BAB 6

PEMBAHASAN

6.1. Analisis Karakteristik Umum Responden

Responden adalah Wanita Usia Subur suku Madura di Kecamatan Kedungkandang kota Malang sejumlah 96 orang. Usia responden terbagi dalam dua kelompok, yaitu usia 18-34 tahun dan 35-44 tahun. Sebanyak 56 responden (58,3%) berusia antara 18-34 tahun dan 40 responden (41,7%) berusia 35-44 tahun. Hasil penelitian terhadap tingkat pendidikan responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan yang rendah. Sebanyak 80,2% responden memiliki tingkat pendidikan rendah (tidak sekolah, tamat SD, dan tamat SMP) dan sebesar 19,8% responden memiliki tingkat pendidikan tinggi (tamat SMA dan Perguruan Tinggi). Apabila dibandingkan dengan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2013, sekitar 95,6% warga Indonesia memiliki pendidikan SD atau sederajat, 73,9% berpendidikan SMP atau sederajat, dan 54,3% memiliki pendidikan SMA atau sederajat (BPS RI, 2013). Oleh karena itu, jumlah responden dengan pendidikan rendah memang lebih banyak dibandingkan dengan yang berpendidikan tinggi. Berdasarkan pengolahan data pada subjek penelitian terkait mata pencaharian atau pekerjaan responden, sebagian besar responden tidak bekerja yaitu menjadi ibu rumah tangga. Sekitar 66,6% responden tidak bekerja/ibu rumah tangga dan sisanya sebesar 33,4% bekerja sebagai pegagang, buruh, petani, wiraswasta, guru, dan pegawai swasta. Dilihat dari pekerjaan responden,

sebagian besar merupakan ibu rumah tangga dan sisanya adalah responden yang bekerja di luar rumah.

Setelah dilakukan uji statistik mengenai hubungan antara usia dengan asupan kolesterol didapatkan nilai p=0,842 (p > 0,05). Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan asupan kolesterol. Namun, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Farida (2010) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia dengan asupan makan. Hasil penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Rita (2002) yang menyebutkan bahwa faktor usia berhubungan dengan konsumsi makanan dilihat dari kesukaan terhadap bahan makanan tersebut.

Dilakukan pula uji hubungan antara pendidikan dengan asupan kolesterol. Hasil uji hubungan Spearman didapatkan nilai p=0,959 yang menunjukkan bahwa p>0,05 dan berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan asupan kolesterol. Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian lain. Menurut Singarimbun dalam Harsini (2008) pendidikan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan seorang ibu. Tingkat pendidikan yang rendah akan mempengaruhi penerimaan terhadap informasi sehingga sulit menerima pembaharuan pengetahuan khususnya di bidang gizi. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Farida (2010) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan asupan makanan. Penelitian yang dilakukan Adiana dan Karimini juga menunjukkan adanya hubungan yang positif antara pekerjaan dengan pola konsumsi pangan dalam masyarakat.

Untuk hasil uji hubungan antara pekerjaan dengan asupan makanan tidak jauh berbeda dengan hasil uji hubungan kedua karakteristik di atas. Hasil uji hubungan antara pekerjaan dan asupan makan menunjukkan nilai p=0,977 (p > 0,05) yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan dan asupan makan. Pekerjaan dianggap dapat mempengaruhi pola konsumsi dan waktu untuk kegiatan rumah tangga (Horton dan Cambpell dalam Hardinsyah, 2007). Namun pada penelitian hasil menunjukkan pekerjaan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan konsumsi makanan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Farida (2010) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan konsumsi makanan. Penelitian yang dilakukan Puli juga menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pekerjaan ibu dengan pemenuhan gizi seorang ibu.

