

SKRIPSI



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, UANG SAKU, MEDIA
MASSA, DAN KETERSEDIAAN MAKANAN SEKITAR
TERHADAP PERILAKU KONSUMSI MAKANAN BERAGAM
PADA MAHASISWA GIZI UHAMKA**

OLEH



ANGGI WULANDARI

1605025037

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2020**

SKRIPSI



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, UANG SAKU, MEDIA
MASSA, DAN KETERSEDIAAN MAKANAN SEKITAR
TERHADAP PERILAKU KONSUMSI MAKANAN BERAGAM
PADA MAHASISWA GIZI UHAMKA**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**

OLEH

ANGGI WULANDARI

1605025037

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2020**

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Anggi Wulandari
NIM : 1605025037
Program Studi : Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Gizi, Uang Saku, Media Massa, dan Ketersediaan Makanan Sekitar Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Beragam Pada Mahasiswa Gizi UHAMKA

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 6 Januari 2021

TIM PENGUJI

Pembimbing I : Alibbirwin, S.KM., M.Epid.



PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Anggi Wulandari
NIM : 1605025037
Program Studi : Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Gizi, Uang Saku, Media Massa, dan Ketersediaan Makanan Sekitar Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Beragam Pada Mahasiswa Gizi UHAMKA

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 22 Februari 2021

TIM PENGUJI

Pembimbing II : Nursyifa Rahma Maulida, M.Gizi.



PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Anggi Wulandari
NIM : 1605025037
Program Studi : Gizi
Judul Proposal : Hubungan Pengetahuan Gizi, Uang Saku, Media Massa, dan Ketersediaan Makanan Sekitar Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Beragam Pada Mahasiswa Gizi UHAMKA

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 11 Januari 2021

TIM PENGUJI

Penguji I : Izna Nurdianty Muhdar, S.Gz., M.Si.



v

v

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF.DR.HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA ILMU GIZI
PEMINATAN GIZI KOMUNITAS

Skripsi, November 2020

Anggi Wulandari,

“Hubungan Pengetahuan Gizi, Uang Saku, Media Massa, dan Ketersediaan Makanan Sekitar Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Beragam Pada Mahasiswa Gizi UHAMKA”

xix + 86 halaman, 23 tabel, 2bagan + 8 lampiran

ABSTRAK

Masalah gizi pada remaja disebabkan perilaku makan kurang beragam yang dipengaruhi oleh pengetahuan, ekonomi, media dan ketersediaan makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Gizi, Uang Saku, Media Massa, dan Ketersediaan Makanan Sekitar Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Beragam Pada Mahasiswa Gizi UHAMKA yang dilaksanakan pada September - Oktober 2020 dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional* dan teknik *purposive sampling*. Sampel berjumlah 160 mahasiswa gizi. Teknik pengumpulan data secara primer dengan menggunakan kuesioner melalui *Google Forms* dan kuesioner ketersediaan makanan yang diisi sendiri oleh responden. Kemudian, wawancara *food recall* 2 x 24 jam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 76,9% mahasiswa konsumsi makanan cukup beragam. Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku makan terhadap keragaman pangan ($p < 0,05$) dan tidak ada hubungan antara uang saku, media massa, dan ketersediaan makanan terhadap keragaman pangan ($p > 0,05$). Saran bagi mahasiswa gizi diharapkan untuk meningkatkan konsumsi sayur dan buah agar konsumsi makanannya dapat beragam serta tetap mengaplikasikan pengetahuan gizi yang sudah didapatkan selama perkuliahan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci : Keragaman Pangan, Mahasiswa Gizi

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY PROF.DR.HAMKA
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
NUTRITION SCIENCE PROGRAM
COMMUNITY NUTRITION

