

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, DAN STATUS
EKONOMI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWI
KEMENKES POLTEKKES MEDAN JURUSAN GIZI**



ANGEL REBECCA N SIGALINGGING

P01031223164

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2024**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, DAN STATUS
EKONOMI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWI
KEMENKES POLTEKKES MEDAN JURUSAN GIZI**

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Menyelesaikan Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan
Dietetika di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



ANGEL REBECCA N SIGALINGGING

P01031223164

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2024**

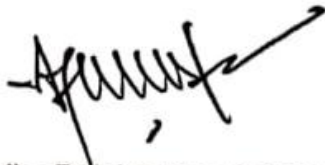
PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan
Status Ekonomi Dengan Status Gizi Mahasiswa
Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi
Nama Mahasiswa : Angel Rebecca N Sigalingging
Nim : P01031223164
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika

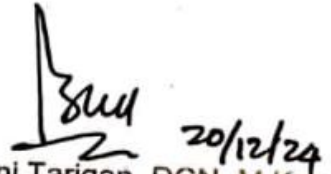
Menyetujui :



Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes
Anggota Penguji



Novriani Tarigan, DCN, M.Kes
Anggota Penguji

Mengetahui :

Ketua Jurusan



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : 2 September 2024

ABSTRAK

ANGEL REBECCA N SIGALINGGING “(HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, DAN STATUS EKONOMI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWI KEMENKES POLTEKKES MEDAN JURUSAN GIZI)”
(DIBAWAH BIMBINGAN ZURAIDAH NASUTION)

Status gizi merupakan kondisi tubuh yang terjadi akibat seimbangnya asupan zat gizi dan penggunaannya di dalam tubuh. Pengetahuan gizi yang cukup dapat dianggap sebagai faktor penting dalam mempengaruhi status gizi mahasiswa. Pola makan merupakan cara seseorang dalam menentukan dan mengonsumsi makanan, sebagai respons terhadap pengaruh psikologis, fisiologis, sosial, dan budaya. Mahasiswa dengan status ekonomi rendah menghadapi keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan gizi mereka.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pola makan, dan status ekonomi dengan status gizi mahasiswa Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi.

Penelitian ini dilaksanakan di Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi. Waktu penelitian dilakukan dari bulan Februari 2024 sampai dengan Mei 2024. Jenis penelitian ini adalah observasional dengan menggunakan desain cross sectional. Dengan jumlah sampel 120 mahasiswa D3 Gizi semester 2.

Dari hasil penelitian menghasilkan frekuensi pengetahuan gizi kategori baik sebanyak 86,7% dan kategori kurang baik 13,3%. Pola makan kategori baik 40,8% dan kategori tidak baik 59,2%. Status ekonomi kategori tinggi 11,7%, kategori sedang 43,3%, dan kategori rendah 45%. Status gizi kategori normal 49,2%, kategori kurus 27,5%, kategori gemuk 11,7%, dan kategori obesitas 11,7%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi ($p=0.223$), ada hubungan pola makan dengan status gizi ($p=0.013$), dan ada hubungan status ekonomi dengan status gizi ($p=0.025$).

Kata Kunci : Pengetahuan gizi, Pola makan, Status ekonomi, Status gizi, Mahasiswa

ABSTRACT

ANGEL REBECCA N SIGALINGGING "(CORRELATION BETWEEN NUTRITION KNOWLEDGE, DIET PATTERN, AND ECONOMIC STATUS WITH NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS OF NUTRITION'S DEPARTMENT OF MEDAN HEALTH POLYTECHNIC)" (CONSULTANT: ZURAIDAH NASUTION)

Nutritional status is a condition of the body that occurs due to the balance of nutrient intake and its use in the body. Adequate nutritional knowledge can be considered an important factor in influencing the nutritional status of female students. Diet is a way for someone to determine and consume food, as a response to psychological, physiological, social, and cultural influences. Female students with low economic status face limitations in meeting their nutritional needs.

The purpose of this study was to determine the correlation between nutritional knowledge, diet, and economic status with the nutritional status of female students of Nutrition's Department of Medan Health Polytechnic.

This study was conducted at Nutrition's Department of Medan Health Polytechnic. The research time was conducted from February 2024 to May 2024. This type of research was observational using a cross-sectional design. With a sample of 120 associate degree of Nutrition students in semester 2.

From the results of the study, the frequency of nutritional knowledge in the good category was 86.7% and the poor category was 13.3%. The good category eating pattern was 40.8% and the bad category was 59.2%. The high economic status category was 11.7%, the moderate category was 43.3%, and the low category was 45%. The normal nutritional status category was 49.2%, the thin category was 27.5%, the fat category was 11.7%, and the obesity category was 11.7%. The results showed that there was no correlation between nutritional knowledge and nutritional status ($p = 0.223$), there was a correlation between eating patterns and nutritional status ($p = 0.013$), and there was a correlation between economic status and nutritional status ($p = 0.025$).

Keywords: Nutrition knowledge, Eating patterns, Economic status, Nutritional status, Female Students



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkah dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul **Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan Status Ekonomi Dengan Status Gizi Mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi.**

Dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Medan.
2. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Medan.
3. Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan usulan penelitian.
4. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku dosen penguji I yang telah banyak memberikan saran dan arahan.
5. Novriani Tarigan, DCN, M.Kes selaku dosen penguji II yang telah banyak memberikan saran dan arahan.
6. Orangtua saya, F.H. Limbong dan Abang saya, Alexander Sigalingging yang memberikan dukungan, semangat dan doa kepada penulis.
7. Sahabat dan teman satu kelas ahli jenjang Jurusan Gizi yang selalu memberikan dukungan serta kerjasamanya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	3
C. Tujuan	3
D. Manfaat	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Mahasiswi.....	5
1. Pengertian Mahasiswi.....	5
2. Ciri-Ciri Mahasiswi	5
3. Tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal	5
B. Pengetahuan Gizi.....	6
1. Pengertian Pengetahuan	6
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	7
3. Komponen Pengetahuan	7
4. Pengukuran Pengetahuan	8
C. Pola Makan	9
1. Pengertian Pola Makan.....	9
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan	9
3. Komponen Pola Makan.....	10
D. Status Ekonomi	11
1. Pengertian Status Ekonomi	11
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Ekonomi	11
3. Tolak Ukur Status Ekonomi	12
E. Status Gizi	13
1. Pengertian Status Gizi	13
2. Penilaian Status Gizi.....	13
F. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi	15
G. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi	16

H. Hubungan Status Ekonomi dengan Status Gizi.....	16
I. Kerangka Teori.....	17
J. Kerangka Konsep.....	18
K. Defenisi Operasional	19
L. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	22
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel.....	22
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	23
E. Tenaga Pengumpulan Data.....	25
F. Pengolahan dan Analisi Data	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Hasil	29
1. Gambaran Umum Lokasi	29
2. Gambaran Karakteristik Responden.....	30
3. Hasil Penelitian	32
4. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi	36
5. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi.....	37
6. Hubungan Status Ekonomi Dengan Status Gizi	38
B. Pembahasan	39
1. Pengetahuan Gizi	39
2. Pola Makan.....	39
3. Status Ekonomi.....	40
4. Status Gizi	40
5. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi	41
6. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi.....	42
7. Hubungan Status Ekonomi Dengan Status Gizi	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	44
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1 Defenisi Operasional.....	19
2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kelas.....	30
3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden.....	31
4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tempat Tinggal	31
5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Gizi	32
6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Makan	32
7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Frekuensi Makan.....	33
8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jumlah Makan	33
9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan	34
10 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Ekonomi	34
11 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi	35
12 Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi	36
13 Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi.....	37
14 Hubungan Status Ekonomi Dengan Status Gizi	38

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1 Kerangka Teori (UNICEF, 1998).....	17
2 Kerangka Konsep	18
3 Alat Pengukur Berat Badan (Timbangan Digital)	24
4 Alat Pengukur Tinggi Badan (Stadiometer).....	25

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1 <i>Food Frequency Questionnaire</i>	48
2 Kuesioner Pengetahuan Gizi	51
3 Kuesioner Status Ekonomi.....	56
4 Master Tabel	57
5 Hasil SPSS	65
6 Bukti Bimbingan Skripsi	70
7 Surat Izin Penelitian	72
8 Pernyataan Ketersediaan Menjadi Subjek Penelitian	73
9 Etichal Clearance.....	74
10 Dokumentasi	75
11 Surat Pernyataan	77
12 Daftar Riwayat Hidup	78

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) mengartikan mahasiswi sebagai orang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Mahasiswi adalah individu yang sudah dapat dikatakan dewasa awal dan biasanya berusia antara 18 sampai 25 tahun. (Yusuf, 2012 dalam Silvalorensa, 2021). Masa dewasa awal merupakan fase puncak dari perkembangan seseorang, dimana mereka berada dalam transisi dari masa remaja menuju kedewasaan (Putri, 2019).

Makanan dan asupan gizi saling terkait erat karena semua makanan mengandung berbagai jenis zat gizi yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Mengonsumsi zat gizi yang cukup dapat meningkatkan kesehatan fisik dan berpotensi menurunkan risiko penyakit (Blongkod, 2022).

Kondisi fisik yang disebut status gizi merupakan hasil keseimbangan antara asupan zat gizi dan penggunaan zat gizi oleh tubuh. Berdasarkan penelitian (Nurhayati, 2023) dari 396 responden (100%) sebagian besar responden berstatus gizi normal, diikuti oleh responden berstatus gizi kurus (122 orang, 30,8%), dan responden berstatus gizi paling sedikit obesitas (31, 5%).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Provinsi Sumatera Utara tahun 2018, prevalensi status gizi penduduk usia 18 tahun ke atas yang diukur dengan IMT adalah 6,0% kurus, 53,4% normal, 14,8% gemuk, dan 25,8% obesitas. Di Kabupaten Deli Serdang, prevalensi status gizi penduduk usia 18 tahun ke atas berdasarkan IMT adalah sebagai berikut: 6,52% berstatus gizi kurus, 49,59% berstatus gizi normal, 14,99% berstatus gizi gemuk, dan 28,90% berstatus gizi obesitas (Riskesdas Sumut, 2018).

Salah satu aspek utama yang memengaruhi status gizi mahasiswi adalah pemahaman yang memadai tentang gizi. Kemampuan memilih makanan yang mengandung sumber gizi disebut sebagai pengetahuan

gizi. Perubahan pola makan dan masalah gizi dapat terjadi akibat kurangnya informasi tentang gizi. Berdasarkan hasil penelitian (Kamah, 2020) terdapat korelasi yang cukup besar antara status gizi dengan pengetahuan, sebagaimana dibuktikan oleh hasil uji χ^2 yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak ($p = 0,001$). Dapat disimpulkan bahwa status gizi seseorang dapat menjadi lebih kurus jika pengetahuannya tentang gizi lebih sedikit.

Mempertahankan status gizi juga sangat bergantung pada pola makan selain pengetahuan gizi. Pola makan seseorang adalah bagaimana ia memilih dan makan sebagai respons terhadap faktor sosial, budaya, fisiologis, dan psikologis (Nurhayati, 2023). Berdasarkan hasil penelitian (Charina, 2022) sebanyak tujuh mahasiswa memiliki pola konsumsi kurang dan status gizi kurus, 18 mahasiswa memiliki pola makan kurang dan status gizi obesitas, dan 69 mahasiswa mempunyai pola makan kurang dan status gizi normal di antara mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Dengan demikian, status gizi anak dipengaruhi oleh kebiasaan makan yang buruk.

Aspek penting lain yang dapat memengaruhi status gizi mahasiswa adalah status ekonomi mereka. Sulit bagi mahasiswa berpenghasilan rendah untuk memenuhi kebutuhan gizi mereka. Kedudukan, pengaruh, dan fungsi orang tua mahasiswa dalam masyarakat disebut sebagai status ekonomi mereka (Prasetyaningsih, 2016). Menurut penelitian yang dilakukan Universitas Malahayati (Lubis, 2020) terhadap 60 siswa dari keluarga kelas menengah ke bawah, 28 siswa di antaranya mempunyai orangtua gemuk. Selanjutnya, 23 dari 34 siswa dari keluarga kelas menengah ke atas mempunyai orangtua gemuk. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa kedudukan ekonomi yang tinggi menyebabkan status gizi yang tidak normal.

Mahasiswa yang telah diajari tentang kesehatan dan gizi sesuai dengan mata kuliah Ilmu Gizi Dasar, Ilmu Kesehatan Masyarakat, dan Gizi dalam Daur Kehidupan mampu menerapkan prinsip gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari, berdasarkan survei pendahuluan pada mahasiswa

jurusan gizi di Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Medan. Namun, berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) dari 15 mahasiswi yang terdaftar pada program studi D3 Gizi tingkat 1, 2 orang (13,4%) mempunyai status gizi kurus, 8 orang (53,3%) mempunyai status gizi baik, dan 5 orang (33,3%) mempunyai status gizi obesitas. Data yang diperoleh sudah tinggi karena jika dibandingkan dengan data Riskesdas 2018, diketahui bahwa status gizi penduduk usia di atas 18 tahun adalah kurus 6,0%, normal 53,4%, gemuk 14,8%, dan obesitas 25,8%. Pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi bagi mahasiswi karena berkaitan dengan fungsinya sebagai calon ibu. Namun, karena kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya, mayoritas mahasiswi cenderung membatasi asupan makanan, mengikuti diet ketat, dan mengabaikan rasa lapar.

Berdasarkan justifikasi yang diberikan, hal inilah yang mendorong peneliti untuk melihat keterkaitan tersebut dalam pengetahuan gizi, pola makan, status ekonomi dengan status gizi mahasiswi Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi.

B. Perumusan Masalah

Bagaimana hubungan pengetahuan gizi, pola makan, status ekonomi dengan status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pola makan, status ekonomi dengan status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pengetahuan gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi
- b. Menilai pola makan mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi
- c. Menilai status ekonomi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi

- d. Menilai status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi
- e. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi
- f. Menganalisis hubungan pola makan dengan status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi
- g. Menganalisis hubungan status ekonomi dengan status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman serta pengetahuan tentang hubungan pengetahuan gizi, pola makan serta status ekonomi dengan status gizi.

2. Bagi Mahasiswi

Menambah wawasan mahasiswi tentang pengetahuan gizi, pola makan serta status ekonomi, dengan status gizi yang baik.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Mahasiswi

1. Pengertian Mahasiswi

Mahasiswi Seseorang yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi disebut mahasiswa. Definisi ini mengacu pada seseorang yang menempuh pendidikan untuk mengembangkan kepribadiannya dan memperoleh pengetahuan, pengalaman, serta keterampilan untuk kebutuhan masa depan.

Dengan membaca, mengamati, dan memilih bahan bacaan untuk diolah dalam berbagai karya ilmiah, seorang mahasiswa telah memiliki sumber daya untuk mencari dan menyelidiki topik ilmiah yang diminatinya. (Bella, 2018).

2. Ciri-Ciri Mahasiswi

Ciri-ciri berikut ini mendefinisikan mahasiswi sebagai anggota masyarakat

- 1) Mempunyai kapasitas dan kesempatan untuk menempuh pendidikan tinggi, memenuhi prasyarat status intelektual.
- 2) Diharapkan agar mereka mampu menjadi pemimpin yang kompeten dan profesional baik di tempat kerja maupun dalam peran kepemimpinan masyarakat.
- 3) Diharapkan agar mereka mampu memberikan kontribusi aktif terhadap proses modernisasi.
- 4) Diharapkan agar mereka mampu memasuki dunia kerja sebagai profesional yang kompeten dan berpengalaman.

3. Tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal

Karena mahasiswi termasuk dalam kategori dewasa awal, yang didefinisikan sebagai individu yang berusia antara 18 dan 25 tahun, tugas perkembangan di masa dewasa awal adalah sebagai berikut. (Djibrin, 2018) :

- 1) Memilih pendamping

- 2) Memperoleh kemampuan untuk hidup bersama
- 3) Dengan pasangan dimulai kehidupan
- 4) Membesarkan anak-anak
- 5) Rumah tangga dikelola
- 6) Mulai bekerja

B. Pengetahuan Gizi

1. Pengertian Pengetahuan

Ketika suatu objek diindera, "pengetahuan" terjadi, dan pengetahuan adalah hasilnya. Manusia menggunakan kelima indranya, yaitu mata, hidung, pendengaran, dan sebagainya, untuk merasakan sesuatu. Dengan kata lain, semua yang diketahui dapat dianggap sebagai pengetahuan. Enam tingkatan pengetahuan dibedakan, yaitu (Hendrawan, 2019) :

a. Tahu

Kemampuan mengingat kembali konten yang diajarkan sebelumnya dikenal sebagai "mengetahui." Kapasitas mengingat detail tertentu dari semua informasi yang sudah dipelajari ataupun stimulus yang sudah diterima ialah bagian dari level ini. Jadi, level informasi ini merupakan yang paling mendasar.

b. Memahami

dapat dicirikan sebagai kapasitas menjelaskan pokok bahasan secara akurat.

c. Aplikasi

menerapkan materi yang diperoleh untuk digunakan dalam situasi aktual. Di sini, "aplikasi" mengacu pada pemanfaatan rumus, hukum, prosedur, prinsip, serta lainnya dalam berbagai situasi atau konteks

d. Analisis

Kemampuan untuk membedah informasi atau hal yang menjadi bagian-bagian yang berhubungan dengan lainnya dikenal sebagai analisis.

e. Sintesis

Kemampuan menggabungkan atau menyatukan potongan-potongan untuk menciptakan bentuk baru yang utuh dikenal sebagai sintesis.

f. Evaluasi

Kapasitas mengevaluasi suatu substansi.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Kelima komponen faktor yang memengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut (Khulafa'ur dkk, 2018) :

a. Pendidikan

Bimbingan seseorang untuk pertumbuhan orang lain menuju pencapaian tujuan tertentu dapat diartikan sebagai pendidikan.

b. Pekerjaan

Seseorang dapat memandang pekerjaan sebagai tugas yang harus dipenuhi, terutama untuk menopang kehidupan pribadi dan keluarga. Pekerjaan biasanya merupakan sumber pendapatan yang membosankan, berulang-ulang, dan sulit daripada sumber kesenangan.

c. Umur

Lamanya kehidupan seseorang, diukur dari lahir sampai ulang tahun, disebut sebagai usia. Kemampuan seseorang untuk berpikir dan bekerja dipengaruhi oleh peningkatan kekuatan dan kedewasaannya seiring bertambahnya usia.

d. Lingkungan

Lingkungan mencakup semua faktor di sekitar dan pengaruh manusia yang dapat memengaruhi perilaku dan perkembangan seseorang atau suatu kelompok

e. Sosial budaya

Sikap seseorang terhadap informasi dapat dipengaruhi oleh struktur sosial budaya masyarakatnya.

3. Komponen Pengetahuan

Masalah (*problem*), metode (*method*), sikap (*attitude*), aktivitas (*activity*), *effects* (pengaruh) serta kesimpulan (*conclusion*) merupakan enam elemen utama yang membentuk definisi sains Definisi ilmu pengetahuan melibatkan enam macam komponen utama, yaitu (Darsini, 2019).

a. *Problem* (Masalah)

Tiga persyaratan harus dipenuhi agar suatu isu dianggap ilmiah: isu tersebut harus dapat diungkapkan, memiliki pola pikir ilmiah, dan patut dipuji.

b. Sikap (*Attitude*)

Ciri-ciri sikap yang harus ditunjukkan meliputi rasa ingin tahu, kebutuhan ilmuwan untuk memecahkan isu, objektivitas, dan kesabaran saat melakukan pengamatan.

c. Metode (*Method*)

Pendekatan ini berkaitan dengan pengujian hipotesis. Metode adalah hal yang menjadikan sains seperti sekarang. Karena sains dan tekniknya tidak pernah statis, sains itu sendiri juga tidak statis.

d. Aktivitas (*Activity*)

Sains merupakan bidang studi yang mencakup aspek sosial dan individu dan diselidiki oleh para ilmuwan.

e. Kesimpulan (*Conclussion*)

Sains merupakan kumpulan informasi. Tujuan sains adalah kesimpulan yang diambil dari pemecahan masalah, yang diakhiri dengan pembelaan terhadap keyakinan, praktik, dan tindakan.

f. Pengaruh (*Effects*)

Dampak ilmu pengetahuan akan terasa dalam bentuk pengaruh ilmu pengetahuan terapan terhadap ekologi dan pengaruh ilmu pengetahuan terhadap masyarakat dengan menumbuhkan berbagai macam cita-cita.

4. Pengukuran Pengetahuan

Untuk mengukur pengetahuan, digunakan angket atau wawancara mengenai substansi materi yang akan diukur dari partisipan penelitian. Secara umum, ada dua kategori pertanyaan yang digunakan untuk menilai pengetahuan, yaitu pertanyaan subjektif, seperti soal esai, dan pertanyaan objektif, seperti soal pilihan ganda. (Shaliha, 2022).

C. Pola Makan

1. Pengertian Pola Makan

Sekelompok tindakan yang terkait dengan pola makan dikenal sebagai pola makan, khususnya tergantung pada jenis bahan, seperti buah-buahan, sayur-sayuran, sumber protein, dan makanan pokok. Lebih jauh, frekuensi makan setiap hari, setiap minggu, sering, tidak pernah, atau tidak sama sekali juga dapat menunjukkan tren.

Asupan nutrisi harus diperhitungkan saat menjaga pola makan sehat. Mengonsumsi berbagai macam makanan diperlukan untuk diet seimbang guna menjamin tubuh menerima semua zat gizi yang dibutuhkannya. Mengembangkan selera terhadap berbagai macam makanan sangat penting selama masa remaja. Oleh karena itu, remaja harus diperkenalkan pada berbagai macam makanan, baik dari segi jenis makanan maupun rasa (Tambajong, 2021).

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan

Unsur-unsur berikut memengaruhi pola makan (Tirza, 2018) :

a. Kesenangan

Kebiasaan makan seseorang sangat dipengaruhi oleh kesukaan dan ketidaksukaannya. Hubungan seseorang dengan suatu makanan menentukan apakah ia menyukainya atau tidak.

b. Budaya

Budaya memainkan peran penting dalam menentukan jenis makanan yang sering dikonsumsi; salah satu contohnya adalah pantangan terhadap makanan tertentu

c. Agama

Pilihan makanan juga dipengaruhi oleh agama. Misalnya, daging babi dilarang dalam Islam.

d. Taraf sosial ekonomi

Status ekonomi seseorang juga memengaruhi jenis dan kualitas makanan yang dipilihnya. Kemampuan seseorang untuk makan makanan sehat akan dibatasi oleh pendapatannya yang rendah.

3. Komponen Pola Makan

Tiga komponen yang menyusun pola makan secara umum (Afrilia & Festilia, 2018):

a. Jenis Makanan

Istilah "jenis makanan" mengacu pada berbagai jenis menu yang sering dikonsumsi, termasuk buah-buahan, sayur-sayuran, lauk-pauk yang terbuat dari hewan, dan makanan pokok. Contoh makanan pokok atau utama yang biasanya digunakan untuk memenuhi kebutuhan karbohidrat setiap orang adalah beras, jagung, umbi-umbian, sagu, dan gandum. Menurut skala pengukuran, mengonsumsi lebih dari empat jenis makanan dianggap baik, dan mengonsumsi kurang dari empat jenis makanan dianggap buruk.

b. Frekuensi Makan

Seberapa sering seseorang makan sepanjang hari, termasuk makanan utama dan camilan, dikenal sebagai frekuensi makan. Makanan manusia harus melewati saluran pencernaan agar dapat dicerna oleh tubuh. Sarapan, makan siang, dan makan malam adalah tiga waktu makan yang membentuk frekuensi makan harian. Frekuensi makan diukur menggunakan skala yang menggolongkan konsumsi makanan utama sebagai sangat baik jika terjadi lebih dari tiga kali sehari dan sebagai buruk jika terjadi kurang dari tiga kali sehari.

c. Jumlah Makan

Kuantitas makanan adalah jumlah total porsi yang dikonsumsi oleh seseorang atau sekelompok orang. Ukuran porsi untuk diet seimbang harus sesuai dengan tipe tubuh. Makanan diukur pada skala di mana kurang dari 80% AKG dianggap buruk dan lebih dari 80% AKG dianggap baik.

D. Status Ekonomi

1. Pengertian Status Ekonomi

Status ekonomi seseorang dapat dilihat sebagai kondisi atau status yang dikendalikan secara sosial yang menempatkannya pada posisi tertentu dalam hierarki sosial. Pemegang status harus memenuhi sejumlah hak dan tanggung jawab yang menyertai pemberian posisi ini, termasuk pekerjaan dan pendapatan. Memenuhi kebutuhan keluarga, mencapai tingkat kehidupan yang makmur, dan mencapai kesehatan yang optimal semuanya dipengaruhi secara signifikan oleh status ekonomi orang tua (Safrida, 2017).

Keadaan kapasitas keuangan keluarga untuk memenuhi tuntutan material mereka juga dapat disebut sebagai status ekonomi mereka. Situasi keuangan keluarga itu sendiri mencerminkan perbedaan dalam kapasitas keuangan untuk memenuhi persyaratan lain, seperti akses ke sumber daya pendidikan. Akibatnya, status ekonomi dapat dilihat sebagai indikator kapasitas keluarga untuk memenuhi kewajiban keuangan lainnya (Hamamy, 2021).

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Ekonomi

Menurut Indarwati faktor-faktor yang mempengaruhi status ekonomi adalah (Indarwati, 2015) :

a. Pekerjaan

Karena semua keinginan dapat terpenuhi melalui pekerjaan, maka pekerjaan akan menentukan posisi sosial ekonomi. Upaya manusia untuk memperoleh pemenuhan dalam bentuk jasa serta barang akan memenuhi kebutuhan dasarnya, dan pekerjaan juga memiliki nilai ekonomi. Pekerjaan seseorang akan berdampak pada situasi keuangannya karena pekerjaan sangat penting bagi setiap orang karena dapat memenuhi kebutuhan jasmani dan keinginan dasarnya.

b. Pendidikan

Kehidupan manusia sangat dipengaruhi oleh pendidikan, yang dapat bermanfaat pada setiap tahap kehidupan. Diharapkan bahwa pendidikan akan memungkinkan seseorang untuk menjadi lebih reseptif terhadap

informasi, sumber daya, dan teknologi baru. Tingkat pendidikan orang tua meningkat dari D3-S1 hingga lulus SMA, SMP, dan SD. Status gizi dan tingkat pendidikan saling terkait, menunjukkan bahwa pendapatan lebih banyak dapat diperoleh melalui tingkat pendidikan yang lebih tinggi, yang kemudian dapat digunakan untuk membeli makanan guna memenuhi kebutuhan gizi keluarga.

c. Pendapatan

Pendapatan merupakan jumlah pendapatan, penghasilan, dan manfaat lain yang diperoleh seseorang atas kerja kerasnya. Pendapatan akan memengaruhi pola pikir dan perilaku seseorang, serta kemampuan memanfaatkan sumber daya dan fasilitas yang tersedia untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Terdapat hubungan antara status gizi dan pendapatan. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa baik kuantitas maupun kualitas makanan yang dikonsumsi dipengaruhi oleh tingkat pendapatan seseorang.

3. Tolak Ukur Status Ekonomi

Berikut ini penjelasan tentang tolok ukur status ekonomi (Kartini dkk, 2020) :

1. Jumlah kekayaan

Kedudukan seseorang di masyarakat meningkat seiring dengan jumlah uang yang dimilikinya.

2. Ukuran kekuasaan

Kedudukan ekonomi seseorang meningkat seiring dengan tingkat kekuasaan sosial yang dimilikinya.

3. Ukuran kehormatan

Orang yang dihormati masyarakat akan memiliki kedudukan yang lebih tinggi dibandingkan orang lain.

4. Ukuran pengetahuan

Orang yang memiliki banyak pengetahuan dan penghargaan masyarakat akan lebih sejahtera.

E. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi seseorang ditentukan oleh rasio zat gizi dari makanan dengan zat gizi yang dibutuhkan oleh metabolisme tubuh. Kebutuhan gizi setiap orang berbeda-beda berdasarkan sejumlah faktor, termasuk berat badan, usia, jenis kelamin, dan tingkat aktivitas fisik harian (Sutanto, 2022).

2. Penilaian Status Gizi

Salah satu metode untuk mengevaluasi status gizi secara langsung adalah dengan (Thamaria, 2016) :

a. Antropometri

Pengukuran tubuh manusia secara keseluruhan disebut antropometri. Dalam konteks gizi, antropometri gizi mengacu pada serangkaian pengukuran komposisi dan dimensi tubuh pada berbagai usia dan tingkat gizi. Pengukuran antropometri seperti tinggi badan, berat badan, lingkar dada, lingkar kepala, dan lingkar lengan atas digunakan untuk mengevaluasi status gizi.

Berat badan dan tinggi badan merupakan variabel penting dalam menentukan status gizi. Indeks Massa Tubuh (IMT) juga digunakan untuk mengevaluasi kekurangan gizi atau kelebihan gizi pada orang dewasa berusia 18 tahun ke atas.

Ini adalah klasifikasi Indeks Massa Tubuh yang telah direvisi berdasarkan temuan penelitian dan pengalaman klinis di sejumlah negara berkembang (Permenkes RI, 2014).

a. 17,0-<18,5: Kurus

b. 18,5-25,0: Normal

c. >25,0-27,0: Gemuk

d. >27,0: Obesitas

b. Klinis

Perubahan yang terkait dengan kekurangan gizi menjadi dasar pendekatan klinis. Mata, kulit, mukosa, rambut serta mulut adalah contoh jaringan epitel yang menunjukkan perubahan ini, seperti halnya organ

yang dekat dengan permukaan tubuh, termasuk kelenjar tiroid. Penilaian klinis cepat dilakukan menggunakan teknik ini untuk mengidentifikasi kekurangan vitamin. Penerapannya memerlukan riwayat medis dan pemeriksaan fisik, termasuk tanda dan gejala.

c. Biokimia

Berbagai jenis jaringan tubuh digunakan untuk memeriksa spesimen yang dianalisis di laboratorium. Darah, urin, dan sejumlah jaringan tubuh lainnya, termasuk otot dan hati, semuanya dapat digunakan. Tes ini digunakan sebagai penanda kemungkinan malnutrisi yang lebih serius.

d. Biofisik

Biofisika meneliti kapasitas fungsional, terutama perubahan jaringan dan struktur, sebagai sarana untuk menentukan status gizi. Pendekatan ini biasanya digunakan dalam keadaan yang unik, seperti selama wabah rabun senja. Tes adaptasi gelap digunakan untuk melakukan prosedur pemeriksaan.