6.2. Analisis Bahan Makanan Sumber Kolesterol

Dari hasil penelitian menunjukkan bahan makanan sumber kolesterol yang paling sering dikonsumsi saat *weighed food record weekday* adalah telur ayam sebesar 35,48%. Kemudian bahan makanan sumber kolesterol yang sering dikonsumsi setelah telur ayam adalah ikan sebanyak 20,14%. Bahan makanan sumber kolesterol lainnya adalah daging sapi (13,68%), daging ayam (6,53%), dan perkedel jagung (3,59%). Pada *weighed food record weekend* bahan makanan sumber kolesterol yang paling sering dikonsumsi juga telur ayam sebanyak 28,42%. Kemudian bahan makanan lainnya ikan (17,74%), daging ayam (14,45%), daging sapi (7,83%), dan udang (5,45%). Terdapat perbedaan salah satu bahan makanan sumber kolesterol pada *weighed food record weekday* dan akhir pekan. Pada *weighed food record weekday* bahan makanan

sumber kolesterol yang jarang dikonsumsi adalah perkedel jagung, sedangkan pada *weighed food record weekend* adalah udang. Setelah dirata-rata konsumsi bahan makanan sumber kolesterol terbanyak adalah telur (32%), kemudian ikan (18,9%), ayam (14,1%), daging sapi (14,1%), perkedel jagung (3,9%) dan yang konsumsi yang paling sedikit adalah udang (3,8%).

Hasil Susenas (2013), rata-rata konsumsi telur ayam per kapita pada masyarakat Indonesia selama seminggu sebanyak 169 gram. Rata-rata konsumsi daging ayam 78 gram, daging sapi 5 gram, dan yang paling tinggi adalah kelompok udang dan ikan sekitar 263 gram per kapita selama seminggu. Dapat dilihat perbedaan konsumsi antara data nasional dan data penelitian. Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan data nasional. Hasil penelitian menunjukkan asupan telur lebih tinggi dibandingkan konsumsi udang. Pada hasil penelitian konsumsi telur ayam mencapi 35,48% sedangkan udang hanya 3,8%.

Data nasional menunjukkan asupan makanan hasil laut lebih tinggi dibandingkan asupan telur, ayam atau daging sapi. Hal tersebut dapat disebabkan karena Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di dunia dan memiliki luas wilayah laut 5,8 juta km^2, mendominasi total luas teritorial indonesia yang sebesar 7,7 juta km^2. Sehingga Indonesia memiliki keanekaragaman pangan laut terbesar (Kemen KP, 2009). Namun hasil penelitian Waloya dkk (2013) yang dilakukan di daerah Bogor, yang jauh dari wilayah pantai dan mirip dengan kondisi demografi Kecamatan Kedungkandang Kota Malang, menunjukkan hasil yang sejalan dengan penelitian ini. Dengan menggunakan metode FFQ (*Food Frequency* Questionnaire), bahan makanan utama sumber kolesterol yang dikonsumsi di daerah Bogor adalah telur, sebesar

93,28 mg/kap/hari pada responden wanita. Kemudian sumber kolesterol lain adalah daging sapi dan olahannya, jerohan unggas maupun sapi, dan ikan.

Dengan demikian, sumber kolesterol utama yang sering dikonsumsi oleh responden adalah telur. Kemudian sumber kolesterol yang lain adalah pangan hewani seperti daging sapi, daging ayam, dan ikan.

6.3. Analisis Asupan Kolesterol Responden

Asupan kolesterol responden diperoleh dari penimbangan atau *weighed food record* pada *weekday* dan *weekend*. Hasil penelitian menunjukkan asupan kolesterol pada *weekday* memiliki median sebesar 60,07 gram dengan asupan tertingginya adalah 508,4 gram dan asupan terendah adalah tidak mengonsumsi kolesterol sama sekali atau 0 gram. Sedangkan pada *weighed food record weekend* median asupan kolesterolnya adalah 41,44 lebih rendah dari *weekday*, dengan asupan tertinggi 517,52 lebih tinggi dari *weighed food record weekday* dan asupan terendah sama dengan *weekday* yaitu tidak mengonsumsi kolesterol sama sekali. Ketika asupan *weighed food record weekday* dan akhir pekan digabungkan dan dirata-rata didapatkan mediannya 68,89 gram per hari, dengan asupan tertinggi sebesar 512,96 dan asupan terendahnya adalah 0 gram atau sama dengan tidak mengonsumsi kolesterol sama sekali.

