

## HUBUNGAN PENDAPATAN TERHADAP POLA MAKAN TUKANG KEBUN DI UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Yuspa Hanum dan Olga Utami Siregar<sup>\*)</sup>

### ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship of income with diet of gardeners at State University of Medan. The population of this study were all gardeners Medan State University who were 30 and drawn samples with total sampling number of 30 people consisting of 17 men - men and 13 women with with age 55-61 years. Data of the research were collected by distributing questionnaires to the income variable (X) and variable diet gardener (Y) by way of "recall" 2 x 24 hour back by asking respondents about the food consumed in a day (breakfast, lunch and dinner) plus a snack. from the description of the data obtained trend level income variable (X) tends to the low and variable levels of dietary gardener (Y) of degree less food consumption category. results of the second test requirements analysis found normally distributed variables and the regression equation  $Y = 22.142 + 96.116 X$  is a linear indicating a positive relationship between income and linear with diet gardeners Medan. data analysis techniques used is the statistical analysis of the product moment correlation Karl Pearson. result of correlation analysis showed a relationship with a earnings diet gardener in Medan State university, with a correlation coefficient  $r_{xy}$  of 0.576 at significant level of 5% (count  $r > r$  table:  $0.576 > 0.36$ ) the hypothesis is accepted that means that the lower the income the lower the diet is.*

**Kata Kunci :** Pendapatan, pola makan.

### Pendahuluan

Gizi sangat erat kaitannya dengan kesehatan seseorang, agar fungsi zat gizi bekerja dengan baik, jumlah zat gizi yang di konsumsi harus sesuai dengan kebutuhan hidup dan aktivitas yang di lakukan semua ini dapat terpenuhi apabila didukung dengan pendapatan yang diperoleh Khumaidi, (1994). Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan tukang kebun di Universitas Negeri Medan

pendapatan yang diperoleh sering kali kurang mencukupi kebutuhan pokok hidupnya, karena jumlah pendapatan (gaji/upah) yang diterima kurang sesuai dengan kebutuhan hidupnya. Upah/Gaji yang diterima tukang kebun Rp 175.000 setiap bulannya, ditambah pendapatan sampingan yang diterima sebahagian tukang kebun sebesar Rp 150.000, setiap bulannya, karena tidak semua tukang kebun mendapat pekerjaan sampingan dengan

<sup>\*)</sup> Dra. Yuspa Hanum, M.S. : Staf Pengajar Jurs. PKK FT UNIMED  
Olga Utami Siregar, S.Pd. : Alumni Jurs. PKK FT UNIMED

penghasilan seperti ini belum mencukupi kebutuhan hidupnya karena banyaknya pengeluaran yang harus dikeluarkan selain makan harus membayar iuran listrik, perobatan dan pengeluaran lainnya yang tak terduga.

Bila ditinjau dari usia tukang kebun di Unimed umumnya sudah termasuk kepada golongan usia lanjut atau lansia yang seharusnya tidak lagi melakukan pekerjaan berat. Rata-rata usia tukang kebun 55 tahun yang seharusnya berada di rumah dan melakukan pekerjaan ringan, dengan pendapatan yang sedikit kemungkinan untuk memenuhi pola makan secara benar yang dianjurkan tiga kali makan ditambah dengan makanan selingan sukar untuk dilakukan. Usia lanjut sangat membutuhkan asupan – asupan gizi yang seimbang antara pekerjaan dengan pola makan yang baik dimulai makan pagi sampai dengan makan malam dan ditambah dengan makanan kudapan karena menurut Emma, (2000) pada umumnya usia lanjut akan mengalami penurunan aktivitas fisik, salah satu penyebabnya adalah kemunduran biologis, sehingga kondisi ini akan membatasi aktivitas yang menuntut ketangkasan fisik.

Rumusan Masalah : 1) Berapa besar pendapatan yang diterima tukang kebun di Unimed?; 2) Bagaimana pola makan tukang kebun di Unimed?; 3)

Bagaimana hubungan pendapatan terhadap pola makan tukang kebun di Unimed?.