Metode berikut dapat digunakan untuk menilai status gizi secara tidak langsung :

a. Survei konsumsi makanan

Survei konsumsi makanan merupakan metode tidak langsung untuk mengevaluasi status gizi dengan mempertimbangkan jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi. Data tentang konsumsi makanan dapat dikumpulkan untuk memberikan gambaran umum tentang asupan zat gizi di rumah, masyarakat, dan individu. Metode mengingat kembali 24 jam, penimbangan makanan, riwayat diet, frekuensi makanan, dan catatan makanan yang diperkirakan (pencatatan makanan dengan memperkirakan) merupakan beberapa teknik yang digunakan. Pendekatan penarikan kembali 24 jam adalah salah satu yang sering digunakan.

b. Statistik vital

Data statistik kesehatan, seperti angka kematian berdasarkan usia, angka kesakitan dan kematian akibat penyakit, atau data terkait gizi lainnya, dianalisis untuk menentukan statistik vital. Penggunaannya

dianggap sebagai komponen indikator tidak langsung yang menilai status gizi masyarakat.

c. Faktor ekologi

Dalam konteks gizi, ekologi merujuk pada aspek lingkungan manusia yang mendukung perkembangan manusia yang sehat dan berdampak pada status gizi seseorang. Sejumlah faktor fisik, biologis, dan budaya berinteraksi untuk menyebabkan kekurangan gizi, yang merupakan masalah ekologi. Sejumlah faktor ekologi, termasuk tanah, irigasi, iklim, dan lainnya, memiliki pengaruh besar pada ketersediaan pangan.

F. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi

Gizi dipengaruhi secara langsung maupun tidak langsung oleh asupan makanan dan pengetahuan. Gizi baik, gizi lebih, dan gizi kurang adalah tiga jenis status gizi mencerminkan cara tubuh memecah, menyerap zat gizi, dan mencerna makanan (Wulandari, 2021).

Kebiasaan makan, khususnya yang berkaitan dengan pola makan seimbang yang tidak sejalan dengan pola hidup sehat untuk berbagai kelompok usia, diduga menjadi penyebab berbagai masalah gizi di masyarakat. Untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan membimbing seseorang dalam memilih pangan yang bermutu, bervariasi, dan sesuai dengan pengertian gizi, pendidikan gizi sangat penting (Nani, 2023).

Ketika tubuh menyerap zat gizi dengan baik, maka tubuh mencapai status gizi yang baik atau optimal. Kemampuan mengingat kembali nilai gizi pangan dan fungsi zat gizi dalam tubuh dikenal sebagai pengetahuan gizi. Pola konsumsi seseorang dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan gizinya; semakin tinggi pengetahuannya, maka akan semakin memahami pentingnya mengonsumsi makanan yang sehat untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Tetapi, jika seseorang tidak memahami gizi, upaya untuk menjaga keseimbangan antara jumlah makanan yang dicerna dan yang dibutuhkan akan berkurang dan mengarah pada masalah gizi berlebih atau kekurangan gizi (Rahma, 2023).

G. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi

Status gizi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kebiasaan makan sehari-hari, aktivitas fisik, dan durasi tidur. Kebiasaan makan seseorang dapat dicirikan oleh frekuensi, kuantitas, dan jenis makanan yang dikonsumsi dari waktu ke waktu. Bergantung pada kelompok usia dan kebutuhan fisik, pola makan yang sehat harus terdiri dari tiga kali makan sehari, makanan pokok, lauk (protein nabati atau hewani), buah-buahan, sayur-sayuran, dan air yang cukup (Mufidah, 2021).

Perubahan gaya hidup merupakan akar penyebab masalah gizi. Pola makan yang buruk dalam jangka panjang seperti sering ngemil, mengonsumsi makanan cepat saji, makan tidak teratur, dan melewatkan sarapan merupakan penyebab langsung masalah gizi (Prisylvia, 2021).

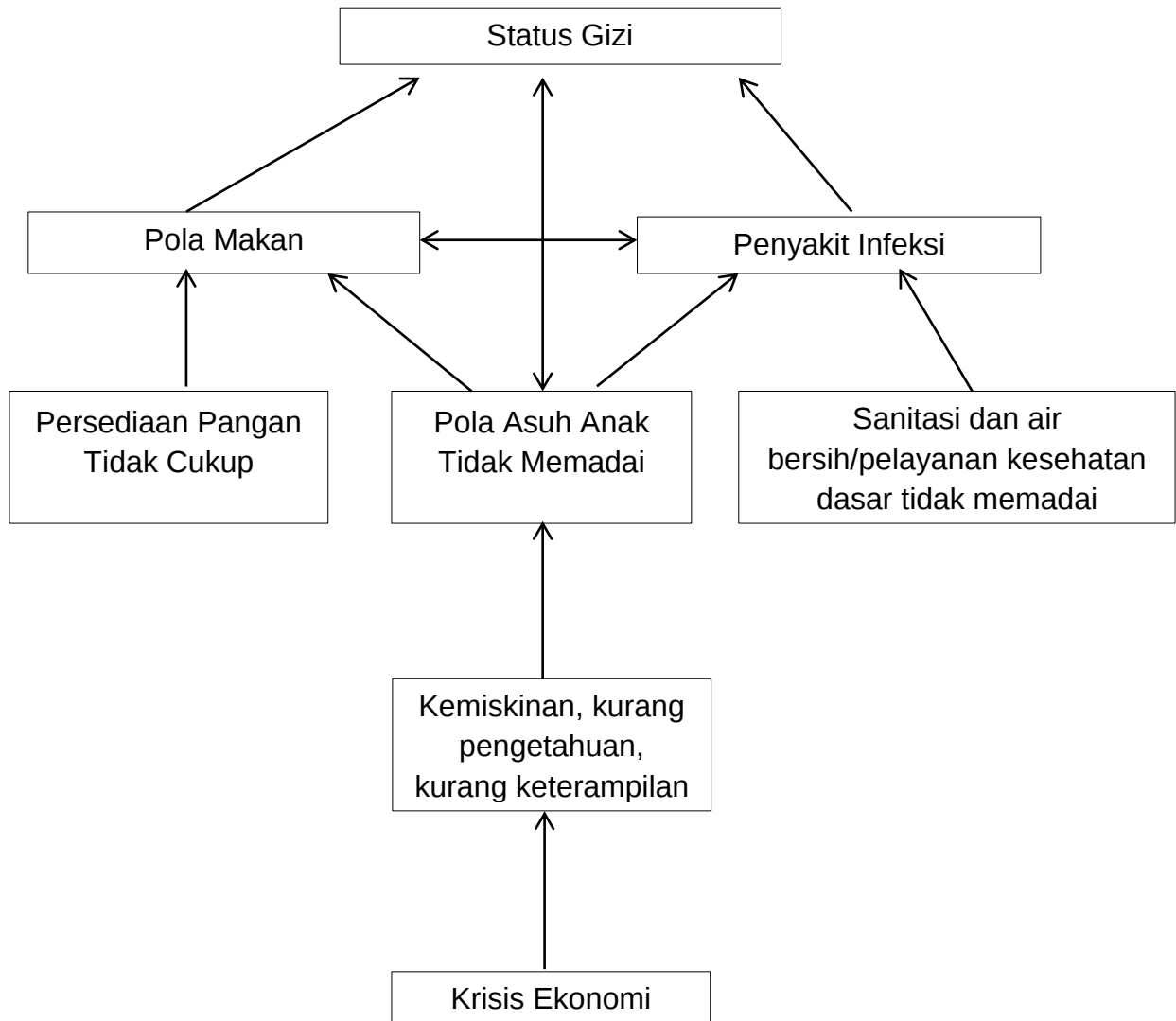
H. Hubungan Status Ekonomi dengan Status Gizi

Banyak remaja yang tidak menyeimbangkan asupan dan pengeluaran energi mereka, yang dapat mengakibatkan masalah gizi termasuk penambahan berat badan atau, jika pengeluaran energi berlebihan, kekurangan gizi. Salah satu hal yang memengaruhi kesehatan seseorang adalah tingkat sosial ekonomi mereka. Pekerjaan, pendapatan, dan pendidikan merupakan faktor ekonomi yang secara tidak langsung berkontribusi terhadap masalah gizi. (Chandra, 2023).

Kurangnya konsumsi makanan kaya nutrisi dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Akibatnya, anak menjadi kurang mampu berkonsentrasi. Orang tua juga mengabaikan anak-anaknya karena mereka selalu mencari cara untuk mendapatkan lebih banyak uang. Anak-anak juga kehilangan minat dalam beraktivitas, yang memengaruhi status gizi mereka. Bagi anak-anak dengan orang tua kaya, fasilitas dan alternatif transportasi masih dapat ditawarkan, tetapi tentu akan sulit untuk menyediakannya bagi anak-anak dengan orang tua yang kurang mampu (Wicaksono, 2021).

I. Kerangka Teori

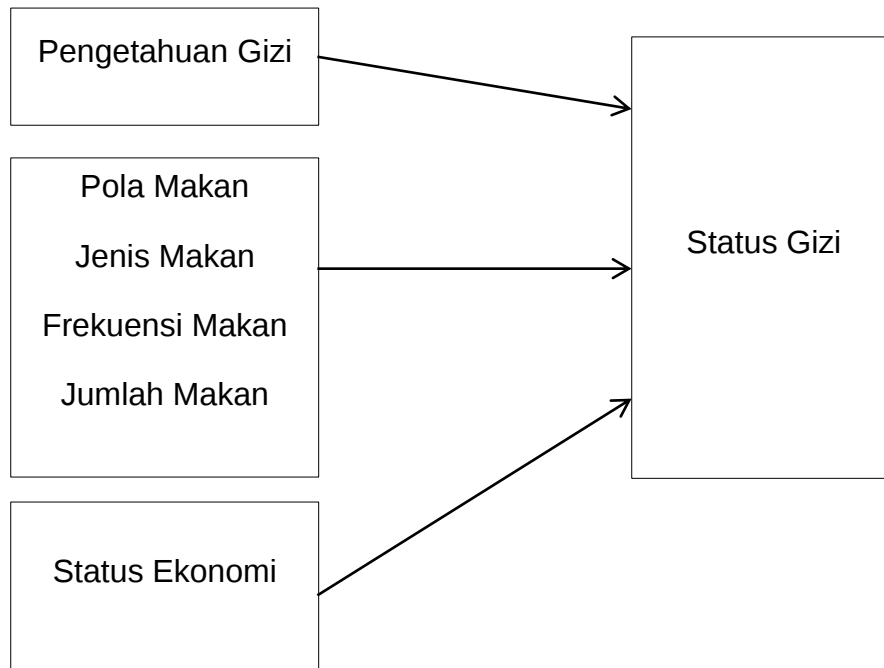
Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Status Ekonomi Dengan Status Gizi Mahasiswa Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi.



Gambar 1 Kerangka Teori (UNICEF, 1998)

J. Kerangka Konsep

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi, pola makan, dan status ekonomi, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi.



Gambar 2 Kerangka Konsep

K. Defenisi Operasional

Tabel 1 Defenisi Operasional

No	Variabel	Defenisi Operasional	Skala Pengukuran
1	Pengetahuan Gizi	Kuesioner yang berisi 40 pertanyaan digunakan untuk mengukur pengetahuan responden tentang gizi, sumber dan manfaatnya, serta konsep gizi seimbang. Setiap jawaban yang benar diberi skor satu, dan setiap jawaban yang salah diberi skor nol. Setelah itu, skor dijumlahkan dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu : 1. Tidak baik : ($x < 20$) 2. Baik : ($x \geq 20$)	Ordinal
2.	Pola Makan	Serangkaian perilaku yang berkaitan dengan makan, khususnya yang bergantung pada jenis, jumlah, dan frekuensi makan. a. Jenis makanan mengacu pada jenis makanan yang dikonsumsi. Dengan kategori (Afrilia & Festilia, 2018) : 1. Tidak baik: kurang dari empat jenis (buah, sayur, lauk hewani, dan makanan pokok). 2. Baik: $\geq$ empat jenis (buah, sayur, lauk hewani, dan makanan pokok) b. Frekuensi makan adalah berapa kali makan setiap hari 1. Tidak baik : < 3 kali sehari konsumsi makanan utama 2. Baik : ≥ 3 kali sehari konsumsi	Ordinal

		makanan utama c. Jumlah makanan adalah jumlah porsi yang dimakan setiap orang 1. Tidak baik : $< 80\%$ dari AKG Energi 2. Baik : $\geq 80\%$ dari AKG Energi Kategori: 1. Baik: Jumlah, jenis, dan keteraturan semuanya baik. 2. Tidak baik: Salah satunya tidak baik dalam hal kuantitas, jenis, atau frekuensi.	
3.	Status Ekonomi	Jumlah uang yang diterima responden setiap bulan dari orang tua, saudara kandung, beasiswa, dan pekerjaan untuk menutupi biaya makan mereka. Ada tiga kategori status ekonomi : 1. Rendah : $(x \leq 812.500)$ 2. Sedang : $(812.500 < x \leq 1.937.500)$ 3. Tinggi : $(x > 1.937.500)$	Ordinal
4.	Status Gizi	Indeks Massa Tubuh (IMT), yang dihitung dengan membagi tinggi badan dalam meter persegi (m^2) dengan berat badan dalam kilogram (kg), digunakan untuk mengukur kesehatan responden. Menurut Indeks Massa Tubuh (IMT), status gizi adalah (Permenkes RI, 2014) : a. Kurus : $17,0 < 18,5$ b. Normal : $18,5 - 25,0$ c. Gemuk : $> 25,0 - 27,0$ d. Obesitas : $> 27,0$	Ordinal

L. Hipotesis

Ha1 : Ada hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi

Ha2 : Ada hubungan pola makan dengan status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi

Ha3 : Ada hubungan status ekonomi dengan status gizi mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Departemen Gizi Poltekkes Medan merupakan lokasi penelitian ini di Jl. Simpang Tanjung Garbus, Kecamatan Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 15-22 Mei 2024 dan survei pendahuluan dilaksanakan pada tanggal 19 Februari 2024.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pola makan, dan status ekonomi dengan status gizi mahasiswa Departemen Gizi Poltekkes Medan, maka penelitian ini menggunakan desain penelitian cross-sectional dengan pendekatan observasional.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sebanyak 120 mahasiswa D3 Gizi tingkat 1 semester 2 tahun 2024 di Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan menjadi populasi penelitian.

2. Sampel

Populasi yang diteliti termasuk sampel. Seluruh populasi dijadikan sampel dengan menggunakan teknik pengambilan sampel. Sebanyak 120 mahasiswa D3 Gizi tingkat 1 semester 2 tahun 2024 di Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan menjadi sampel.

Kriteria Inklusi untuk Mahasiswa :

- a. Bersedia menjadi sampel penelitian
- b. Menandatangani surat persetujuan menjadi responden

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

a. Data Primer

1. Karakteristik sampel

Nama, usia, kelas serta tanggal lahir merupakan contoh data identitas. Mengisi formulir data merupakan salah satu cara untuk memperoleh data identitas sampel.

2. Data pengetahuan gizi

Kuesioner dengan 40 item pertanyaan digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang pengetahuan gizi.

3. Data pola makan

Pendekatan FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) digunakan dalam wawancara dalam pengumpulan data tentang pola makan. Pendekatan *Food Frequency Questionnaire* terdiri dari langkah-langkah berikut:

- 1) Berikan pengantar singkat, jelaskan tujuannya, dan tanyakan tentang kesediaan responden untuk berpartisipasi.
- 2) Mulailah wawancara dengan menanyakan tentang bahan dan frekuensi konsumsi setiap kategori makanan dalam FFQ.
- 3) Responden ditanya seberapa sering mereka mengonsumsi makanan tersebut di bagian frekuensi.

4. Data status ekonomi

Status ekonomi menggambarkan keadaan seseorang atau masyarakat dari sudut pandang ekonomi, termasuk faktor-faktor seperti pendapatan, pekerjaan, dan tingkat pendidikan. Siswa perempuan diberi kuesioner untuk diisi guna mengumpulkan data.

5. Data status gizi

Pengukuran antropometri, termasuk tinggi badan, berat badan, dan penghitungan indeks massa tubuh, digunakan untuk mengumpulkan data status gizi.

1) Prosedur pengukuran berat badan :

Timbangan badan terkomputerisasi digunakan untuk menentukan berat badan. Alat ini memiliki kapasitas 150 kilogram dan akurasi 0,1 kg.

- a. Pada permukaan yang datar timbangan harus diletakkan.