Skripsi, October 2020

Anggi Wulandari,

" Relationship Between Nutrition Knowledge, Pocket Money, Media, and The Availability of Food Around to Behavior of Food Diversity on Nutrition College Students UHAMKA "

xix + 86 pages, 23 tables, 2 chart + 8 attachments

ABSTRACT

Nutritional problems in college students caused by wrong eating behavior, an imbalance between food intake and the recommended needs. Factors that influence a person's eating behavior are knowledge, economy, media and food availability. Food diversity is an indicator in an effort to reduce this problem. This study aims to determine the Relationship Between Nutritional Knowledge, Pocket Money, Media, and The Availability of Food Around to Behavior of Food Diversity on Nutrition College Students UHAMKA, which was carried out in September-October 2020 using a cross sectional research design and purposive sampling technique. The sample consisted of 160 Nutrition College students. The primary data technique used a questionnaire through Google Forms and a food list questionnaire that was filled in by the respondents themselves. Then, interview 2 x 24 hours recall. The results showed that 76.9% of students consumed quite a variety of foods. Based on the results of bivariate analysis, it shows that there is a relationship between knowledge and eating behavior on food diversity ($p < 0.05$) and there is no relationship between pocket money, media, and food availability on food diversity ($p > 0.05$). Suggestions for nutrition student collage to increase the consumption of vegetables and fruit so that their food consumption can be varied and to continue to apply the nutritional knowledge that has been obtained during lectures in their daily life.

Keywords: Food Diversity, Nutrition Student College.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..	Error! Bookmark not defined.
PENGESAHAN TIM PENGUJI	Error! Bookmark not defined.
PENGESAHAN TIM PENGUJI	Error! Bookmark not defined.
PENGESAHAN TIM PENGUJI	Error! Bookmark not defined.
PENGESAHAN TIM PENGUJI	Error! Bookmark not defined.
PENGESAHAN TIM PENGUJI	vi
RIWAYAT HIDUP	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK	xi
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR BAGAN.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Bagi Mahasiswa UHAMKA.....	5
2. Bagi Intitusi Kesehatan	5

3. Bagi peneliti	5
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	5
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	7
A. Tinjauan Pustaka	7
1. Gizi Pada Remaja	7
2. Mahasiswa	13
3. keragaman pangan.....	14
4. Perilaku Konsumsi.....	18
5. Faktor – faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi makan.....	19
B. KERANGKA TEORI	22
BAB III.....	23
KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS ...	23
A. Kerangka konsep.....	23
B. Definisi Operasional.....	23
C. Hipotesis	25
BAB IV	26
METODOLOGI PENELITIAN	26
A. Rancangan penelitian	26
B. Populasi dan Sampel	26
1. Populasi	26
2. Sampel	26
C. Instrumen Pengambilan Data	28
D. Pengumpulan Data.....	28
1. Teknis pengambilan data.....	28
2. Jenis data	29
E. Teknik Pengumpulan Data	30
1. Persiapan Penelitian	30
2. Pelaksanaan penelitian	30
F. Uji Coba Kuesioner.....	30
1. Uji validitas	30

2. Uji Reabilitas	32
G. Pengolahan, Penyajian, dan Analisis Data	33
1. Teknik Pengolahan Data	33
2. Teknik Penyajian Data	36
3. Analisis Data	37
BAB V.....	38
HASIL	38
A. Gambaran Umum Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA	38
A. Karakteristik Responden	40
B. Hasil univariat	40
1. Keragaman Pangan	40
2. Pengetahuan Gizi	41
3. Uang Saku.....	43
4. Media Massa.....	44
5. Ketersediaan Makanan.....	44
6. Perilaku Makan.....	45
C. Hasil Bivariat.....	46
1. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi dengan Keragaman Pangan.....	46
2. Hubungan Antara Uang Saku dengan Keragaman Pangan	47
3. Hubungan Antara Media Massa dengan Keragaman Pangan	47
4. Hubungan Antara Ketersediaan Makanan dengan Keragaman Pangan..	48
5. Hubungan Antara Perilaku Makan dengan Keragaman Pangan pada....	49
BAB VI.....	50
PEMBAHASAN	50
A. Gambaran Konsumsi Keragaman Pangan Pada Mahasiswa Gizi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Tahun 2020.....	50
B. Analisis Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Keragaman Pangan ...	50
C. Analisis Hubungan Uang Saku dengan Keragaman Pangan	51
D. Analisis Hubungan Media Massa dengan Keragaman Pangan	52
E. Analisis Hubungan Ketersediaan Makanan dengan Keragaman Pangan	53
F. Analisis Hubungan Perilaku Makan dengan Keragaman Pangan	54

G. Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB VII	56
KESIMPULAN DAN SARAN	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	63



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kelompok pangan untuk <i>Dietary Diversity Score</i> (DDS).....	15
Tabel 3 1. Kerangka Konsep.....	23
Tabel 3 2. Definisi Operasional	23
Tabel 4. 1 Besar proporsi yang digunakan untuk besar sampel penelitian	27
Tabel 4. 2. Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan	31
Tabel 4. 3. Hasil Uji Reabilitas Variabel Pengetahuan	32
Tabel 4. 4. Kode data	33
Tabel 5. 1 Distribusi Karakteristik Mahasiswa Gizi UHAMKA	40
Tabel 5. 2 Distribusi Keragaman Pangan Mahasiswa Gizi UHAMKA.....	41
Tabel 5. 3 Distribusi Pengetahuan Gizi Mahasiswa Gizi UHAMKA.....	41
Tabel 5. 4 Distribusi Hasil Jawaban Pengetahuan Gizi Responden	42
Tabel 5. 5 Distribusi Uang Saku Mahasiswa Gizi UHAMKA	43
Tabel 5. 6 Distribusi Paparan Media Massa Mahasiswa Gizi UHAMKA.....	44
Tabel 5. 7 Distribusi Ketersediaan Makanan Mahasiswa Gizi UHAMKA	44
Tabel 5. 8 Distribusi Kelompok Ketersediaan Makan Responden	45
Tabel 5. 9 Distribusi Perilaku Makan Mahasiswa Gizi UHAMKA.....	45
Tabel 5. 10 Hubungan Antara Pengetahuan Gizi dengan Keragaman Pangan	46
Tabel 5. 11 Hubungan Antara Uang Saku dengan Keragaman Pangan.....	47
Tabel 5. 12 Hubungan Antara Media Massa dengan Keragaman Pangan.....	47
Tabel 5. 13 Hubungan Antara Ketersediaan Makanan dengan Keragaman Panga	48
Tabel 5. 14 Hubungan Antara Perilaku Makan dengan Keragaman Pangan.....	49

DAFTAR BAGAN

Bagan 3. 1 Kerangka Teori	23
Bagan 3. 2 Kerangka konsep.....	23



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Naskah Penjelasan.....	64
Lampiran 2. Formulir Informed Consent.....	65
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian.....	66
Lampiran 4. Formulir Ketersediaan Makanan.....	70
Lampiran 5. Formulir <i>Food Recall</i> 24 jam.....	73
Lampiran 6. Surat Persetujuan Etik Penelitian.....	74
Lampiran 7 Hasil Pengolahan Data Univariat.....	74
lampiran 8. Hasil Pengolahan Data Bivariat.....	77



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia saat ini mempunyai masalah *triple burden*, yaitu masalah kekurangan gizi (*stunting* dan *wasting*), kelebihan gizi (obesitas), dan kekurangan zat gizi mikro seperti anemia (Riskesmas 2013 - 2018). Hasil Riskesmas 2018 menunjukkan bahwa penduduk usia >18 tahun di DKI Jakarta sebanyak 7,9% termasuk kategori kurus (*wasting*), 46,6% kategori normal, 15,6% mengalami kelebihan berat badan, dan 29,8% dikategori obesitas (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Ketidakseimbangan antara asupan makanan dengan kebutuhan dapat menimbulkan masalah gizi (Dwiningsih, 2013). Capaian pemenuhan pangan di Indonesia tahun 2015-2018 menunjukkan bahwa kelompok pangan umbi - umbian, pangan hewani, kacang – kacang, sayur dan buah masih belum mencapai batas acuan (100%) (Kementerian Pertanian, 2019).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke dewasa muda. Remaja dapat dibagi menjadi remaja awal (12-16 tahun) dan remaja akhir (17-25 tahun) (Depkes RI, 2009). Remaja menjadi salah satu kelompok rentan gizi karena remaja berada pada siklus pertumbuhan dan perkembangan yang memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah yang lebih besar daripada kelompok umur yang lain (Sutrio, 2017). Masalah gizi pada remaja terjadi karena perilaku gizi yang salah (Jayanti *et al*, 2017). Mahasiswa yang tergolong masa remaja tingkat akhir memiliki perilaku konsumsi makan yang tidak sehat karena banyaknya kegiatan tertentu di perkuliahan (Mahfouz *et al.*, 2016). Mahasiswa memerlukan gizi seimbang, agar dapat terhindar dari penyakit degeneratif yang mengakibatkan produktivitasnya menurun (Wahid, 2017). Pada mahasiswa yang mengalami kerawanan pangan atau kurangnya ketersediaan makanan disekitar memiliki masalah kesehatan yang buruk, kualitas makan yang rendah, dan dapat mempengaruhi kinerja akademis mahasiswa dikampus (Castellanos *et al*, 2020). Penelitian di Turki, hanya 1,9% yang memiliki pola konsumsi sesuai dengan *Food Guide Pyramid*, 31% memiliki kebiasaan mengonsumsi