Tujuan penelian : 1) Untuk mengetahui besar pendapatan yang di terima tukang kebun di Unimed?; 2). Untuk mengetahui pola makan tukang kebun di Unimed; 3) Untuk mengetahui hubungan pendapatan terhadap pola makan tukang kebun di Unimed. terhadap

### **Kajian Tiori**

Menurut Poerwadarminta, (1995) pendapatan atau penghasilan merupakan hasil yang diperoleh dari suatu usaha atau pekerjaan baik berupa uang, jasa dari seseorang selama jangka waktu tertentu, pendapat ini di perjelas Kartono, (1997) pendapatan adalah jumlah penghasilan yang diterima setiap bulannya. Sumardi, (1982) berpendapat bahwa pendapatan kepala keluarga dalam satu bulan yang mencakup pendapat sector formal (gaji , upah yang diperoleh secara tetap), sector in formal (sebagai penghasilann tambahan dagang ,tukang dan buruh dan lain – lain) dan sector sub system (hasil usaha sendiri berupa ternak, bercocok tanam dan pemberian orang lain).

Tingkat pendapatan akan menentukan jenis pangan yang akan di beli dan berapa besar proporsi yang dikeluarkan untuk membeli pangan, pendapatan sangat besar peranannya dalam

memenuhi gizi seimbang satu keluarga, semakin tinggi tingkat pendapatan maka semakin baik konsumsi gizi yang diperoleh dan sebaliknya semakin rendah pendapatan maka semakin rendah gizi yang di perolehnya.

Secara umum pola makan adalah tiga kali sehari yaitu pagi, siang dan malam dan di tambah makanan selingan dua kali yaitu antara makan pagi dan siang dan makan siang dengan makan malam. Saringena, (1987) melihat pola makan adalah merupakan cara seseorang atau sekelompok orang memanfaatkan pangan yang tersedia sebagai reaksi terhadap tekanan ekonomi dan social budaya yang dialaminya.

Pedoman utama anjuran makanan bergizi bagi usia lanjut dalam keadaan sehat menurut Emma, (2001) adalah 1). Tidak berlebihan,2).Bervariasi baik dalam menu bahan makanan maupun cara memasak,3).Cukup mengandung protein, 4).Membatasi konsumsi lemak,5).Membatasi konsumsi gula atau makanan dan minuman yang banyak mengandung gula,6). Membatasi konsumsi garam kapur antara lain bumbu penyedap,7). Cukup mengandung serat,zat pengatur dan zat pembangun dalam makanan,8). Beras setengah giling,tumbuk atau beras merah,kacang – kacang, sayuran dan sedapat mungkin secara teratur makan sayuran mentah dan mengkonsumsi buah

segar setiap hari, 9). Minum yang cukup sedapat mungkin mengkonsumsi susu rendah lemak,minum sari buah segar yang mengandung vitamin C tinggi seperti jeruk,papaya dan tomat.

Makanan yang baik untuk lansia adalah makanan yang beranekaragam yang dinyatakan dalam lima golongan zat gizi termasuk air sehingga pedoman gizi seimbang memenuhi syarat makan sehat. Untuk hidup dan meningkatkan kualitas hidup seseorang memerlukan 5 kelompok zat gizi (Karbohidrat,lemak,protein,vitamin dan mineral) dan di lengkapi dengan air dalam jumlah seimbang tidak berlebih dan tidak kekurangan, karena setiap jenis makanan memiliki peranan masing – masing di dalam menyeimbangkan masukan zat gizi sehari – hari kurang beranekaragam, maka timbul ketidak seimbangan antara masukan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk hidup sehat dan produktif (Departemen Kesehatan,1990).