- b. Pastikan timbangan berada pada posisi nol sebelum mulai menimbang.
- c. Sampel diposisikan di tengah timbangan; pastikan Anda berdiri dengan kepala, badan, dan mata lurus ke depan.
- d. Catat hasil pembacaan timbangan dan catat.



Gambar 3 Alat Pengukur Berat Badan (Timbangan Digital)

2) Prosedur pengukuran tinggi badan :

Stadiometer, alat untuk mengukur tinggi badan, digunakan untuk mengukur tinggi badan. Biasanya, stadiometer terdiri dari batang horizontal atau papan geser yang dapat disesuaikan agar berada di atas kepala dan penggaris vertikal. Pengukuran memiliki akurasi 0,1 cm dan berkisar antara 20 hingga 200 cm. Informasi ini dikumpulkan melalui stadiometer.

- a. Informasi ini dikumpulkan melalui stadiometer.
- b. Stadiometer harus diletakkan di dinding.
- c. Ikat rambut dan sepatu dilepas dari sampel untuk diukur.
- d. Sampel berdiri tegak selama pengukuran, dengan pinggul dan bahu diikat ke besi stadiometer, kaki rapat, dan kepala mengarah langsung ke depan. Kedua lengan diletakkan dengan longgar di samping tubuh.
- e. Jatuhkan pembacaan dari tiang pengukur di atas kepala.
- f. Catat pembacaan stadiometer setelah mengambilnya.



Gambar 4 Alat Pengukur Tinggi Badan (Stadiometer)

3) Indikator IMT

Data Indikator BMI Data status gizi dihitung menggunakan kriteria evaluasi berbasis Indeks Massa Tubuh (IMT).

b. Data sekunder

Data sekunder dibuat menggunakan informasi yang dikumpulkan dari gambaran umum populasi penelitian dan gambaran umum lokasi penelitian.

E. Tenaga Pengumpulan Data

Peneliti mengumpulkan data dengan bantuan lima orang enumerator, yaitu dua mahasiswa gizi kelas ahli dan tiga mahasiswa D3 gizi tahun akhir semester 7. Para enumerator mengumpulkan informasi tentang pengetahuan gizi, status ekonomi, dan pola makan menggunakan FFQ, berat badan digunakan timbangan digital, dan stadiometer untuk tinggi badan.

F. Pengolahan dan Analisi Data

1. Pengolahan Data

a. Pengetahuan Gizi

Sebanyak 40 pertanyaan kuesioner diisi untuk mengumpulkan data pengetahuan; setiap jawaban yang benar mendapat skor 1, dan setiap jawaban yang salah mendapat skor 0.

- a) Nilai tertinggi x jumlah pertanyaan sama dengan skor tertinggi

$$\text{Skor tertinggi} = 1 \times 40 = 40$$

- b) Nilai terendah dikalikan jumlah pertanyaan sama dengan skor terendah

$$\text{Skor terendah} = 0 \times 40 = 0$$

$$\text{Range} = 40 - 0 = 40$$

$$\text{Mean} = 40 + 0 / 2 = 20$$

Selanjutnya dikategorikan berdasarkan standar deviasi yaitu :

- 1) Kurang baik = $(x < \text{mean})$

$$\text{Kurang baik} = (x < 20)$$

- 2) Baik = $(x \geq \text{mean})$

$$\text{Baik} = (x \geq 20)$$

b. Pola Makan

- 1) Data jenis makan

Data jenis makan dikumpulkan menggunakan metode Food Frequency Questionnaire dan dientry kedalam komputer

- 2) Data frekuensi makan

Data frekuensi makan dikumpulkan menggunakan metode Food Frequency Questionnaire dan dientry kedalam komputer.

- 3) Data jumlah makan

Data jumlah makan dikumpulkan menggunakan metode Food Frequency Questionnaire dan dientry kedalam komputer.

c. Status Ekonomi

Kuesioner tentang pendapatan nominal rata-rata bulanan untuk pengeluaran konsumsi digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang status ekonomi. Setelah dikumpulkan, data tentang status ekonomi dikategorikan.

Tiga kelompok klasifikasi status ekonomi adalah sebagai berikut (Sihite Frans, 2020):

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$\text{Range} = 2.500.000 - 250.000 = 2.250.000$$

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (X_{\max} - X_{\min})$$

$$\text{Mean} = 2.500.000 + 250.000 / 2 = 1.375.000$$

$$\text{SD} = 1/6 (X_{\max} - X_{\min})$$

$$\text{SD} = 2.250.000 / 6 = 375.000$$

$$1) \text{ Rendah} = (x < \text{mean} - 1,5\text{SD})$$

$$\text{Rendah} = (x < 1.375.000 - 1,5 \times 375.000)$$

$$\text{Rendah} = (x < 812.500)$$

$$2) \text{ Sedang} = (\text{mean} - 1,5\text{SD} < x \leq \text{mean} + 1,5\text{SD})$$

$$\text{Sedang} = (1.375.000 - 1,5 \times 375.000 < x \leq 1.375.000 + 1,5 \times 375.000)$$

$$\text{Sedang} = (812.500 < x \leq 1.937.500)$$

$$3) \text{ Tinggi} = (x > \text{mean} + 1,5\text{SD})$$

$$\text{Tinggi} = (x > 1.375.000 + 1,5 \times 375.000)$$

$$\text{Tinggi} = (x > 1.937.500)$$

d. Status Gizi

Pengukuran antropometri tinggi dan berat badan dilakukan untuk mendapatkan data mengenai status gizi. Berat badan diukur dengan timbangan digital, sedangkan tinggi badan diukur dengan stadiometer. Data tinggi dan berat badan kemudian ditambahkan ke algoritma Indeks Massa Tubuh (IMT).

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)}^2}$$

Dari hasil perhitungan tersebut, maka status gizi dapat dikategorikan menjadi :

- 1) 17,0-<18,5: Kurus
- 2) 18,5-25,0: Normal
- 3) >25,0-27,0: Gemuk
- 4) >27,0: Obesitas

Obesitas dan lemak akan digabungkan menjadi satu kategori yang disebut lemak. Hanya tiga klasifikasi status gizi normal, kurang, dan lemak yang digunakan untuk menganalisis data. Frekuensi pengamatan atau jumlah aktual (F₀) di setiap sel tabel tidak boleh sama dengan nol agar uji Chi Square valid. Ketika uji Chi Square digunakan dalam penelitian ini, kategori lemak mendapat skor lebih tinggi daripada kategori obesitas. Untuk menghilangkan sel apa pun dalam tabel dengan nilai 0, kategori lemak dan obesitas digabungkan menjadi satu kategori.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Dalam penelitian ini, analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi untuk memastikan sifat-sifat setiap variabel penelitian. Status ekonomi, pola makan, status gizi, dan pengetahuan gizi merupakan variabel yang diteliti.

b. Analisis Bivariat

Tujuan analisis bivariat adalah untuk memastikan bagaimana faktor-faktor independen seperti pola makan, pengetahuan gizi, dan kedudukan ekonomi berhubungan dengan variabel dependen, status gizi. Uji statistik yang disebut chi-square digunakan untuk mengevaluasi hubungan antara dua variabel dan menentukan seberapa kuat hubungan tersebut. Karena tingkat signifikansi p digunakan untuk analisis chi-square, H_a diterima.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi

Kementerian Kesehatan, Pemerintah Daerah, TNI/POLRI, dan pihak swasta pada awalnya mengelola sejumlah besar sarana Akademi Kesehatan di Provinsi Sumatera Utara. Secara khusus, Kementerian Kesehatan mengelola sembilan (9) lembaga pendidikan, yaitu:

1. Akademi Gizi di Lubuk Pakam
2. Akademi Keperawatan di Medan
3. Akademi Kebidanan di Medan
4. Akademi Kesehatan Lingkungan di Kabanjahe
5. Akademi Kebidanan di Padang Sidempuan
6. Akademi Farmasi di Medan
7. Akademi Kebidanan di Pematang Siantar
8. Akademi Analis Kesehatan di Medan
9. Akademi Kesehatan Gigi di Medan

Didirikan pada tahun 1982 dengan nama Sekolah Asisten Gizi (SPAG), Akademi Gizi berganti nama menjadi Akademi Gizi D-III pada tahun 1992. Akademi ini berubah nama menjadi Akademi Gizi pada tahun 1999 setelah berganti nama menjadi Pendidikan Asisten Gizi (PAM) pada tahun 1996. PP NO. 60 Tahun 1999 yang kemudian diterbitkan sebagai Keputusan Menteri Kesehatan menjadi landasan berdirinya Politeknik Kesehatan.

Politeknik Kesehatan didirikan berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan No. 298/SK/Menkes/2001 yang merupakan perwujudan kebijakan pemerintah untuk meningkatkan efektivitas pemanfaatan sumber daya dan sumber pembiayaan yang ada dengan tujuan untuk mencapai efisiensi.

Setelah Akademi Kesehatan bergabung dengan Poltekkes, kebijakan dan prosedur Akademi Kesehatan diubah agar sesuai dengan struktur organisasi Poltekkes. Keputusan Menteri Kesehatan No. 298 Tahun 2001

menjadi acuan pertama tata kerja Poltekkes, yang kemudian disempurnakan dengan Keputusan Menteri Kesehatan No. OT.01.01.2.4.0375 Tahun 2003. Pada tahun mendatang, struktur organisasi Politeknik Kesehatan Medan akan mengacu pada Peraturan Menteri Kesehatan No. 890/Menkes/Per/VIII/2007 tanggal 2 Agustus 2007.

2. Gambaran Karakteristik Responden

a. Tingkat Kelas

Frekuensi yang diperoleh berdasarkan tingkat kelas berdasarkan temuan penelitian adalah:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kelas

Tingkat kelas	n	%
II A	40	33.3
II B	43	35.8
II C	37	30.8
Total	120	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebanyak 40 orang (33.3%) mahasiswa di kelas II A, 43 orang (35.8%) mahasiswa di kelas II B, dan 37 orang (30.8%) mahasiswa di kelas II C.

b. Usia Responden

Responden tertua berusia dua puluh satu tahun, dan yang termuda berusia tujuh belas tahun. Berikut ini adalah kelompok usia responden:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden

Kategori Usia (Tahun)	n	%
17 Tahun	2	1.7
18 Tahun	37	30.8
19 Tahun	66	55
20 Tahun	14	11.7
21 Tahun	1	8
Total	120	100

Tabel 3 diatas memberikan hasil sebanyak 66 orang (55%) mahasiswi berumur 19 tahun, 37 orang (30.8%) mahasiswi berumur 18 tahun, 14 orang (11.7%) mahasiswi berumur 20 tahun, 1 orang (8%) mahasiswi berumur 21 tahun dan 2 orang (1.7%) mahasiswi berumur 17 tahun.

c. Tempat Tinggal

Menurut hasil penelitian, ditemukan frekuensi berikut tergantung pada tempat tinggal:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tempat Tinggal

Tempat Tinggal	n	%
Kost	93	77.5
Tidak Kost	27	22.5
Total	120	100

Tabel 4 diatas memberikan hasil sebanyak 93 orang (77.5%) mahasiswi tinggal di kost, 27 orang (22.5%) mahasiswi tinggal di rumah orang tua.

3. Hasil Penelitian

a. Pengetahuan Gizi

Menurut hasil penelitian, ditemukan frekuensi berikut tergantung pada pengetahuan gizi:

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Gizi

Kategori Pengetahuan	n	%
Baik	104	86.7
Kurang baik	16	13.3
Total	120	100

Tabel 5 diatas memberikan hasil mahasiswi yang memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 104 orang (86.7%), pengetahuan yang kurang baik yaitu 16 orang (13.3%).

b. Jenis Makan

Bersumber hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi berdasarkan tingkat jenis makan, yaitu :

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Makan

Kategori Jenis Makan	n	%
Baik	116	96.7
Tidak Baik	4	3.3
Total	120	100

Hasil mahasiswi yang makan dengan baik (116, atau 96,7%) dan mereka yang makan dengan buruk (empat, atau 3,3%), ditampilkan dalam tabel 6 di atas.

c. Frekuensi Makan

Bersumber hasil penelitian didapatkan bahwa berdasarkan tingkat frekuensi makan, yaitu :

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Frekuensi Makan

Kategori Frekuensi Makan	n	%
Baik	58	48.3
Tidak Baik	62	51.7
Total	120	100

Tabel 7 diatas memberikan hasil mahasiswi yang memiliki frekuensi makan tidak baik yaitu sebanyak 62 orang (51.7%) dan mahasiswi yang memiliki frekuensi makan baik sebanyak 58 orang (48.3%).

d. Jumlah Makan

Bersumber hasil penelitian didapatkan bahwa berdasarkan tingkat jumlah makan, yaitu :

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jumlah Makan

Kategori Jumlah Makan	n	%
Baik	103	85.8
Tidak Baik	17	14.2
Total	120	100

Hasil dari mahasiswi yang makan dengan baik, khususnya 103 orang (84,8%), dan mereka yang makan dengan buruk, khususnya 17 orang (14,2%), ditampilkan dalam tabel 8 di atas.

e. Pola Makan

Bersumber hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi berdasarkan tingkat pola makan, yaitu :

Tabel 9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan

Kategori Pola Makan	n	%
Baik	49	40.8
Tidak Baik	71	59.2
Total	120	100

Hasil penelitian siswa perempuan dengan kebiasaan makan buruk sebanyak 71 orang (59,2%), dan yang memiliki kebiasaan makan baik sebanyak 49 orang (40,8%), ditampilkan pada Tabel 9 di atas.

f. Status Ekonomi

Bersumber hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi berdasarkan tingkat status ekonomi, yaitu :

Tabel 10 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Ekonomi

Kategori Status Ekonomi	n	%
Tinggi	14	11.7
Sedang	52	43.3
Rendah	54	45.0
Total	120	100

Tabel 10 diatas memberikan hasil mahasiswi yang memiliki status ekonomi rendah yaitu sebanyak 54 orang (45.0%), status ekonomi sedang sebanyak 52 orang (43.3%) dan status ekonomi tinggi sebanyak 14 orang (11.7%).

g. Status Gizi

Bersumber hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi berdasarkan tingkat status gizi, yaitu :

Tabel 11 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi

Kategori Status Gizi	n	%
Normal	59	49.2
Kurus	33	27.5
Gemuk	14	11.7
Obesitas	14	11.7
Total	120	100

Berdasarkan Tabel 11 di atas, mahasiswi yang berstatus gizi normal sebanyak 59 orang (49,2%), berstatus gizi kurus sebanyak 33 orang (27,5%), dan berstatus gizi gemuk atau obesitas sebanyak 14 orang (11,7%).

4. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi

Status gizi mahasiswa Poltekkes Medan dihubungkan dengan pemahaman gizi mahasiswa dalam penelitian ini. Tabel 12 menyajikan hasil analisis bivariat hubungan antara status gizi mahasiswa dengan pengetahuan di Poltekkes Medan.

Tabel 12 Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Gizi Di Kemenkes Poltekkes Medan

Pengetahuan Gizi	Normal		Kategori Status Gizi				Total		P Value
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Baik	54	45	26	21.5	24	20	104	86.7	0.223
Kurang baik	5	4.2	7	5.8	4	3.3	16	13.3	
Total	59	49.2	33	27.5	28	23.3	120	100	

Tabel 12 menunjukkan bahwa dari 120 sampel, 54 (45%) mahasiswa berpengetahuan baik memiliki status gizi normal, 26 (21,5%) berstatus gizi kurus, dan 24 (20%) berstatus gizi gemuk. Sebanyak 5 orang (4,2%) berstatus gizi normal, 7 orang (5,8%) berstatus gizi kurus, dan 4 orang (3,3%) berstatus gizi gemuk pada mahasiswa berpengetahuan kurang.

Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan pengetahuan pada mahasiswa di Kemenkes Poltekkes Medan, berdasarkan uji statistik yang mendukung temuan ini ($p = 0,223 > 0,05$).

5. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi

Kesehatan gizi mahasiswa di Poltekkes Kemenkes Medan dihubungkan dengan pola makan peserta perempuan dalam penelitian ini. Tabel 13 menampilkan hasil analisis bivariat tentang hubungan antara status gizi dan pola makan mahasiswa gizi di Poltekkes Kemenkes Medan.

Tabel 13 Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Gizi Di Kemenkes Poltekkes Medan

Pola Makan	Normal		Kategori Status Gizi				Total		P Value
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Baik	32	26.7	9	7.5	8	6.7	49	40.8	0.013
Tidak baik	27	22.5	24	20	20	16.7	71	59.2	
Total	59	49.2	33	27.5	28	23.3	120	100	

Tabel 13 menunjukkan bahwa dari 120 sampel, 32 orang (26,7%) mahasiswa dengan pola makan sehat mempunyai status gizi normal, 9 orang (7,5%) mempunyai status gizi kurus, dan 8 orang (6,7%) mempunyai status gizi gemuk. Sebanyak 20 orang (16,7%) mempunyai status gizi gemuk, 20 orang (20%) mempunyai status gizi kurus dan 22,5% mempunyai status gizi normal pada mahasiswa yang mempunyai pola makan tidak sehat.

Terdapat korelasi antara pola makan dengan status gizi mahasiswa di Poltekkes Kemenkes Medan, berdasarkan uji statistik yang mendukung temuan ini ($p = 0,013 < 0,05$).

6. Hubungan Status Ekonomi Dengan Status Gizi

Dalam penelitian ini, status gizi mahasiswa di Poltekkes Kemenkes Medan dikorelasikan dengan tingkat ekonomi mereka. Tabel 14 menampilkan hasil penelitian bivariat tentang hubungan antara status gizi dan posisi ekonomi mahasiswa gizi di Poltekkes Kemenkes Medan.

Tabel 14 Hubungan Status Ekonomi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Gizi Di Kemenkes Poltekkes Medan

Status Ekonomi	Kategori Status Gizi								P Value
	Normal		Kurus		Gemuk		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Tinggi	7	5.8	3	2.5	4	3.3	14	11.7	0.025
Sedang	27	22.5	8	6.7	17	14.2	52	43.3	
Rendah	25	20.8	22	18.3	7	5.8	54	45	
Total	59	49.2	33	27.5	28	23.3	120	100	

Tabel 14 menunjukkan bahwa dari 120 sampel yang digunakan, sebanyak 7 orang (5,8%) mempunyai status gizi normal, 3 orang (2,5%) mempunyai status gizi kurus, dan 4 orang (3,3%) mempunyai status gizi gemuk, yang semuanya merupakan mahasiswa dengan status ekonomi tinggi. Terdapat 27 orang (22,5%) yang berstatus gizi normal, 8 orang (6,7%) berstatus gizi kurus, dan 17 orang (14,2%) berstatus gizi gemuk pada mahasiswa dengan status ekonomi sedang. Sebanyak 25 orang (20,8%) mahasiswa dengan status ekonomi rendah mempunyai status gizi normal, 22 orang (18,3%) berstatus gizi kurus, dan 7 orang (5,8%) berstatus gizi gemuk.

Hasil penelitian ini didukung oleh uji statistik yang menunjukkan bahwa $p = 0,025 < 0,05$, yang berarti bahwa pada mahasiswa Politeknik Kesehatan Medan terdapat hubungan antara status gizi dengan status ekonomi.

B. Pembahasan

1. Pengetahuan Gizi

Memahami gizi merupakan titik awal yang penting untuk mengetahui pola konsumsi makanan. Pandangan dan perilaku memilih makanan seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan gizi mereka, yang pada gilirannya memengaruhi status gizi mereka. Namun, pola makan mungkin tidak selalu berubah ketika siswa mempunyai tingkat kesadaran gizi yang tinggi. Beberapa siswa menyadari kebutuhan gizi tubuh, tetapi mereka tidak menggunakan informasi ini dalam kehidupan sehari-hari. Di sisi lain, beberapa siswa terus mengonsumsi makanan dalam jumlah yang biasa-biasa saja sementara mempunyai sedikit kesadaran gizi (Kintan, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian, dari 120 sampel mahasiswa Politeknik Kesehatan Medan sebanyak 104 orang atau 86,7% memiliki pemahaman gizi baik dan 16 orang atau 13,3% memiliki pengetahuan kurang.

2. Pola Makan

Karena tubuh membutuhkan semua zat gizi ini untuk menjaga sistem metabolisme, makanan dianggap sehat jika mengandung sumber energi, bahan pembangun, dan senyawa pengatur. Oleh karena itu, penting untuk menetapkan rutinitas harian untuk mengonsumsi makanan yang cukup, aman, seimbang, dan sehat. Kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan makan cepat saji dan ngemil, serta konsumsi lemak hewani yang tinggi merupakan penyebab umum status gizi siswa sebagai obesitas. Metabolisme lemak yang tidak optimal sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor ini, yang meningkatkan risiko obesitas. Oleh karena itu, untuk menjaga kesehatan tubuh, asupan lemak perlu diperhatikan dan dijaga seminimal mungkin (Charina, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian, dari 120 sampel mahasiswa Politeknik Medan, sebagian besar memiliki pola makan baik dan buruk, masing-masing sebanyak 49 orang (40,8%) dan 71 orang (50,2%) memiliki pola makan buruk.

3. Status Ekonomi

Agar semua kebutuhan terpenuhi sebaik mungkin, siswa harus mempraktikkan manajemen keuangan yang baik. Siswa berpenghasilan rendah biasanya memiliki lebih sedikit uang untuk dibelanjakan, terutama untuk makanan ringan yang bergizi. Untuk mempertahankan status gizi yang normal dan seimbang, sangat penting bagi siswa untuk memperhatikan kandungan gizi dari makanan yang mereka makan (Hasanah, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian, dari 120 sampel mahasiswa Politeknik Medan, sebanyak 14 orang (11,7%) memiliki status ekonomi tinggi, 52 orang (43,3%) memiliki status ekonomi sedang, dan 54 orang (45%) memiliki status ekonomi rendah.

4. Status Gizi

Istilah "status gizi" mengacu pada bagaimana tubuh menyerap, memecah, dan menggunakan zat gizi dari makanan. Gizi baik, gizi berlebih, dan gizi buruk adalah tiga kategori yang dibagi Almatier dalam status gizi. Pola konsumsi makanan sehari-hari tercermin dalam status gizi (Wulandari, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian, dari 120 sampel mahasiswa Politeknik Kesehatan Medan, sebagian besar berstatus gizi normal, yaitu kurus sebanyak 59 orang (47,2%), gemuk sebanyak 33 orang (27,5%), dan gemuk sebanyak 14 orang (11,7%).

5. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi

Hasil penelitian yang dianalisis menggunakan uji statistik chi-square menunjukkan tidak ada korelasi antara status gizi dan pengetahuan mahasiswi Politeknik Kesehatan Medan (nilai p 0,223 pada $\alpha = 0,05$).

Salah satu faktor signifikan yang memengaruhi perilaku seseorang adalah tingkat pengetahuannya. Dengan kata lain, pengetahuan berfungsi sebagai motivator awal yang membentuk perilaku pribadi. Oleh karena itu, diyakini bahwa seseorang dengan pengetahuan yang tinggi tentang pola makan seimbang juga akan memiliki status gizi yang baik. Ada sejumlah cara untuk mempelajari gizi, termasuk melalui konseling kesehatan, seminar kesehatan, pendidikan gizi di kampus, dan informasi daring. (Yessy, 2022).

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Charina, 2022) yang menemukan tidak ada hubungan antara status gizi dengan pengetahuan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Uji statistik antara status gizi dengan pengetahuan menggunakan chi square menghasilkan nilai p sebesar 0,595 ($p > 0,05$).

Tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan status gizi karena status gizi seseorang tidak secara langsung dipengaruhi oleh pengetahuan gizinya. Keadaan lingkungan, infeksi menular, dan konsumsi makanan merupakan beberapa elemen kunci yang mempengaruhinya. Hal ini menunjukkan bahwa memiliki banyak pengetahuan tidak selalu berarti memiliki banyak pendidikan. Bahkan seseorang dengan pendidikan rendah yang sering belajar tentang masalah kesehatan dapat memiliki pengetahuan yang tinggi (Nurhayati, 2023).

6. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi

Hasil penelitian yang dianalisis dengan uji statistik chi-square menunjukkan adanya korelasi antara pola makan dan status gizi pada mahasiswi Politeknik Kesehatan Medan ($p = 0,013$ pada $\alpha = 0,05$).

Berdasarkan pembahasan sebelumnya, dapat diketahui bahwa pola makan seseorang sangat berpengaruh terhadap status gizinya karena jenis dan kualitas makanan yang dikonsumsi sangat mempengaruhi jumlah zat gizi yang diterima oleh tubuh. Banyak orang yang sering mengonsumsi junk food, jarang mengonsumsi buah dan sayur, serta lebih suka makan di luar daripada menyiapkan makanan sendiri. Perilaku ini dapat mengakibatkan asupan zat gizi menjadi tidak seimbang sehingga meningkatkan risiko kelebihan atau kekurangan zat gizi (Vina, 2023).

Temuan penelitian ini juga menguatkan penelitian terdahulu oleh (Dwira, 2017) yang melaporkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi pada mahasiswa semester IV Program Studi Pendidikan Kebidanan Program Studi DIV Universitas Aisyiyah Yogyakarta ($p = 0,007 < 0,05$) berdasarkan hasil uji statistik dengan Kendall Tau antara pola makan dengan status gizi.

Berdasarkan konsumsi makanan dan kapasitas tubuh dalam menyerap zat gizi tersebut, seseorang dapat menentukan status gizi seseorang. Karena memiliki kekuatan untuk memengaruhi pola makan siswa, pengaruh lingkungan juga signifikan. Siswa biasanya memilih makanan yang rendah vitamin dan mineral tetapi kaya lemak dan natrium. Siswa lebih menyukai junk food dan makanan ringan padat kalori daripada makanan pokok seimbang yang sehat untuk digunakan sehari-hari. Kesehatan siswa dapat terganggu akibat perilaku ini karena dapat menyebabkan kebutuhan makanan yang tidak memadai (Kahah, 2020).

7. Hubungan Status Ekonomi Dengan Status Gizi

Hasil penelitian yang dianalisis dengan uji statistik chi-square menunjukkan tidak ada korelasi antara status gizi dan kondisi ekonomi mahasiswi Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan (nilai $p = 0,025$ pada $\alpha = 0,05$).

Untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi pola makan dan status gizi, diperlukan pemahaman tentang hubungan antara kondisi ekonomi dan status gizi mahasiswa. Jenis dan kualitas makanan yang dikonsumsi sering kali dipengaruhi oleh kondisi keuangan seseorang. Mahasiswa yang berpenghasilan rendah biasanya memilih makanan yang lebih murah tetapi kurang padat gizi, seperti makanan cepat saji dan makanan ringan berkalori tinggi tetapi rendah gizi. Di sisi lain, mahasiswa yang berpenghasilan tinggi mampu membeli makanan yang lebih bergizi termasuk buah-buahan, sayuran, dan sumber protein berkualitas tinggi, yang mendukung pemenuhan gizi sebaik mungkin (Azizah, 2022).

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Kurniawan, 2017) yang menemukan adanya hubungan antara status ekonomi dengan status gizi mahasiswa Universitas Brawijaya jurusan Manajemen Bisnis dan Teknologi Hasil Pertanian. Hubungan Spearman antara status gizi dengan status ekonomi menghasilkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) pada pengujian statistik.

Sesuai dari riset (Hasanah, 2024) menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung membeli makanan secara bebas jika kondisi keuangannya lebih tinggi sehingga dapat mengakibatkan konsumsi makanan yang berlebihan. Tingkat sosial ekonomi yang tinggi menyebabkan anak-anak makan lebih sering berdasarkan selera pribadi daripada nilai gizi. Mereka bebas menentukan pola makannya sendiri dan sering memilih makanan yang menggoda tanpa mempertimbangkan keseimbangan gizi. Pilihan makan yang tidak tepat pada akhirnya dapat berdampak buruk pada kesehatan gizi mereka.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebanyak 104 dari 120 mahasiswi (86.7%) memiliki pengetahuan dengan kategori baik.
2. Sebanyak 49 dari 120 mahasiswi (40.8%) memiliki pola makan dengan kategori baik.
3. Sebanyak 14 dari 120 mahasiswi (11.7%) memiliki status ekonomi dengan kategori tinggi.
4. Sebanyak 59 dari 120 mahasiswi (49.2%) memiliki status gizi dengan kategori normal.
5. Uji statistik menunjukkan tidak ada korelasi antara status gizi dan pengetahuan gizi ($p=0,223$; $p>0,05$).
6. Pola makan dan status gizi berhubungan, menurut hasil uji statistik ($p=0,013$; $p<0,05$).
7. Temuan uji statistik menunjukkan bahwa status gizi dan status ekonomi saling berhubungan ($p=0,025$; $p<0,05$).

B. Saran

1. Bagi mahasiswi agar aktif mencari materi terkait gizi guna meningkatkan pemahaman mereka terhadap mata kuliah tersebut. Mengingat keterbatasan finansial, mahasiswi juga perlu fokus pada pola makan yang sehat dan bergizi.
2. Diharapkan penelitian lebih lanjut akan dilakukan pada banyak faktor terkait hubungan antara status gizi, pola makan, dan status ekonomi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, D., & Festilia, S. (2018). Hubungan Pola Makan Dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Di Siswa Smp Al-Azhar Pontianak. Pontianak Nutrition Journal (Pnj), 1(1), 10.
- Azizah, C. N., & Amin, F. A. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa/ Universitas Muhammadiyah Aceh. Jurnal Kesehatan Saintika Meditory, 4(4657), 78–84.
- Bella, M. M., & Ratna, L. W. (2018). Perilaku Malas Belajar Mahasiswa Di Lingkungan Kampus Universitas Trunojoyo Madura Mei Mita Bella, Luluk Widya Ratna Universitas Trunojoyo Madura. 280–303.
- Blongkod, F. R., & Arpin. (2022). Analisis Pola Makan, Asupan Dan Status Gizi Mahasiswa Universitas Bina Mandiri Gorontalo Pada Masa Pandemi. 14(2).
- Chandra, F. (2023). Hubungan Sosial Ekonomi Terhadap Status Gizi Remaja Putri Di Sma Negeri 11 Kota Jambi. 12(1), 188–193.
- Charina, M. S., Sagita, S., Koamesah, S. M. J., & Woda, R. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Cendana Medical Journal, April, 197–204.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. Jurnal Keperawatan, 12(1), 97.
- Djibran, M. R. (2018). 73 | Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo Wenny Hulukati. 3, 73–80.
- Dwira, D. H. (2017). Hubungan Pola Konsumsi Makanan Dengan Status Gizi Mahasiswa Semester Iv Jurusan Div Bidan Pendidik Di Universitas Aisyiyah Yogyakarta. 2–4.
- Hamamy, F. (2021). Hubungan Status Sosial Ekonomi Keluarga Terhadap Prestasi Akademik Siswa Di Sekolah. Didaktika Tauhidi: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar, 8(1), 55.
- Hasanah, N., & Harleli, S. S. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi , Status Ekonomi Dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Halu Oleo Tahun 2023. 4, 209–214.
- Hendrawan, A. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tenaga Kerja Pt'x' Tentang Undang-Undang Dan Peraturan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja. Jurnal Delima Harapan, 6(2), 69–81.
- Indarwati, E. S. (2015). Status Sosial Ekonomi Dan Intensitas Komunikasi Keluarga Pada Ibu Rumnah Tangga Di Panggung Kidul Semarang Utara Endang Sri Indrawati. Jurnal Psikologi Undip, 14(1), 52–57.
- Kanah, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. Medical Technology And Public Health Journal, 4(2), 203–211.
- Kartini;, E., & Nurul Hikman. (2020). Analisis Status Sosial Ekonomi Masyarakat Berdasarkan Tingkat Pendidikan Di Desa Jantur Selatan Kecamatanmuaramuntai Kabupaten Kutai Kartanegara. Cendekia