fast food paling sedikit satu kali dalam sehari dan 60,8% diantaranya melewati makan (Akman *et al*, 2011). Mahasiswa gizi memiliki pengetahuan tentang gizi lebih baik dari pada mahasiswa non gizi, maka dari itu diharapkan mahasiswa gizi memiliki peran dan tanggung jawab dalam menjalankan perilaku dan pola hidup sehat (Puspitasri *et al*, 2018).

Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku makan seseorang, diantaranya pengetahuan, budaya, ekonomi, norma sosial, dan media atau periklanan (Pujiati *et al.* , 2015). Harper (2006) yang menyatakan bahwa kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi sikap yang salah dalam memenuhi kebutuhan pangannya (Amandatiana, 2019). Selain itu, faktor media massa memiliki pengaruh dalam dalam mengonsumsi suatu produk serta preferensi suatu produk makanan tertentu (Laras *et al.*, 2018). Ekonomi dapat mempengaruhi gaya hidup seseorang, termasuk dalam pemilihan makan (Gazali, 2015). Konsumsi makanan pada remaja dapat dipengaruhi oleh anggaran yang mereka peroleh setiap bulan seperti dari uang saku bulanan orang tua (Tobing, 2015). Globalisasi juga dapat menjadi salah satu faktor penyebab perubahan konsumsi pangan, terdapatnya banyak gerai makanan cepat saji, meningkatnya konsumsi minuman berkadar gula tinggi serta makanan ringan tinggi kalori, gula, dan garam (Sempati, 2017).

Penganekaragaman pangan merupakan salah satu pilar utama dalam upaya penurunan masalah pangan dan gizi (Ariani,2008). Hal tersebut menunjukkan bahwa penganekaragaman makanan konsumsi pangan bagi penduduk merupakan aspek penting bagi perwujudan SDM Indonesia yang berkualitas. Pada penelitian Swindale *et al* (2006) menunjukkan bahwa kurangnya keragaman dan kualitas pangan akan berpengaruh pada masalah gizi ('Aisy *et al*, 2019). Keanekaragaman pangan diartikan sebagai beragamnya kelompok pangan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah - buahan serta air (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Konsumsi makanan yang beragam akan menjamin terpenuhinya kecukupan sumber zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur (Aditianti, 2016). Keragaman pangan dapat ditentukan dari penjumlahan kelompok pangan yang dikonsumsi. *Dietary Diversity Score* (DDS) atau skor keanekaragaman pangan merupakan salah

satu cara pengukuran kualitas konsumsi pangan (Swamilaksita *et al*, 2017). DDS dapat digunakan untuk memprediksi kecukupan gizi pada individu (Zhao *et al*, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara pengetahuan gizi, uang saku, media masa, dan ketersediaan makanan terhadap perilaku konsumsi makanan beragam pada mahasiswa gizi UHAMKA.