Waktu makan perlu diperhatikan pada pola makan,karena waktu makan akan mempengaruhi proses pencernaan dan penyerapan zat makanan yang diperlukan tubuh dan terjadi di lambung dan makanan bertahan di lambung selama 4 jam, jika makanan tidak ada dalam lambung asam lambung akan meningkat dan menyebabkan terjadinya penyakit maag (Emma, 2001).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, (1987) tukang kebun adalah orang yang pekerjaannya membersihkan/menyapu dan membuang sampah pada sebidang tanah yang di Tanami tumbuhan / pohon musiman. Pada umumnya tukang kebun yang bekerja di Universitas Negeri Medan yang menjadi objek penelitian adalah yang berusia 55 tahun dan masa kerja 5 tahun dan bekerja sehari selama 6 jam. Menurut Emma, (2000) manula sering juga disebut lansia atau usila, umumnya indikasi seseorang dianggap memasuki kelompok usia lanjut di Indonesia terjadi pada usia 55 tahun, saat seseorang memasuki masa pensiun pada usia 50-60 tahun berkembang istilah uzur atau senility yang dipakai untuk menunjukkan bahwa fisik seseorang sudah mengalami kemunduran hebat serta penurunan mental. Kemunduran fisik disebabkan oleh proses menua yang terjadi pada sel – sel tubuh, sedangkan kemunduran yang bersifat psikologis banyak diakibatkan dari sikap tidak senang pada diri sendiri, orang lain atau pekerjaan, dimana usia senja merupakan tahap kehidupan yang akan dilalui oleh setiap individu. Kondisi kesehatan pada tahap ini sangat ditentukan oleh kualitas dan kuantitas asupan gizi. Gizi yang baik akan berperan dalam upaya menurunkan persentase timbulnya penyakit dan angka kematian di usia lanjut.

Hipotesa penelitian terdapat hubungan pendapatan terhadap pola makan tukang kebun di Universitas Negeri Medan.

### **Metodologi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Universitas Negeri Medan Pada bulan Desember 2005. Jumlah populasi sebanyak 30 orang dan sampel adalah sebanyak jumlah populasi 30 orang yang terdiri dari 17 orang laki – laki dan 13 orang perempuan dan usia rata – rata 55 tahun. Metode yang digunakan adalah deskriptif korelatif. Penelitian ini terdiri dari dua variabel yakni: pendapatan variabel bebas (X) dan pola makan tukang kebun variabel terikat (Y). Instrumen penelitian menggunakan angket tertutup dengan skala penilaian dalam bentuk skala likert. Untuk mengetahui pola makan tukang kebun digunakan “Reccal” 2 X 24 jam. Uji coba instrument dilakukan pada tukang kebun di Universitas Negeri Medan satu bulan sebelum dilakukan penelitian, untuk mengetahui tingkat validitas masing – masing item angket dengan menggunakan rumus product moment yang dikemukakan Arikunto, (1993). Untuk mengetahui reabilitas item – item angket digunakan rumus Alpha (Arikunto, 1993).

Teknik analisis data dilakukan dengan langkah – langkah :1) Deskripsi

data , untuk mengetahui keadaan data penelitian yang di peroleh dihitung besaran rata – rata sector (M) dan standart deviasi (SD); 2) Uji kecendrungan untuk mengetahui tingkat kecendrungan variabel pendapatan. Untuk tingkat konsumsi digunakan rumus tingkat konsumsi energy dengan klasifikasi menjadi empat cut of point.; 3) Uji persyaratan analisis menggunakan uji normalitas menggunakan rumus chi kuadrat (Hadi,1984) dan uji lineritas menggunakan regresi linier sederhana.; 4) Pengujian hipotesis untuk menguji kebenaran hipotesis menggunakan rumus korelasi Product moment dengan uji taraf signifikan 5%.

### Hasil Penelitian

Deskripsi data penelitian : 1) Pendapatan (X) berdasarkan data diperoleh hasil penelitian dengan jumlah responden 30 orang diperoleh skor tertinggi 28 (11 orang) dan skor terendah 16 (6 orang) sedangkan 13 orang dalam kategori skor sedang.; 2) Pola makan (Y) berdasarkan data diperoleh hasil penelitian dengan jumlah responden 30 orang terdapat konsumsi gizi tertinggi 2998,1 dan terendah 1516,9 dengan rata – rata (M) = 2339,5 dan standart deviasi (SD) = 488,2.

