga sebaliknya, apabila gizinya baik maka hubungan kebiasaan makannya pun akan baik pada masyarakat. Sehingga masyarakat di desa Amban yang berada di Rumah dan di tempat kerja diperhatikan untuk hubungan kebiasaan makannya agar nutrisi yang masuk kedalam tubuh tercukupi, sehingga akan mengurangi dampak status gizi buruk di Desa Amban Kecamatan Manokwari Barat

Kabupaten Manokwari. Karena hubungan kebiasaan makan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang

## DAFTAR RUJUKAN

Agnes G. (2017). *Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa TPB Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi Bandung*. FK Unpad: Bandung

Almatsier S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

(Adriani,2013) dan (Arisman, 2012), (Depkes RI, 2012). *Analisis Pengaruh Bebas Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Devisi.Cabang Depok*.

(Azwar, 2004 ) UNS Sebelas Maret University.

Bryant, dkk (2004). Nutrients for Cognitive Development in School Age Children. *Nutrition Reviews*, 62, 295-306

Elizabeth dan Sanjur. (1981) *Konsep*





*Terbentuknya Kebiasaan  
Makaan Kamus Umum  
Lengkap inggris –  
indonesia Bandung:Has.*

Jelliffle dalam Supariasah (2010 )  
*Indikator Dalam  
Mengukur Gizi dan  
Kesehatan Masyarakat,  
Jakarta: PT. Raja  
Grafindo Persada.*

Kontjaranigrat, (1984) *Pemilihan  
Makaan yang tepat untuk  
Keluarga Teori  
beraktifitas Yogyakarta:  
IKIP Yogyakarta.*

Khumaidi, (2008) *Kebiasaan Makan  
Secara Individu atau  
Kelompok. Program  
Pascasarjana Universitas  
diponegoro.*

Supariasa (2016) dan Almatsierr  
Waspadji ddk ( 2010 )  
*Pengertian Gisi dan Status  
Gizi. Jurnal Kesehatan  
Andalas.*