B. Rumusan Masalah

Mahasiswa termasuk dalam kategori remaja akhir (17-25 tahun). Masalah gizi pada remaja terjadi karena perilaku gizi yang salah yaitu ketidakseimbangan antara asupan makanan dengan kebutuhan gizinya. Mahasiswa memiliki perilaku konsumsi makan yang tidak sehat karena banyaknya kegiatan tertentu di perkuliahan (Mahfouz *et al*, 2016). Penelitian di Turki, hanya 1,9% yang memiliki pola konsumsi sesuai dengan *Food Guide Pyramid*, 31% memiliki kebiasaan mengonsumsi *fast food* paling sedikit satu kali dalam sehari dan 60,8% diantaranya melewatkan makan (Akman *et al*, 2011). Faktor yang mempengaruhi perilaku makan seseorang, diantaranya pengetahuan, budaya, ekonomi, norma sosial, ketersediaan, dan media. Penganekaragaman pangan merupakan salah satu pilar utama dalam upaya penurunan masalah pangan dan gizi (Ariani,2008). Pada penelitian Swindale *et al* (2006) menunjukkan bahwa kurangnya keragaman dan kualitas pangan akan berpengaruh pada masalah gizi (Aisy *et al*, 2019). Konsumsi makanan yang beragam akan menjamin terpenuhinya kecukupan sumber zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur (Aditianti, 2016).

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, maka timbul pertanyaan sebagai berikut

1. Bagaimana pengetahuan gizi pada mahasiswa gizi UHAMKA?
2. Bagaimana uang saku pada mahasiswa gizi UHAMKA?
3. Bagaimana paparan media massa terhadap konsumsi makanan yang beragam pada mahasiswa gizi UHAMKA?
4. Bagaimana ketersediaan makanan sekitar pada mahasiswa gizi UHAMKA?
5. Bagaimana perilaku makan yang beragam pada mahasiswa gizi UHAMKA?

6. Bagaimana keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA ?
7. Bagaimana hubungan pengetahuan gizi terhadap keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA?
8. Bagaimana hubungan uang saku terhadap keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA?
9. Bagaimana hubungan media massa terhadap keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA?
10. Bagaimana hubungan ketersediaan makanan terhadap keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA?
11. Bagaimana hubungan perilaku makan terhadap keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, uang saku, media massa, dan ketersediaan makanan sekitar terhadap perilaku konsumsi makanan beragam pada mahasiswa gizi UHAMKA.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan gizi pada mahasiswa gizi UHAMKA
- b. Mengidentifikasi uang saku mahasiswa gizi UHAMKA
- c. Mengidentifikasi media massa pada mahasiswa gizi UHAMKA
- d. Mengidentifikasi ketersediaan makan sekitar pada mahasiswa gizi UHAMKA
- e. Mengidentifikasi perilaku konsumsi pada mahasiswa gizi UHAMKA
- f. Mengidentifikasi keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA
- g. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi terhadap keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA
- h. Menganalisis hubungan uang saku terhadap keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA
- i. Menganalisis hubungan media massa terhadap keragaman pangan pada mahasiswa UHAMKA

- j. Menganalisis hubungan ketersediaan makanan terhadap keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA
- k. Menganalisis hubungan perilaku makan keragaman pangan pada mahasiswa gizi UHAMKA

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa UHAMKA

Memberikan informasi mengenai hubungan pengetahuan gizi, uang saku, media massa, dan ketersediaan makanan sekitar terhadap perilaku konsumsi makanan beragam pada mahasiswa gizi UHAMKA, sehingga bisa digunakan sebagai evaluasi mahasiswa dalam mengonsumsi makanan yang beragam

2. Bagi Intitusi Kesehatan

Memberikan informasi mengenai hubungan pengetahuan gizi, uang saku, media massa, dan ketersediaan makanan sekitar terhadap perilaku konsumsi makanan beragam pada mahasiswa gizi UHAMKA, sehingga bisa dilakukan upaya pencegahan masalah tersebut.