Tingkat kecendrungan variabel penelitian : 1) Pendapatan (X) untuk mengidentifikasi tingkat kecendrungan

pendapatan (X),digunakan harga rata – rata skor ideal (Mi) dan standard deviasi ideal (SDi). Dari hasil perhitungan diperoleh Mi sebesar 25.000 dan SDi sebesar 5.000. Untuk menentukan tingkat kecendrungan pendapatan digunakan criteria : jika  $M_o > M_i$ , maka pendapatan dinyatakan cendrung tinggi, dan jika  $M_o < M_i$  maka pendapatan dinyatakan rendah. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh  $M_o = 21,967$  dan  $M_i = 25.000$  jadi  $M_o < M_i$  yaitu  $21.967 < 25.000$ .Berdasarkan hasil perhitungan tersebut disimpulkan tukang kebun Universitas Negeri Medan memiliki pendapatan cendrung rendah.; 2) Pola makan (Y) untuk mengklasifikasikan tingkat pola makan (Y) dilihat dari tingkat konsumsi gizi. Untuk klasifikasi tingkat konsumsi gizi di bagi menjadi empat bagian (Departemen Kesehatan Republik Indonesia,1990).a) kategori baik :  $> 100$  % AKG. b) kategori sedang :  $80 - 90$  % AKG. c) kategori kurang :  $70 - 80$  % AKG. d) deficit :  $< 70$  %. Berdasarkan perhitungan tingkat asupan gizi tukang kebun Universitas Negeri Medan sebesar  $79.29$  % AKG berada pada kategori kurang ( $70 - 80$  % AKG).

Uji persyaratan analisis :1) uji normalitas data setiap variabel diperoleh  $X_{2h} < X_{2t}$  ( $3.327 < 11.07$  ) pada taraf signifikansi  $\alpha = 0.05$  maka diambil kesimpulan distribusi data dari ke dua variabel penelitian berdistribusi normal. 2)

Uji linieritas dan keberartian regresi. Penelitian ini memiliki satu variabel bebas yang diduga dapat mempengaruhi variabel terikat. Persamaan regresi Y atas X yaitu:  $228.142 + 96.116 X$  memiliki hubungan yang linier dan berarti pada  $\alpha = 0.05$ .

### **Kesimpulan dan Saran**

Kesimpulan :1) Pendapatan tukang kebun Universitas Negeri Medan cenderung rendah  
Yaitu sebesar Rp 175.000 < dari kategori BPS Rp 800.000. 2) Pola makan tukang kebun Universitas Negeri Medan dalam kategori asupan gizi kurang yaitu berada pada kategori 79.57 % AKG yakni berada pada kategori 70 – 80% AKG pedoman status gizi ( DEPKES RI 1990 ). 3) Terdapat hubungan yang nyata antara pendapatan dengan pola makan tukang kebun di Universitas Negeri Medan dengan persamaan regresi  $Y = 228.142 + 96.116 X$  pada  $\alpha = 0,05$ .

Saran :1) Untuk memenuhi kecukupan gizi sebaiknya tukang kebun Unimed mengkonsumsi makanan yang bervariasi, menambah jumlah makanan yang di konsumsi dan makan tepat waktu agar pola makan terpenuhi dengan baik. 2) Pengelola tukang kebun di Unimed perlu meninjau kembali upah kerja yang diberikan kepada tukang kebun agar

tukang kebun Unimed dapat hidup dengan layak.

### **Daftar Pustaka**

- Arikunto, suharsimi. 1996. *Prosedur Penelitian*. Rineka cipta. Jakarta.
- Badan Pusat Statistik. 2000. *Keadaan Angkatan Kerja di Indonesia*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 1990.
- Emma,s. 2000. *Tetap Bugar di Usia lanjut*. Trubus Agriwidya. Jakarta.
- Emma,s. 2001. *Menu Sehat untuk usia lanjut*. Trubus Agriwidya. Jakarta.
- Khumaidi. 2001. *Penuntun Diet Tepat dan Sehat*. CV. Rajawali .Jakarta.
- Kartono.1997. *Ilmu ekonomi*. CV. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Poerwadarminta,W.J.S. 1984.*Kamus Umum Bahasa Indonesia*.Balai Pustaka .Jakarta.
- Sumardi. 1982. *Pendapatan kebutuhan Pokok dan Prilaku Menyimpang*. CV. Rajawali.Jakarta.
- Saringena. 1987. *Ilmu Gizi*. Medan.