- (Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran) Ikip Pgri Kalimantan Timur, 4, 115–126.
- Khulafa'ur, L., & Agustin, L. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Kelas VII A Dan B Tentang Personal Hygiene. *Jurnal Kebidanan*, 7(1).
- Kintan Nawangsasi, B., Dewi Rahmawati, Y., Duvita Wahyani Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Asupan, A., Pengetahuan Gizi Dan Asupan Energi Terhadap Status Gizi, H., Duvita Wahyani, A., Studi Ilmu Gizi, P., & Kesehatan, F. (2023). The Relationship Of Nutritional Knowledge And Energy Intake To Nutritional Status Of Students Of Muhadi Setiabudi Brebes University. 1(1), 27–39.
- Kurniawan, M. Wahid Wahyu, & Widyaningsih, T. D. (2017). Hubungan Pola Konsumsi Pangan Dan Status Ekonomi Mahasiswa Manajemen Bisnis Dengan Mahasiswa Jurusan Teknologi Hasil Pertanian Universitas Brawijaya Terhadap Status Gizi. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 5(1), 1–12.
- Lubis, M. Y., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan Antara Faktor Keturunan, Jenis Kelamin Dan Tingkat Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Universitas Malahayati Tahun 2020 Muhammad. 5(4), 891–900.
- Mufidah, R. (2021). Pola Makan, Aktifitas Fisik, Dan Durasi Tidur Terhadap Status Gizi Mahasiswa Unesa. *Gizi Unesa*, 01(01), 60–64.
- Nani Apriani Natsir Djide, R. P. (2023). Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar Issn : 1907-8153 (Print) E-Issn : 2549-0567 (Online) Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Makan Pada Mahasiswa. *Xviii(1)*, 112–118.
- Nurhayati, N., Harleli, H., & Yunawati, I. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Mahasiswa Universitas Halu Oleo Kendari Tahun 2022. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Indonesia*, 3(4), 146–151.
- Permenkes Ri. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan 2014. 6.
- Prasetyaningsih, R. F. (2016). Pengaruh Tingkat Literasi Keuangan , Status Sosial Ekonomi Orang Tua , Jenis Kelamin Dan Jurusan Terhadap Pola Konsumsi The Effects Of The Financial Literacy Level , Parents ' Socio - Economic Status , Gender , And Department On The Consumption Pattern Of. 3, 335–345.
- Prisylvia, M. D., Amisi, M. D., Musa, E. C., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2021). Gambaran Pola Makan Pada Remaja Di Desa Sarani Matani Kecamatan Tombariri Pada Masa Pandemi Covid-19. 10(8), 33–40.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. 3, 35–40.
- Rahma, S. N., & Putriningtyas, N. D. (2023). Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Taruna Dan Taruni. 03(November), 47–57.
- Riskesdas Sumut. (2018). Riset Kesehatan Dasar Sumatera Utara. In Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Safrida. (2017). Pengaruh Pendidikan Formal Dan Status Sosial Ekonomi

- Masyarakat Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di Smp Negeri 25 Medan. *Jurnal Uisu*, 1–11.
- Shaliha, T. N. (2022). Hubungan Pengetahuan Terhadap Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Mahasiswa Di Era Pandemi Covid-19.
- Sihite Frans Antoni. (2020). Pengaruh Pendapatan Terhadap Tingkat Konsumsi Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Quality Berastagi. *Jurnal Ilmiah Skylansdsea*, 4(2), 49–56.
- Silvialorensa, D., Qurrotul, E., & Khoirunnisa, S. (2021). Perkembangan Peran Mahasiswa Universitas Islam Majapahit Terhadap Kegiatan Ekonomi Islam. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Bisnis*, 7(2), 179–189.
- Sutanto B, L., Winaktu, G. J., Fabiani, H., Rumawas, J. S., & Nurhasanah, D. O. (2022). Pengukuran Status Gizi. *Ukrida Press*, 1(1), 88–100.
- Tambajong, C. A., Malonda, N. S. H., & Kapantow, N. H. (2021). Gambaran Pola Makan Mahasiswa Semester Ii Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas*, 10(5), 24–29.
- Thamaria, N. (2016). Penilaian Status Gizi. *Revista Brasileira De Linguística Aplicada*, 5(1), 1689–1699.
- Tirza, F. D. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Di Smp Negeri 2 Purworejo Dan Smp Negeri 3 Purworejo. *Jurnal Of Culinary Education And Technology*, 7(2), 7–8.
- Unicef. (1998). *The State Of The World ' S The State Of The World ' S Children*. In Oxford University Press.
- Vina, R. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Indekos Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. 2(3), 310–324.
- Wicaksono, R. A., Syamtuasikal, A. R., Indahwati, N., Surabaya, U., Gizi, S., Sosial, S., Fisik, A., & Education, J. (2021). Hubungan Status Gizi Dan Status Sosial Ekonomi Terhadap Aktivitas Fisik Siswa Selama Pandemi Covid-. 9(2), 244–248.
- Wulandari, A., Sudrajat, I., Agustika, K., Pribadi, M. F., Deliana, R., Atiqa, S., & Nasution, A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Universitas Ibn Khaldun Bogor. *Tropical Public Health Journal*, 1(2), 72–75.
- Yessy Octa Fristika, & Siti Amallia. (2022). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Terhadap Status Gizi Mahasiswa Prodi Diii Kebidanan Stik Siti Khadijah Palembang Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan: Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang*, 12(1), 97–106.

Lampiran 1 Food Frequency Questionnaire

Karakteristik Keluarga :
 Suku :
 Pekerjaan Ayah :
 Pekerjaan Ibu :
 Pendidikan Ibu :
 Pendidikan Ayah :

Identitas Responden :
 Nama :
 Umur :
 Tanggal Lahir :
 Kelas :
 Tanggal :

Jenis Makan	Jumlah / hari makan		Frekuensi Makan					
	URT	Gram	>3 kali/ Hari	1 kali/ hari	3-6 kali/ minggu	1-2 kali/ minggu	1-2 kali sebulan	Tidak Pernah
Makanan pokok								
Nasi								
Roti								
Mie								
Kentang								
Biskuit								
Singkong								
Jagung								
Lain-lain								
Lauk Hewani								
Daging Ayam								
Daging Sapi								
Hati Ayam								
Hati Sapi								
Belut								
Mujair								
Lele								
Kerang								
Udang								
Telur Ayam								

Telur puyuh								
Lain-lain								
Lauk Nabati								
Tahu								
Tempe								
Kacang Hijau								
Kacang Tanah								
Kacang Merah								
Lain-lain								
Sayuran								
Bayam								
Kangkung								
Brokoli								
Sawi Hijau								
Kacang Panjang								
Wortel								
Daun ubi								
Taoge								
Lain-lain								
Buah								
Jeruk								
Pisang								
Jambu Biji								
Jambu Air								
Melon								
Mangga								

Apel								
Alpukat								
Anggur								
Pepaya								
Pear								
Semangka								
Lain-lain								

Lampiran 2 Kuesioner Pengetahuan Gizi

1. Kekurangan garam akan mengakibatkan penyakit?
 - a. Beri-beri
 - b. Anemia
 - c. Gondok
 - d. Maag
2. Konsep gizi terbagi atas 3 kelompok, yaitu?
 - a. Sumber kalori, sumber tenaga, dan sumber makanan
 - b. Sumber tenaga, sumber pengatur, dan sumber pembangun
 - c. Sumber air, sumber mineral, dan sumber vitamin
 - d. Sumber tenaga, sumber pengatur, dan sumber pelaksana
3. Apa anjuran yang terdapat dalam 10 pesan gizi seimbang, kecuali?
 - a. Mencuci tangan pakai sabun
 - b. Berolahraga
 - c. Memantau berat badan
 - d. Konsumsi makanan berlemak tinggi
4. Berapa anjuran maksimal konsumsi gula dalam sehari?
 - a. 4 sendok makan
 - b. 5 sendok makan
 - c. 6 sendok makan
 - d. 7 sendok makan
5. Berapa anjuran maksimal konsumsi minyak dalam sehari?
 - a. 4 sendok makan
 - b. 5 sendok makan
 - c. 6 sendok makan
 - d. 7 sendok makan
8. Apa saja jenis makanan dengan menu gizi seimbang ?
 - a. Makanan pokok, protein hewani dan nabati, sayuran
 - b. Makanan pokok, protein hewani dan nabati, sayuran dan buah
 - c. Makanan pokok, sayuran dan buah
 - d. Makanan pokok, protein hewani dan nabati, snack, sayuran dan buah
9. Manakah yang termasuk dalam 4 pilar gizi seimbang, kecuali ?
 - a. Memberikan ASI eksklusif
 - b. Menjaga berat badan ideal
 - c. Mengonsumsi makanan bergaam
 - d. Menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat
10. Apa jenis zat gizi yang dapat membantu imunitas tubuh
 - a. Karbohidrat, Zink, Kalium
 - b. Protein, Vitamin C, Zink
 - c. Karbohidrat, Vitamin B, Vitamin E
 - d. Lemak, Kalium, Magnesium
11. Apa jenis vitamin yang dapat berperan sebagai antioksidan?
 - a. Vitamin B2
 - b. Vitamin B5
 - c. Vitamin K
 - d. Vitamin C
12. Berapa banyak air yang harus dikonsumsi setiap hari?

- a. 2 gelas/hari
 - b. 4 gelas/hari
 - c. 8 gelas/hari
 - d. 12 gelas/hari
13. Protein adalah sumber asam amino yang mengandung unsur-unsur berikut kecuali ?
- a. Hidrogen
 - b. Oksigen
 - c. Nitrogen
 - d. Helium
14. Berikut ini bahan makanan yang mengandung zat pembangun yaitu?
- a. Ikan
 - b. Buah
 - c. Nasi
 - d. Sayur
15. Zat gizi yang diperlukan tubuh untuk membentuk sel-sel baru adalah?
- a. Lemak
 - b. Vitamin
 - c. Protein
 - d. Karbohidrat
16. Vitamin yang berperan dalam membantu tubuh melawan infeksi adalah?
- a. Vitamin A
 - b. Vitamin K
 - c. Vitamin C
 - d. Vitamin D
17. Berikut ini bahan makanan yang mengandung zat pengatur adalah?
- a. Ikan
 - b. Buah
 - c. Nasi
 - d. Sayur
18. Fungsi lemak bagi tubuh adalah sebagai berikut, kecuali?
- a. Memelihara suhu tubuh
 - b. Sumber utama energi
 - c. Melindungi organ tubuh dari benturan
 - d. Alat angkut vitamin A, D, E, dan K
19. 1 gram protein mengandung?
- a. 4 kalori
 - b. 6 kalori
 - c. 8 kalori
 - d. 9 kalori
20. Kelompok zat gizi makro adalah?
- a. Vitamin dan air
 - b. Karbohidrat dan lemak
 - c. Lemak dan mineral
 - d. Protein dan mineral
21. Berapa anjuran maksimal konsumsi garam dalam sehari?
- a. 1 sendok teh

- b. 5 sendok teh
 - c. 4 sendok makan
 - d. 1 sendok makan
22. Apa manfaat utama karbohidrat bagi tubuh?
- a. Membentuk antibodi
 - b. Membentuk sel-sel darah merah
 - c. Sumber utama energi bagi tubuh
 - d. Menjaga tubuh tetap hangat
23. Apa jenis buah yang banyak mengandung vitamin C?
- a. Nangka
 - b. Jambu biji
 - c. Durian
 - d. Alpukat
22. Karbohidrat disebut juga dengan istilah?
- a. Zat arang
 - b. Zat kapur
 - c. Zat belerang
 - d. Zat mineral
23. Kekurangan energi protein dapat menyebabkan penyakit yang disebut?
- a. Obesitas
 - b. Anemia
 - c. Marasmus dan kwashiorkor
 - d. Osteoporosis
24. Berdasarkan komposisinya lemak dibagi menjadi 3 kecuali?
- a. Lemak majemuk
 - b. Asam lemak jenuh
 - c. Lemak sederhana
 - d. Lipida turunan
25. 1 gram lemak mengandung ?
- a. 4 kalori
 - b. 6 kalori
 - c. 8 kalori
 - d. 9 kalori
26. Kepanjangan AKG adalah?
- a. Angka kebutuhan gizi
 - b. Angka kecukupan gizi
 - c. Angka kekurangan gizi
 - d. Angka kelebihan gizi
27. Faktor yang mempengaruhi AKG antara lain?
- a. Status gizi, jenis kelamin, dan aktivitas
 - b. Golongan umur, tingkat kecerdasan, aktivitas
 - c. Golongan umur, jenis kelamin, tinggi badan, berat badan dan aktivitas
 - d. Status gizi, tingkat kecerdasan, jenis kelamin
28. Sariawan merupakan gangguan yang terjadi pada mulut akibat kekurangan?
- a. Vitamin A

- b. Vitamin B
 - c. Vitamin C
 - d. Vitamin D
29. Zat gizi makanan yang merupakan unsur pembangun bagi tubuh yaitu?
- a. Protein
 - b. Lemak
 - c. Karbohidrat
 - d. Vitamin
30. Contoh makanan yang tidak sehat biasanya terdapat pada?
- a. Makanan yang banyak mengandung serat
 - b. Makanan yang bervitamin
 - c. Makanan cepat saji (fast food)
 - d. Makanan yang tidak mengandung bahan pengawet
31. Berikut ini yang bukan merupakan makanan sumber lemak?
- a. Daging, minyak, alpukat, mentega
 - b. Daging, mentega, tempe, tahu
 - c. Alpukat, minyak, nasi, daging, tempe
 - d. Tempe, telur, daging, nasi
32. Terdapat dua jenis sumber protein yaitu?
- a. Protein hewani dan protein sayur
 - b. Protein hewani dan protein nabati
 - c. Protein nabati dan protein buah
 - d. Protein sayur dan protein buah
33. Berikut ini merupakan vitamin larut lemak yaitu?
- a. A,B,E,K
 - b. A,D,E,K
 - c. C,D,E,K
 - d. B,C,D,E
34. Vitamin yang dapat dibentuk secara alami dalam kulit ketika mendapat sinar matahari adalah?
- a. Vitamin A
 - b. Vitamin B
 - c. Vitamin C
 - d. Vitamin D
35. Berikut ini adalah sumber vitamin A hewani, kecuali?
- a. Ikan
 - b. Sereal
 - c. Keju
 - d. Telur
36. Berikut ini merupakan empat macam vitamin D, kecuali?
- a. Vitamin D4
 - b. Vitamin D3
 - c. Vitamin D2
 - d. Vitamin D1
37. Vitamin D fungsi utamanya berperan dalam?
- a. Proses pepadatan tulang
 - b. Proses pembekuan darah

- c. Proses reproduksi
 - d. Proses penglihatan
38. Di dalam tubuh manusia vitamin K berperan dalam proses?
- a. Pemadatan tulang
 - b. Penglihatan
 - c. Pembekuan darah
 - d. Reproduksi
39. Berikut ini yang tidak termasuk dalam zat pengatur dalam tubuh manusia adalah?
- a. Protein
 - b. Lemak
 - c. Mineral
 - d. Vitamin
40. Berikut ini merupakan vitamin larut air yaitu?
- a. Vitamin A dan B Kompleks
 - b. Vitamin E dan K
 - c. Vitamin C dan B Kompleks
 - d. Vitamin D dan E