3. Bagi peneliti

Dapat memberikan referensi sebagai dasar ilmiah untuk penelitian selanjutnya

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September - Oktober tahun 2020 di Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis hubungan pengetahuan gizi, uang saku, media massa, dan ketersediaan makanan sekitar terhadap perilaku konsumsi makanan yang beragam pada mahasiswa gizi UHAMKA. Metode penelitian yang digunakan adalah metode analisis kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Sumber data pada penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder. Pengumpulan data primer menggunakan kuesioner dengan *Google Forms* yang berisi pertanyaan mengenai variabel pengetahuan gizi, uang saku, media massa, perilaku makan serta wawancara *food recall* 24 jam dan

ketersediaan makan *via* telepon *Whatsapp*. Data sekunder dalam penelitian ini adalah data jumlah mahasiswa aktif Gizi UHAMKA. Populasi penelitian ini sebanyak 383 dengan sampel penelitian yaitu mahasiswa Gizi UHAMKA semester 7 dan 9 sebanyak 160 orang.



DAFTAR PUSTAKA

- Afritayeni, A. (2017). POLA PEMBERIAN MAKAN PADA BALITA GIZI BURUK DI KELURAHAN RUMBAI BUKIT KECAMATAN RUMBAI KOTA PEKANBARU PROVINSI RIAU. *Jurnal Endurance*. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i1.1598>
- Aini, S.N. (2013). Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di Perkotaan. *Unnes Journal of Public Health*, 2(1).
- Akman, M., Akan, H., Izbirak, G., Tanröver, Ö., Tilev, S. M., Yildiz, A., Tektaş, S., Vitrinel, A., & Hayran, O. (2010). Eating patterns of Turkish adolescents: A cross-sectional survey. *Nutrition Journal*, 9(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/1475-2891-9-67>
- Amandatiana, A. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan pada Mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat di STIKES Kharisma Persada. *Jurnal Mahasiswa Dan Penelitian Kesehatan*, 6(1), 35–41.
- Anggraini, S. (2012). Faktor Lingkungan Dan Faktor Individu Hubungannya Dengan Konsumsi Makanan Pada Mahasiswa Asrama Universitas Indonesia Depok Tahun 2012. Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Studi Gizi. Depok.
- Boarding, B., & Hasyim, W. (2017). Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Sehat Dengan Status Gizi Mahasiswi Pondok Pesantren Wahid Hasyim. *Journal Pendidikan Teknik Boga*, 81–88.
- Cahyani, G. I. (2008). Analisis Faktor Sosial Ekonomi Keluarga terhadap Keanekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Agribisnis Di Kabupaten Banyumas. 1–59. <https://core.ac.uk/download/pdf/11717173.pdf>
- Castellanos Cuy, D., & Holcomb, J. (2020). Food insecurity, financial priority, and nutrition literacy of university students at a mid-size private university. *Journal of American College Health*, 68(1), 16-20.
- Dahlan. 2009. Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan : Deskriptif, Bivariat dan Multivariat dilengkapi Aplikasi dengan Menggunakan SPSS. Jakarta : Salemba Medika.
- Dewi, S. R. (2013). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Sikap Terhadap Gizi dan Pola Konsumsi Siswa Kelas XII Program Keahlian Jasa Boga di SMK Negeri 6 Yogyakarta. 1–91.