Asupan kolesterol berdasarkan karakteristik responden dibagi menjadi kelompok usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan responden. Dari kelompok usia, median asupan kelompok usia 18-34 tahun lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok usia 35-44 tahun yaitu sebesar 75,72 gram per hari. Pada tingkat pendidikan, asupan dari responden lulusan SMP memiliki median yang paling tinggi diantara responden lain, yaitu median sebesar 102,00 gram. Dari

segi pekerjaan, responden yang bekerja sebagai pegawai swasta memiliki median yang paling tinggi diantara responden lain yaitu sebesar 162,29 gram.

Apabila dibandingkan dengan rekomendasi asupan kolesterol (≤300 mg), asupan terendah dan median dari kedua hari *weighed food record* masih berada dalam kategori aman atau sesuai rekomendasi. Akan tetapi, asupan tertingginya melebihi batas yang direkomendasikan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Waloya dkk (2013), rata-rata konsumsi kolesterol pada wanita sebesar 208.71±106.55. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konsumsi kolesterol wanita usia subur (WUS) masih sesuai rekomendasi.

Berdasarkan uji beda untuk kategori usia menggunakan uji I*ndependent T-Test* didapatkan nilai p=0,817 (p > 0,05). Untuk kategori pendidikan digunakan uji beda *One Way Anova* dan didapatkan nilai 0,289 (p > 0,05). Sedangkan untuk kategori pekerjaan responden diuji beda menggunakan uji K*ruskal Wallis* karena data tidak homogen dan didapatkan nilai p=0,655 (p > 0,05). Dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan asupan kolesterol antar kelompok dalam tiap kategori.

Hasil uji beda terhadap kategori usia menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna asupan kolesterol dengan kelompok usia tertentu. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Farida (2010) menunjukkan bahwa usia akan mempengaruhi asupan makan seorang individu. Dalam penelitian Rita (2002) disebutkan bahwa usia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesukaan terhadap pemilihan bahan makanan. Pada review yang dilakukan oleh Hardinsyah (2007) disebutkan semakin dewasa usia seorang individu, mereka akan lebih menyukai untuk memilih sendiri makanan yang akan dikonsumsi.

Berdasarkan hasil uji beda untuk kategori pendidikan menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna asupan kolesterol dengan tiap jenjang pendidikan. Pendidikan formal mencermin kemampuan seorang individu memahami segala bentuk pengetahuan, termasuk pengetahuan gizi. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Farida (2010) menyebutkan bahwa pendidikan akan mempengaruhi asupan makan seorang individu. Semakin tinggi pendidikan yang didapat, semakin mudah seorang individu untuk menerima informasi-informasi baru salah satunya informasi mengenai gizi dan lebih mudah mengimplementasikannya dalam perilaku sehari-hari.

Hasil uji beda terhadap pekerjaan juga menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna asupan kolesterol dengan pekerjan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulansari (2009) yang menyebutkan bahwa tidak ada pengaruh dari pekerjaan terhadap asupan makan seorang individu. Hasil penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian lain yang dilakukan Farida (2010) dan Ausa (2013) yang dilakukan di Kabupaten Gowa. Ibu yang bekerja lebih banyak memberikan makanan cepat saji kepada keluarganya dibandingkan ibu tidak bekerja dikarenakan waktu pengolahan makanan yang lebih sedikit. Namun, hasil Survei Gizi Victoria dalam Hardinsyah (2007) ibu bekerja lebih memperhatikan berat badan dan lebih banyak mengkonsumsi sayur dan buah dibandingkan ibu tidak bekerja.

Dari hasil uji beda menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan pada setiap kelompok kategori. Hal tersebut dapat disebabkan karena responden pada penelitian ini jarang mengkonsumsi bahan makanan hewani yang mengandung kolesterol. Bahan makanan nabati yang tidak mengandung kolesterol lebih

banyak dikonsumsi. Pemilihan bahan makanan dapat dipengaruhi oleh pendidikan, pekerjaan yang mempengaruhi pendapatan, harga dan daya beli pangan. Pada penelitian ini tidak menunjukkan perbedaan asupan dari segi pendidikan maupun pekerjaan sehingga pemilihan bahan makanan tampaknya lebih dipengaruhi oleh harga dan daya beli pangan. Dikarenakan harga yang lebih murah dan daya beli pangan nabati lebih tinggi dibandingkan bahan makanan hewani sehingga responden lebih banyak konsumsi bahan makanan nabati yang tidak mengandung kolesterol.