Sumber : Nur Aulia, 2021

Lampiran 3 Kuesioner Status Ekonomi

Nama :

Kelas :

Umur :

Alamat :

1. Berapa pendapatan rata-rata yang anda terima dalam sebulan?

a. Dari orang tua :

b. Dari Kakak/Abang :

c. Dari Beasiswa :

d. Lainnya

Lampiran 4 Master Tabel

No	Umur	Kelas	Tempat Tinggal	BB	TB	IMT	Status Gizi	Jenis	Frekuensi	Jumlah Energi	AKG	% Kecukupan Asupan Energi	Kategori	K. Pola Makan	Pengetahuan	K. Pengetahuan	Status Ekonomi	K. Status Ekonomi
1	18	A	Tidak Kos	42.4	153.5	17.99	Kurus	Baik	Baik	1468.3	2100	69.92%	Tidak Baik	Tidak Baik	21	Baik	300000	Rendah
2	19	A	Tidak Kos	53.95	151	23.66	Normal	Baik	Tidak Baik	2446.2	2250	108.72%	Baik	Tidak Baik	34	Baik	400000	Rendah
3	19	A	Kos	41.6	154	17.54	Kurus	Baik	Tidak Baik	2980	2250	132.44%	Baik	Tidak Baik	23	Baik	1700000	Sedang
4	19	A	Tidak Kos	42.35	155	17.63	Kurus	Baik	Baik	1159.8	2250	51.55%	Tidak Baik	Tidak Baik	26	Baik	500000	Rendah
5	19	A	Kos	37.5	145.5	17.71	Kurus	Baik	Tidak Baik	2604.0	2250	115.73%	Baik	Tidak Baik	36	Baik	700000	Rendah
6	19	A	Tidak Kos	38.5	147	17.82	Kurus	Baik	Tidak Baik	2595.8	2100	123.61%	Baik	Tidak Baik	22	Baik	250000	Rendah
7	19	A	Kos	45.6	154	19.23	Normal	Baik	Baik	2117.1	2100	100.81%	Baik	Baik	30	Baik	1100000	Sedang
8	19	A	Kos	69.7	149.5	31.19	Obesitas	Baik	Tidak Baik	2658.4	2250	118.15%	Baik	Tidak Baik	26	Baik	1000000	Sedang
9	19	A	Kos	40.1	151	17.59	Kurus	Baik	Baik	2433.8	2250	108.17%	Baik	Baik	29	Baik	1000000	Sedang
10	20	A	Tidak Kos	44.62	156	18.33	Kurus	Tidak baik	Tidak Baik	1473.2	2250	65.48%	Tidak Baik	Tidak Baik	9	Kurang baik	500000	Rendah
11	19	A	Kos	54.1	150.5	23.88	Normal	Baik	Tidak Baik	2604.7	2250	115.76%	Baik	Tidak Baik	32	Baik	700000	Rendah

12	19	A	Kos	41.3	152	17.88	Kurus	Baik	Baik	2122.7	2250	94.34%	Baik	Baik	20	Baik	800000	Rendah
13	18	A	Tidak Kos	58	150	25.78	Gemuk	Baik	Baik	2132.4	2100	101.54%	Baik	Baik	31	Baik	300000	Rendah
14	19	A	Kos	46	152	19.91	Normal	Baik	Tidak Baik	2293.5	2250	101.93%	Baik	Tidak Baik	35	Baik	1000000	Sedang
15	19	A	Tidak Kos	41.42	153.2	17.65	Kurus	Tidak baik	Tidak Baik	1153.4	2250	51.26%	Tidak Baik	Tidak Baik	7	Kurang baik	500000	Rendah
16	20	A	Tidak Kos	43.7	151.5	19.04	Normal	Baik	Tidak Baik	1768.9	2250	78.62%	Tidak Baik	Tidak Baik	35	Baik	650000	Rendah
17	20	A	Kos	57	154	24.03	Normal	Baik	Tidak Baik	2100.8	2250	93.37%	Baik	Tidak Baik	23	Baik	1700000	Sedang
18	19	A	Tidak Kos	39.5	144.5	18.92	Normal	Baik	Baik	1532.9	2250	68.13%	Tidak Baik	Tidak Baik	31	Baik	600000	Rendah
19	20	A	Tidak Kos	66.9	148	30.54	Obesitas	Baik	Baik	2656.8	2250	118.08%	Baik	Baik	28	Baik	500000	Rendah
20	18	A	Tidak Kos	60.3	163	22.7	Normal	Baik	Baik	1735.2	2100	82.63%	Baik	Baik	31	Baik	600000	Rendah
21	19	A	Kos	60.9	139	31.52	Obesitas	Baik	Tidak Baik	2055.7	2250	91.36%	Baik	Tidak Baik	27	Baik	800000	Rendah
22	19	A	Kos	49	153.5	20.8	Normal	Baik	Tidak Baik	1930.0	2250	85.78%	Baik	Tidak Baik	32	Baik	900000	Sedang
23	19	A	Kos	64.9	160.5	25.19	Gemuk	Baik	Tidak Baik	2704.8	2250	120.21%	Baik	Tidak Baik	32	Baik	1000000	Sedang
24	19	A	Kos	65	155.5	26.88	Gemuk	Baik	Baik	943.7	2250	41.94%	Tidak Baik	Tidak Baik	28	Baik	2000000	Tinggi
25	19	A	Kos	47.9	154.3	20.12	Normal	Baik	Tidak Baik	2837.4	2250	126.11%	Baik	Tidak Baik	33	Baik	700000	Rendah
26	20	A	Kos	54	154	22.77	Normal	Baik	Baik	1602.7	2250	71.23%	Tidak	Tidak	30	Baik	600000	Rendah

													Baik	Baik				
27	18	A	Kos	47.9	154.5	20.07	Normal	Baik	Baik	2005.9	2100	95.52%	Baik	Baik	32	Baik	1000000	Sedang
28	19	A	Kos	54.1	153.5	22.96	Normal	Baik	Tidak Baik	2283.2	2100	108.72%	Baik	Tidak Baik	33	Baik	800000	Rendah
29	20	A	Tidak Kos	55.31	152	23.94	Normal	Baik	Tidak Baik	2038.1	2250	90.58%	Baik	Tidak Baik	33	Baik	300000	Rendah
30	19	A	Kos	57.52	148.3	26.15	Gemuk	Baik	Tidak Baik	2527.6	2250	112.34%	Baik	Tidak Baik	35	Baik	600000	Rendah
31	18	A	Kos	47.35	153	20.23	Normal	Baik	Baik	2283.7	2100	108.75%	Baik	Baik	33	Baik	700000	Rendah
32	19	A	Tidak Kos	43.7	153	18.67	Normal	Baik	Tidak Baik	2561.2	2250	113.83%	Baik	Tidak Baik	23	Baik	650000	Rendah
33	19	A	Kos	59.35	146	27.84	Obesitas	Baik	Tidak Baik	2161.0	2100	102.90%	Baik	Tidak Baik	36	Baik	1500000	Sedang
34	19	A	Kos	42.95	149	19.35	Normal	Baik	Tidak Baik	1631.5	2250	72.51%	Tidak Baik	Tidak Baik	31	Baik	1200000	Sedang
35	18	A	Kos	53.15	161	20.5	Normal	Baik	Tidak Baik	1960.3	2100	93.35%	Baik	Tidak Baik	36	Baik	800000	Rendah
36	20	A	Kos	62.5	158	25.04	Gemuk	Baik	Tidak Baik	2077.1	2250	92.32%	Baik	Tidak Baik	36	Baik	1200000	Sedang
37	19	A	Kos	65	156.5	26.54	Gemuk	Baik	Baik	2268.4	2250	100.82%	Baik	Baik	28	Baik	1300000	Sedang
38	18	A	Kos	41.72	152.5	17.94	Kurus	Baik	Tidak Baik	2253.6	2100	107.31%	Baik	Tidak Baik	31	Baik	800000	Rendah
39	18	A	Kos	52.1	146	24.44	Normal	Baik	Baik	1898.2	2100	90.39%	Baik	Baik	32	Baik	1000000	Sedang
40	18	A	Kos	42.1	153	17.98	Kurus	Baik	Baik	1682.4	2100	80.11%	Baik	Baik	33	Baik	1150000	Sedang
41	19	B	Kos	48.1	152.5	20.68	Normal	Baik	Baik	2087.8	2100	99.42%	Baik	Baik	37	Baik	1000000	Sedang
42	19	B	Kos	47.15	143	23.06	Normal	Baik	Baik	1315.5	2250	58.47%	Tidak Baik	Tidak Baik	31	Baik	1200000	Sedang

43	18	B	Kos	37.15	146	17.43	Kurus	Baik	Tidak Baik	1679.9	2100	80.00%	Baik	Tidak Baik	25	Baik	800000	Rendah
44	19	B	Kos	44.5	149	20.04	Normal	Baik	Baik	2272.5	2250	101.00%	Baik	Baik	24	Baik	2000000	Tinggi
45	19	B	Kos	44.8	152.5	19.26	Normal	Baik	Baik	2100.9	2250	93.37%	Baik	Baik	31	Baik	1300000	Sedang
46	19	B	Kos	43.45	156.5	17.74	Kurus	Baik	Tidak Baik	2511.2	2250	111.61%	Baik	Tidak Baik	33	Baik	1500000	Sedang
47	19	B	Tidak Kos	53.2	154.5	22.29	Normal	Baik	Baik	2575.3	2250	114.46%	Baik	Baik	30	Baik	500000	Rendah
48	19	B	Tidak Kos	48.5	152.5	20.85	Normal	Baik	Baik	1985.6	2250	88.25%	Baik	Baik	13	Kurang baik	500000	Rendah
49	19	B	Kos	39.4	150	17.51	Kurus	Baik	Tidak Baik	1502.3	2250	66.77%	Tidak Baik	Tidak Baik	31	Baik	1500000	Sedang
50	18	B	Kos	58.2	150.5	25.7	Gemuk	Baik	Tidak Baik	2529.2	2100	120.44%	Baik	Tidak Baik	21	Baik	1000000	Sedang
51	18	B	Kos	42.2	155	17.57	Kurus	Baik	Baik	1466.1	2100	69.81%	Tidak Baik	Tidak Baik	23	Baik	700000	Rendah
52	19	B	Kos	43.85	146	20.57	Normal	Baik	Baik	2020.6	2250	89.80%	Baik	Baik	34	Baik	850000	Sedang
53	18	B	Tidak Kos	43.75	152	18.94	Normal	Baik	Baik	2338.7	2100	111.37%	Baik	Baik	35	Baik	500000	Rendah
54	17	B	Kos	45.5	161	17.55	Kurus	Baik	Tidak Baik	1832.2	2100	87.25%	Baik	Tidak Baik	9	Kurang baik	2500000	Tinggi
55	20	B	Kos	44.1	157	17.89	Kurus	Baik	Tidak Baik	1803.9	2250	80.17%	Baik	Tidak Baik	21	Baik	1500000	Sedang
56	18	B	Tidak Kos	42.15	155	17.54	Kurus	Baik	Tidak Baik	1606.6	2100	76.50%	Tidak Baik	Tidak Baik	34	Baik	500000	Rendah
57	19	B	Kos	38.4	150	17.07	Kurus	Baik	Baik	1759.4	2250	78.20%	Tidak Baik	Tidak Baik	30	Baik	800000	Rendah
58	20	B	Tidak	87	161.5	33.36	Obesitas	Baik	Tidak	2636.9	2250	117.20%	Baik	Tidak	24	Baik	500000	Rendah

			Kos						Baik					Baik				
59	18	B	Kos	58.9	153	25.16	Gemuk	Baik	Baik	2004.2	2100	95.44%	Baik	Baik	28	Baik	1000000	Sedang
60	19	B	Kos	50.75	149.5	22.71	Normal	Baik	Baik	2157.4	2250	95.88%	Baik	Baik	26	Baik	2000000	Tinggi
61	19	B	Kos	61.3	155.5	25.35	Gemuk	Baik	Baik	1731.7	2250	76.96%	Tidak Baik	Tidak Baik	25	Baik	1000000	Sedang
62	18	B	Kos	49.35	157.5	19.89	Normal	Baik	Baik	1978.7	2100	94.22%	Baik	Baik	30	Baik	1200000	Sedang
63	19	B	Kos	46.4	156	19.07	Normal	Baik	Tidak Baik	2017.0	2100	96.05%	Baik	Tidak Baik	30	Baik	700000	Rendah
64	18	B	Kos	49.5	149.5	22.15	Normal	Baik	Baik	2015.1	2100	95.96%	Baik	Baik	28	Baik	750000	Rendah
65	18	B	Kos	57.35	156	23.57	Normal	Baik	Tidak Baik	1974.2	2100	94.01%	Baik	Tidak Baik	32	Baik	1200000	Sedang
66	18	B	Kos	75.1	157.5	30.27	Obesitas	Baik	Tidak Baik	2180.3	2100	103.82%	Baik	Tidak Baik	24	Baik	900000	Sedang
67	19	B	Kos	60.65	154	25.57	Gemuk	Baik	Tidak Baik	2109.6	2100	100.46%	Baik	Tidak Baik	36	Baik	1500000	Sedang
68	18	B	Tidak Kos	55.75	155.5	23.06	Normal	Baik	Baik	2224.4	2100	105.92%	Baik	Baik	24	Baik	500000	Rendah
69	18	B	Kos	41.85	152	18.11	Kurus	Baik	Baik	1786.4	2100	85.07%	Baik	Baik	21	Baik	700000	Rendah
70	19	B	Tidak Kos	42.25	154.5	17.7	Kurus	Baik	Tidak Baik	2001.3	2250	88.95%	Baik	Tidak Baik	35	Baik	550000	Rendah
71	18	B	Tidak Kos	67.25	153	28.73	Obesitas	Baik	Baik	2033.2	2100	96.82%	Baik	Baik	28	Baik	400000	Rendah
72	19	B	Tidak Kos	52.25	150.5	23.07	Normal	Baik	Baik	1904.3	2250	84.64%	Baik	Baik	28	Baik	400000	Rendah
73	19	B	Kos	67.3	153	28.75	Obesitas	Baik	Tidak Baik	1927.9	2250	85.68%	Baik	Tidak Baik	34	Baik	1500000	Sedang
74	19	B	Kos	49.1	152	21.25	Normal	Baik	Tidak Baik	1992.2	2250	88.54%	Baik	Tidak Baik	28	Baik	1100000	Sedang