- Dr. Ir. Achmad Suryana, M. (2012). Penganekaragaman Konsumsi Pangan dan Gizi : Faktor Pendukung Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*, 53(95), 45–52. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Gazali, A. P. (2015). *Keragaman konsumsi pangan dan hubungannya dengan status gizi pada orang dewasa di perkotaan*.
- Geller. (2010). *Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Santri Di Pondok Pesantren Yatim At-Thayyibah Sukabumi*. 2(2), 65–74.
- Hardiansyah, & Supariasah, I. D. (2017). Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. In *Gizi Bayi dan Balita*.
- Islamiyati, A. N. (2014). *Pengetahuan, Sikap, Tindakan Konsumsi Makanan dan Minuman Instan Pada Siswa Kelas XI Program Keahlian Jasa Boga Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 6 Yogyakarta*.
- Kementerian Kesehatan. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*, 1–96. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018*. 1–582.
- Kementerian Pertanian. (2019). Direktori Perkembangan Konsumsi Pangan. In *Badan Ketahan Pangan*.
- Kennedy G, Ballard T, Dop MC. 2011. Guidelines for Measuring Household and Individual Dietary Diversity. Rome (IT): FAO.
- Kennedy, G. L., Pedro, M. R., Seghieri, C., Nantel, G., & Brouwer, I. (2007). Dietary Diversity Score Is a Useful Indicator of Micronutrient Intake in Non-Breast-Feeding Filipino Children. *The Journal of Nutrition*, 137(2), 472–477. <https://doi.org/10.1093/jn/137.2.472>
- Lemeshow, 1997, *Besar Sampel Dalam Penelitian Kesehatan*, Yogyakarta, UGM
- Lomanjaya, Ingrid Perlisa. (2014). Studi Deskriptif Perilaku Makan Mahasiswa Universitas Kristen Petra Surabaya. 242–255. <https://doi.org/10.13671/j.hjkxxb.2014.0671>
- Mahfouz, M. S., Makeen, A. M., Akour, A. Y., Madkhly, T. M., Hakami, H. M., Shaabi, W. M., ... & Al-Ali, M. A. (2016). Nutritional habits and weight status among Jazan University students: eating patterns and healthy lifestyle assessment. *Epidemiology, Biostatistics and Public Health*, 13(2).

- Mardalena, I. (2017). Dasar-dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan. In *Pustaka Baru Press*.
- Maulana, Heri. 2009. Promosi Kesehatan. Jakarta: EGC.
- Mimiran P, Azadbakht L, Esmailzadeh A, Azizi F. 2004. Dietary diversity score in adolescents – a good indicator of the nutritional adequacy of diets: Tehran lipid and glucose study. *Asia Pacific J Clin Nutr*. 13(1): 56-60
- Muktiharti. 2010. Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Remaja SMA Negeri 2 dan SMA Negeri 3 di Kota Pekalongan Tahun 2010. Pekalongan : Universitas Pekalongan.
- Munasiroh, D., Nurawali, D. O., Rahmah, D. A., Suhailah, F., & Yusup, I. R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) Pada Mahasiswa. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2). <https://doi.org/10.31602/ann.v6i2.2681>
- Nenobanu, A. I., Kurniasari, M. D., & Rahardjo, M. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Asrama Universitas Kristen Satya Wacana. *Indonesian Journal On Medical Science*, 5(1), 95–103.
- Nurdin Rahman, Nikmah Utami Dewi, F. A. (2016). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN PADA REMAJA SMA NEGERI 1 PALU. 7, 43–52.
- Ochieng, J., Afari-Sefa, V., Lukumay, P. J., & Dubois, T. (2017). Determinants of dietary diversity and the potential role of men in improving household nutrition in Tanzania. *PLoS ONE*, 12(12), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0189022>
- Oliver, G., Wardle, J., & Gibson, E. L. (2000). Stress and food choice: A laboratory study. *Psychosomatic Medicine*, 62(6), 853–865. <https://doi.org/10.1097/00006842-200011000-00016>
- Pangesti, D. P., Andadari, S., & Mahmudiono, T. (2017). Keragaman Pangan dan Tingkat Kecukupan Energi serta Protein Pada Balita Dietary Diversity, Energy and Protein Adequacy in Children. *Andadari Dan Mahmudiono. Amerta Nutr*, 1(3), 172–179. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1.i3.2017.172-179>
- Patchep, Kamongporn. (2011). Factor Influencing Thai Adolescents' Eating Behaviour. Thesis, School of Nursing Science, Faculty of Medicine and Health Science, University of East Anglia.
- Pillai A, Kinabo J, Krawinkel MB. Effect of nutrition education on the knowledge scores of urban households with home gardens in Morogoro, Tanzania.