6.4. Analisis Distribusi Asupan Kolesterol

Kategori asupan kolesterol pada penelitian ini dibagi tiga yaitu, konsumsi rendah (≤200 mg), aman (200-300 mg), dan tinggi (>300 mg). Hasil peneltian menunjukkan distribusi asupan kolesterol masuk dalam kategori rendah. Sebanyak 53,1% berasal dari kelompok usia 18-34 tahun dan 36,5% dari kelompok usia 35-44 tahun. Satu responden yang memiliki asupan kolesterol tinggi masuk dalam kelompok usia 35-44 tahun. Pada tingkat pendidikan distribusi terbanyak sebesar 45,7% ada pada responden lulusan SD dengan asupan kolesterol rendah. Sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga, sehingga distribusi asupan terbanyak ada pada ibu tidak bekerja dengan asupan kolesterol rendah yaitu sebesar 59,4%.

Sebanyak 89,6% asupan kolesterol dalam kategori rendah. Sebanyak 9,4% responden memiliki asupan dalam kategori aman yaitu 200-300 mg kolesterol per hari. Sedangkan terdapat satu orang responden yang memiliki asupan kolesterol lebih. Sebagian besar asupan kolesterol responden masih

dalam kategori aman atau sesuai dengan yang rekomendasikan (200-300 mg) dan hanya satu orang yang memiliki asupan kolesterol lebih dari rekomendasi.

Masyarakat Madura terkenal memiliki makanan khas antara lain sate Madura, soto Madura, maupun nasi Madura (Rifai, 2007). Makanan tersebut menggunakan bahan makanan hewani seperti daging ayam, sapi, dan kambing, yang merupakan sumber kolesterol. Namun pada kenyataannya, responden yang masih memiliki keturunan Madura atau orang Madura asli, ternyata lebih sering mengonsumsi sumber makanan nabati seperti tempe, tahu, atau kelompok kacang-kacangan lainnya sebagai lauk sehari-hari. Bahan-bahan makanan tersebut tidak mengandung kolesterol. Kolesterol justru ada pada makanan sumber hewani seperti ikan, daging, unggas, dan produk susu (Almatsier, 2009).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Waloya dkk (2013) di Bogor dengan metode FFQ (*Food Frequency* Questionnaire), jumlah asupan kolesterol sesuai rekomendasi lebih banyak dibandingkan asupan kolesterol tinggi. Penelitian tersebut menunjukkan asupan kolesterol yang <200 mg sebanyak 52,8%, asupan 200-300 mg sebanyak 30,6%, dan asupan kolesterol >300 mg sebanyak 16,7%. Sebagian besar asupan kolesterol responden penelitian tersebut yang sesuai rekomendasi memang lebih banyak dibandingkan asupan kolesterol kategori tinggi.

Keragaman pemilihan bahan makanan konsumsi sehari-hari dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan maupun pendapatan. Dengan tingkat pendidikan yang baik, akan menyebabkan keberagaman konsumsi pangan meningkat. Selain itu, pendapatan dan harga bahan makanan akan menentukan daya beli pangan. Masyarakat dengan pendapatan yang tinggi dapat

mengonsumi bahan makanan lebih beragam. Demikian pula harga bahan makanan, harga pangan hewani, yang mengandung kolesterol, lebih mahal dibandingkan dengan pangan nabati, menyebabkan daya beli pangan hewani menjadi rendah (Hardinsyah, 2007). Sehingga, asupan kolesterol masyarakat memang masih dalam kategori rendah.

6.5. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini adalah pengambilan data yang hanya dilakukan dua hari, satu hari *weekday* dan satu hari *weekend*. Pengambilan data dengan waktu yang lebih panjang akan menghasilkan data asupan kolesterol yang lebih representatif. Selain itu, pada penelitian ini tidak dilakukan survei konsumsi dengan metode *semi-quantitative food frequency* (SQ FFQ) sehingga tidak dapat diketahui frekuensi responden mengonsumsi makanan sumber kolesterol.

repository.ub.ac.id
UNIVERSITAS BRAWIJAYA