75	20	B	Kos	53.9	150.5	23.8	Normal	Baik	Baik	1964.4	2250	87.31%	Baik	Baik	33	Baik	700000	Rendah
76	18	B	Tidak Kos	66.6	157	27.02	Obesitas	Baik	Tidak Baik	1968.1	2100	93.72%	Baik	Tidak Baik	23	Baik	600000	Rendah
77	19	B	Kos	44.7	147	20.69	Normal	Baik	Baik	2253.5	2250	100.16%	Baik	Baik	13	Kurang baik	2500000	Tinggi
78	18	B	Kos	48	158	19.23	Normal	Baik	Tidak Baik	2224.0	2100	105.90%	Baik	Tidak Baik	26	Baik	1200000	Sedang
79	18	B	Kos	71.5	146	33.54	Obesitas	Baik	Baik	2140.3	2100	101.92%	Baik	Baik	33	Baik	1000000	Sedang
80	18	B	Kos	38.75	148.5	17.57	Kurus	Baik	Tidak Baik	2080.1	2100	99.05%	Baik	Tidak Baik	25	Baik	2000000	Tinggi
81	20	B	Kos	40.9	141	20.57	Normal	Baik	Baik	2100.1	2250	93.34%	Baik	Baik	29	Baik	1300000	Sedang
82	19	B	Tidak Kos	43.9	152	19	Normal	Baik	Baik	2222.4	2100	105.83%	Baik	Baik	34	Baik	500000	Rendah
83	18	B	Kos	42.6	157	17.28	Kurus	Tidak baik	Tidak Baik	1176.1	2100	56.00%	Tidak Baik	Tidak Baik	8	Kurang baik	750000	Rendah
84	18	C	Kos	47.5	154.5	19.9	Normal	Baik	Tidak Baik	2026.1	2100	96.48%	Baik	Tidak Baik	21	Baik	1500000	Sedang
85	19	C	Kos	43.35	155.5	17.93	Kurus	Baik	Baik	2256.9	2250	100.31%	Baik	Baik	21	Baik	800000	Rendah
86	19	C	Kos	41.5	155	17.27	Kurus	Baik	Baik	2039.2	2250	90.63%	Baik	Baik	27	Baik	700000	Rendah
87	17	C	Kos	50.75	155.5	20.99	Normal	Baik	Tidak Baik	2097.6	2100	99.89%	Baik	Tidak Baik	30	Baik	900000	Sedang
88	18	C	Kos	69.1	161	26.66	Gemuk	Baik	Tidak Baik	2286.4	2100	108.88%	Baik	Tidak Baik	18	Kurang baik	2150000	Tinggi
89	19	C	Kos	41.15	153	17.58	Kurus	Baik	Baik	1988.3	2100	94.68%	Baik	Baik	32	Baik	800000	Rendah
90	21	C	Tidak Kos	51.65	149.5	23.11	Normal	Tidak baik	Tidak Baik	2023.4	2250	89.93%	Baik	Tidak Baik	25	Baik	550000	Rendah
91	19	C	Kos	89.9	153	38.4	Obesitas	Baik	Tidak Baik	2246.5	2250	99.84%	Baik	Tidak Baik	30	Baik	1000000	Sedang

92	19	C	Kos	57.2	155.5	23.66	Normal	Baik	Tidak Baik	2242.9	2250	99.68%	Baik	Tidak Baik	34	Baik	2500000	Tinggi
93	20	C	Kos	53.33	150.2	23.64	Normal	Baik	Baik	2163.0	2250	96.13%	Baik	Baik	32	Baik	1000000	Sedang
94	19	C	Kos	53.7	148.5	24.35	Normal	Baik	Baik	2237.7	2250	99.45%	Baik	Baik	31	Baik	1000000	Sedang
95	19	C	Kos	47.1	155.3	19.53	Normal	Baik	Tidak Baik	1985.4	2250	88.24%	Baik	Tidak Baik	28	Baik	1200000	Sedang
96	19	C	Kos	38.81	147.8	17.77	Kurus	Baik	Tidak Baik	2265.3	2250	100.68%	Baik	Tidak Baik	31	Baik	700000	Rendah
97	19	C	Kos	50.55	151	22.17	Normal	Baik	Baik	2265.0	2250	100.67%	Baik	Baik	22	Baik	1100000	Sedang
98	18	C	Kos	72.1	156	29.63	Obesitas	Baik	Baik	1832.80	2100	87.28%	Baik	Baik	24	Baik	1200000	Sedang
99	19	C	Kos	46.25	146.5	21.55	Normal	Baik	Baik	1958.9	2250	87.06%	Baik	Baik	32	Baik	800000	Rendah
100	19	C	Tidak Kos	38.75	147	17.93	Kurus	Baik	Tidak Baik	1784.3	2250	79.30%	Tidak Baik	Tidak Baik	9	Kurang baik	500000	Rendah
101	19	C	Kos	65.1	149.5	29.13	Obesitas	Baik	Tidak Baik	2373.6	2250	105.49%	Baik	Tidak Baik	23	Baik	1800000	Sedang
102	19	C	Kos	52.75	146.5	24.58	Normal	Baik	Tidak Baik	1837.5	2250	81.67%	Baik	Tidak Baik	18	Kurang baik	2000000	Tinggi
103	20	C	Kos	60.5	150	26.89	Gemuk	Baik	Tidak Baik	1820.7	2250	80.92%	Baik	Tidak Baik	19	Kurang baik	1500000	Sedang
104	19	C	Kos	52.5	146	24.63	Normal	Baik	Baik	2209.9	2250	98.22%	Baik	Baik	24	Baik	800000	Rendah
105	19	C	Kos	48.75	156.5	19.9	Normal	Baik	Baik	2113.4	2250	93.93%	Baik	Baik	29	Baik	700000	Rendah
106	19	C	Kos	47.7	161.5	18.29	Kurus	Baik	Baik	2260.1	2250	100.45%	Baik	Baik	16	Kurang baik	2300000	Tinggi
107	19	C	Kos	40.65	150	18.07	Kurus	Baik	Tidak Baik	2177.0	2250	96.76%	Baik	Tidak Baik	11	Kurang baik	1300000	Sedang
108	20	C	Kos	58.7	154.5	24.59	Normal	Baik	Baik	2257.6	2250	100.34%	Baik	Baik	23	Baik	1000000	Sedang

109	18	C	Tidak Kos	40.25	150.2	17.84	Kurus	Baik	Baik	1709.0	2100	81.38%	Baik	Baik	30	Baik	500000	Rendah
110	19	C	Kos	59	150.3	26.12	Gemuk	Baik	Tidak Baik	1803.3	2250	80.15%	Baik	Tidak Baik	15	Kurang baik	1000000	Sedang
111	18	C	Kos	45.3	161	17.48	Kurus	Baik	Tidak Baik	2074.4	2100	98.78%	Baik	Tidak Baik	29	Baik	1700000	Sedang
112	19	C	Kos	50.1	151	21.97	Normal	Baik	Baik	1810.0	2250	80.44%	Baik	Baik	20	Baik	1200000	Sedang
113	19	C	Kos	53.15	158	21.29	Normal	Baik	Baik	1995.5	2250	88.69%	Baik	Baik	23	Baik	1000000	Sedang
114	19	C	Kos	41.5	143	20.29	Normal	Baik	Baik	2164.2	2250	96.19%	Baik	Baik	13	Kurang baik	1100000	Sedang
115	19	C	Kos	41.23	151.5	17.96	Kurus	Baik	Tidak Baik	2229.5	2250	99.09%	Baik	Tidak Baik	27	Baik	800000	Rendah
116	18	C	Kos	57.5	152.5	24.72	Normal	Baik	Tidak Baik	2267.3	2100	107.97%	Baik	Tidak Baik	18	Kurang baik	2000000	Tinggi
117	18	C	Kos	60.25	155	25.08	Gemuk	Baik	Baik	2157.9	2250	95.91%	Baik	Baik	15	Kurang baik	2000000	Tinggi
118	18	C	Kos	59.15	146	27.75	Obesitas	Baik	Tidak Baik	1682.0	2100	80.10%	Baik	Tidak Baik	22	Baik	2150000	Tinggi
119	20	C	Kos	38.5	141	19.37	Normal	Baik	Baik	2132.1	2250	94.76%	Baik	Baik	31	Baik	1100000	Sedang
120	19	C	Kos	53.15	158	21.29	Normal	Baik	Tidak Baik	2132.5	2250	94.78%	Baik	Tidak Baik	20	Baik	2000000	Tinggi

Lampiran 5 Hasil SPSS

1. Pengetahuan Gizi

		K.Pengetahuan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	104	86.7	86.7	86.7
	Kurang baik	16	13.3	13.3	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

2. Jenis Makan

		Jenis			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	116	96.7	96.7	96.7
	Tidak baik	4	3.3	3.3	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

3. Frekuensi Makan

		Frekuensi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	58	48.3	48.3	48.3
	Tidak baik	62	51.7	51.7	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

4. Jumlah Makan

		Jumlah			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	103	85.8	85.8	85.8
	Tidak baik	17	14.2	14.2	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

5. Pola Makan

		Pola Makan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	49	40.8	40.8	40.8
	Tidak baik	71	59.2	59.2	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

6. Status Ekonomi

		K.Ekonomi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	14	11.7	11.7	11.7
	Sedang	52	43.3	43.3	55.0
	Rendah	54	45.0	45.0	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

7. Status Gizi

		K.StatusGizi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	59	49.2	49.2	49.2
	Kurus	33	27.5	27.5	76.7
	Gemuk	14	11.7	11.7	88.3
	Obesitas	14	11.7	11.7	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

8. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi

K.Pengetahuan * K.StatusGizi Crosstabulation

			K.StatusGizi			
			Normal	Kurus	Gemuk	Total
K.Pengetahuan	Baik	Count	54	26	24	104
		% of Total	45.0%	21.7%	20.0%	86.7%
	Kurang baik	Count	5	7	4	16
		% of Total	4.2%	5.8%	3.3%	13.3%
Total		Count	59	33	28	120
		% of Total	49.2%	27.5%	23.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	3.000 ^a	2	.223
Likelihood Ratio	2.925	2	.232
Linear-by-Linear Association	.580	1	.446
N of Valid Cases	120		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.73.

9. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi

Pola Makan * K.Status Gizi Crosstabulation

			K.StatusGizi			
			Normal	Kurus	Gemuk	Total
Pola Makan	Baik	Count	32	9	8	49
		% of Total	26.7%	7.5%	6.7%	40.8%
	Tidak baik	Count	27	24	20	71
		% of Total	22.5%	20.0%	16.7%	59.2%
Total		Count	59	33	28	120
		% of Total	49.2%	27.5%	23.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	8.642 ^a	2	.013
Likelihood Ratio	8.756	2	.013
Linear-by-Linear Association	5.242	1	.022
N of Valid Cases	120		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.43.

10. Hubungan Status Ekonomi Dengan Status Gizi

K.Ekonomi * K.Status Gizi Crosstabulation

			K.StatusGizi			
			Normal	Kurus	Gemuk	Total
K.Ekonomi	Tinggi	Count	7	3	4	14
		% of Total	5.8%	2.5%	3.3%	11.7%
	Sedang	Count	27	8	17	52
		% of Total	22.5%	6.7%	14.2%	43.3%
	Rendah	Count	25	22	7	54
		% of Total	20.8%	18.3%	5.8%	45.0%
Total		Count	59	33	28	120
		% of Total	49.2%	27.5%	23.3%	100.0%

Chi-Square Tests

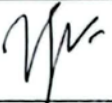
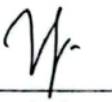
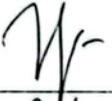
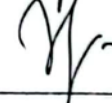
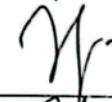
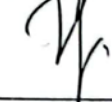
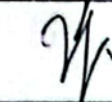
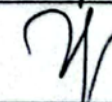
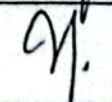
	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	11.184 ^a	4	.025
Likelihood Ratio	11.535	4	.021
Linear-by-Linear Association	1.541	1	.214
N of Valid Cases	120		

a. 2 cells (22.2%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.27.

Lampiran 6 Bukti Bimbingan Skripsi

Bukti Bimbingan Skripsi

Nama : Angel Rebecca N Sigalingging
 Nim : P01031223164
 Judul : Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Status
 Ekonomi, dengan Status Gizi Mahasiswi Poltekkes
 Kemenkes Medan Jurusan Gizi

No	Tanggal	Judul/Topik Bimbingan	T.tangan mahasiswa	T.tangan pembimbing
1.	24 Januari 2024	Memberikan surat permintaan sebagai dosen pembimbing		
2	29 Januari 2024	Membahas topik yang akan diteliti		
3	30 Januari 2024	Menentukan judul proposal		
4	07 Februari 2024	ACC Judul		
5	12 Februari 2024	Revisi Proposal BAB 1		
6	13 Februari 2024	Revisi Proposal BAB 2		
7	26 Februari 2024	Revisi Proposal BAB 3		
8	4 Maret 2024	Revisi Proposal BAB 1-3		
9	8 Maret 2024	ACC Proposal Skripsi		
10	14 Maret 2024	Seminar Proposal		
11	25 Maret 2024	Revisi Proposal dengan Pembimbing		

12	26 Maret 2024	ACC Proposal dari Pembimbing		
13	27 Maret 2024	ACC Revisi Proposal dari penguji I		
14	26 April 2024	ACC Revisi Proposal dari Penguji II		
15.	27 Agustus 2024	Revisi Bab 4-5		
16	2 September 2024	Seminar Hasil		
17	13 September 2024	Revisi Skripsi dengan Pembimbing		
18	17 September 2024	ACC Revisi Skripsi dari Pembimbing		
19	23 September 2024	ACC Revisi Skripsi dari Penguji I		
20	10 Oktober 2024	Revisi Skripsi dari Penguji II		
21	30 Oktober 2024	Revisi Skripsi dari Penguji II		
22	7 November 2024	Revisi Skripsi dari Penguji II		
23	11 November 2024	Revisi Skripsi dari Penguji II		
24	12 November 2024	Revisi Skripsi dari Penguji II		
25	25 November 2024	Revisi Skripsi dari Penguji II		
26	29 November 2024	ACC Revisi Skripsi dari Penguji II		

Lampiran 7 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13.5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8468643
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 27 Mei 2024

Nomor : KH.03.03/F XXII.13/ 1464 /2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Prodi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester II Ahli Jenjang diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Ibu Prof. Dr.Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Prodi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1	Angel Rebeca N. Sigalingging	P01031223164	Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan Status Ekonomi Dengan Status Gizi Mahasiswi Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan Gizi

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Gizi
Riris Opusundale, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 8 Pernyataan Ketersediaan Menjadi Subjek Penelitian

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama :

Tempat Tgl Lahir :

Alamat :

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden penelitian ini sampai selesai dengan judul penelitian “Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Status Ekonomi dengan Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi” yang akan dilakukan oleh :

Nama : Angel Rebecca N Sigalingging

Alamat : Jl. Setia Budi No.61a, Kec. Medan Helvetia

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan
Gizi

No. HP : 082160899230

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Lubuk Pakam,.....2024

Peneliti

Responden

(Angel R N Sigalingging)

(.....)

Lampiran 9 Etichal Clearance



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK / DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
No: 01.26 562 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :
The Research Protocol Proposed By

Peneliti Utama : ANGEL REBECCA N SIGALINGGING
Principil In Investigator

Nama Institusi : Prodi D-IV Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan Judul :
Title

**"HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, DAN STATUS
EKONOMI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWI
KEMENKES POLTEKKES MEDAN JURUSAN GIZI."**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, Yaitu 1)Nilai Sosial, 2)Nilai ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4)Risiko, 5)Bujukan/Eksploitasi, 6)Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values , 2)Scientific Values , 3)Equitable Assessment and Benefits, 4)Risks, 5)Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7)Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu 31 Juli 2024 sampai 31 Juli 2025

This declaration of ethics applies during the period 31 July 2024 until 31 July 2025

Medan, 31 July 2024
Ketua/chairperson

dr. Lestari Rahmah, MKT.
NIP.197106222002122003

Lampiran 10 Dokumentasi



Gambar 1. Mengukur tinggi badan mahasiswi di Kemenkes Poltekkes Medan



Gambar 2. Mengukur tinggi badan mahasiswi di Kemenkes Poltekkes Medan



Gambar 3. Melakukan wawancara untuk pengisian Food Frequency Questionnaire di Kemenkes Poltekkes Medan

Lampiran 11 Surat Pernyataan

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Angel Rebecca N. Sigalingging

Nim : P01031223164

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di Skripsi saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang membuat pernyataan



(Angel Rebecca N. Sigalingging)

Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Angel Rebecca N. Sigalingging
Tempat/Tanggal Lahir : Medan, 31 Maret 2003
Jlh Anggota Keluarga : 2
Alamat Rumah : Jl. Setia Budi No.61a, Helvetia Timur,
Medan Helvetia
No. Telepon : 082160899230
Email : angelsigalingging2017@gmail.com
Riwayat Pendidikan : 1. SDN 097522
2. SMPN 1 Siantar
3. SMAN 1 Siantar
Hobi : Membaca
Motto : Dengan pendidikan kamu bisa mengubah dunia