Agriculture & Food Security. 2016; 5(1):22. <https://doi.org/10.1186/s40066-016-0069-1>

Prasetyaningtyas, D., & Nindya, T. S. (2018). HUBUNGAN ANTARA KETERSEDIAAN PANGAN DENGAN KERAGAMAN PANGAN RUMAH TANGGA BURUH TANI. *Media Gizi Indonesia*. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i2.149-155>

Prasiwi, R. I. (2012). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Pada Remaja Di SMPN 115 Jakarta Selatan Tahun 2012. *Skripsi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Program Studi Gizi Universitas Indonesia*, 1–120.

Pujiati et all. (2015). HUBUNGAN ANTARA PERILAKU MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI. *Cybrarians Journal*, 2(37), 1–31. <https://doi.org/10.12816/0013114>

Purba, R. B., Djendra, I. M., & Kindangen, R. Z. (2018). Perilaku Makan, Asupan Protein dengan Anemia pada Remaja Putri Di SMP Krispa Silian Kabupaten Minahasa Tenggara. *Prosiding Seminar Nasional*, 546.

Putri, D. Y. (2014). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja Putri di SMAN 10 Padang Tahun 2013. *Repository Universitas Andalas*, 1–24.

Putri, R. A., Shaluhayah, Z., & Kusumawati, A. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Sehat Pada Remaja SMA di Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 8, 332–337. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>

Powell, B., Bezner Kerr, R., Young, S. L., & Johns, T. (2017). The determinants of dietary diversity and nutrition: Ethnonutrition knowledge of local people in the East Usambara Mountains, Tanzania. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 13(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s13002-017-0150-2>

Proverawati, A., & Wati, E. K. (2011). *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Rachman, B. N., Mustika, I. G., & Kusumawati, I. G. A. W. (2017). Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), 9–16. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.1.9-16>

Ramadanus, Tarumun, S., & Elinur. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Pangan Sumber Karbohidrat di Provinsi Sumatera Barat. *Jurnal Dinamika Pertanian*, XXVIII(2), 121–130.

Rekyan Hanung Puspadewi dan Dodik Briawan. (2015). Persepsi Tentang Pangan Sehat, Alasan Pemilihan Pangan Dan Kebiasaan Makan Sehat Pada

Mahasiswa. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 9(3), 211–218.
<https://doi.org/10.25182/jgp.2014.9.3.%p>

Sediaoetama, A. D. 2000. Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid I. Dian Rakyat. Jakarta

Sempati. (2017). *Persepsi dan perilaku remaja terhadap makanan tradisional dan makanan modern skripsi*. 1–83.
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/boga/article/viewFile/8291/7886>

Supariasa, I Dewa Nyoman, dkk. 2001. Penilaian Status Gizi. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Swamilaksita, P. D., & Jeruk, K. (2017). Keragaman Konsumsi Pangan Dan Densitas Gizi Pada Remaja Obesitas Dan Non Obesitas. *Nutrire Diaita*, 9(1), 44–50.

Tobing, D. R. L. (2015). *Analisis Hubungan Antara Pendapatan dengan Perilaku Konsumsi Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Brawijaya) JURNAL ILMIAH Disusun oleh* : 1–17.

Wahid. (2017). TEKNOLOGI HASIL PERTANIAN UNIVERSITAS BRAWIJAYA TERHADAP STATUS GIZI The Relation of Food Consumption Pattern and Individual Budget of Students Majoring in Businnes Management with Students Majoring in Agricultural Product Technology of Brawijaya Universi. *Motivasi Belajar Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Pendidikan Ips Fis Uny*, 5(1), 1–12.

Wijaya, U. L., Widjanarko, B., & Indraswari, R. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Berisiko. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8, 426–431.

Zhao, W., Yu, K., Tan, S., Zheng, Y., Zhao, A., Wang, P., & Zhang, Y. (2017). Dietary diversity scores: An indicator of micronutrient inadequacy instead of obesity for Chinese children. *BMC Public Health*, 17(1), 1–11.
<https://doi.org/10.1186/s12889-017-4381-x>

'Aisy, A. R., Fitranti, D. Y., Purwanti, R., Kurniawati, D. M., & Wijayanti, H. S. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keragaman Pangan Pada Anak Jalanan Di Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*, 8(4), 254–263.
<https://doi.org/10.14710/jnc.v8i4.25839>