

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN TAHUN 2016

Jessica, 2016

Pembimbing I : Winsa Husin, dr., M.Sc., M.Kes., PA(K)

Pembimbing II : Cindra Paskaria, dr., MKM.

Masalah kesehatan di Indonesia yang dihadapi saat ini adalah beban ganda masalah gizi, yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih, prevalensi gizi lebih pada penduduk dewasa di Jawa Barat adalah 17,0%.

Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran pola makan dan status gizi mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha serta menganalisis adanya hubungan antara pola makan dengan status gizi.

Desain penelitian ini bersifat survei analitik dengan mengukur status gizi berdasarkan IMT dan menggunakan kuisioner *Food Recall 24 hours* yang diberikan kepada 30 mahasiswa dan diubah ke kalori menggunakan software *Nutrisurvey* 2007. Analisis data menggunakan uji ANOVA dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil yang didapatkan adalah ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi mahasiswa laki-laki (ANOVA, $F_{hitung} = 7,653$ dan $p\ value = 0,001$).

Simpulan penelitian ini adalah pola makan mahasiswa berdasarkan status gizi FK Universitas Kristen Maranatha tahun 2016. Normal (1792 kkal), *Overweight* (1736 kkal), Obese I (1956 kkal), Obese II (3100 kkal). Status gizi mahasiswa FK Universitas Kristen Maranatha terdiri dari normal (43,3%), *overweight* (13,3%), Obese I (33,4%), dan Obese II (10%). Terdapat hubungan yang sangat bermakna antara pola makan dengan status gizi.

Kata Kunci : pola makan, status gizi, *24 hours food recall*

ABSTRACT

THE RELATION NUTRITIONAL NUTRITIONAL STATUS WITH NUTRITIONAL STATUS IN MALE STUDENTS OF FACULTY MEDICINE MARANATHA CHRISTIAN UNIVERSITY 2016

Jessica, 2016

1st Tutor : Winsa Husin, dr., M.Sc., M.Kes., PA(K)

2st Tutor : Cindra Paskaria, dr., M.K.M

Health problem in Indonesia is currently facing a double burden of nutritional problems, nutrition deficiencies and nutrition excess, which has a prevalence of nutrition excess in the adult population in West Java is 17.0%.

The purpose of the research is to know the description of eating patterns of male students in the Faculty of Medicine Maranatha Christian University and find description of nutritional status of student as well as the relationship between dietary nutritional status.

The design of this research was analytic survey with experimental measured its nutrition value status based on BMI and using a detailed questionnaire of a 24 hours Food Recall given to 30 male students and converted to calories using the software Nutrisurvey 2007. Data analysis using ANOVA test with $\alpha = 0.05$.

The result is a meaningful relationship exists between dietary nutritional status of male students (ANOVA, $F_{\text{calculate}} = 7.653$ and $p = 0.001$)

Summary of the research is based on student status diet nutrition normal (1791 kcal), overweight (1736 kcal), obese I (1956 kcal), obese II (3100 kcal). Nutritional status of students consists of normal (43.3%), overweight (13.3%), Obese I (33.4%), and Obese II (10%). There is a very meaningful relationships between diet with nutritional status.

Keywords : diet, nutritional status, 24 hours food recall

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Maksud dan Tujuan	4
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	4
1.4.1 Manfaat Akademis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis	4
1.5.1 Kerangka Pemikiran.....	4
1.5.2 Hipotesis Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Status Gizi	6
2.1.1 Definisi Status Gizi	6
2.1.2 Penilaian Status Gizi Secara Langsung.....	7

2.1.3 Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung	9
2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	11
2.2 Pola Makan	13
2.2.1 Pola Menu Seimbang	14
2.2.2 Perhitungan Kebutuhan Energi Harian	16
2.2.3 Konversi Satuan Ukuran Rumah Tangga Ke Dalam Satuan Berat (Gram)	17
2.2.4 Nutrisurvey.....	17
2.3 Energi	18
2.3.1 Karbohidrat	19
2.3.2 Lemak.....	19
2.3.3 Protein	20
2.4 Masalah Kekurangan Gizi.....	20
2.4.1 Etiologi Gizi Kurang.....	21
2.4.2 Dampak Gizi Kurang	22
2.5 Masalah Kelebihan Gizi.....	23
2.5.1 Etiologi Gizi Lebih.....	24
2.5.2 Dampak Gizi Lebih.....	25
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN	28
3.1 Alat dan Bahan Penelitian.....	28
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	28
3.3 Metode Penelitian.....	28
3.3.1 Rancangan Penelitian	28
3.3.2 Definisi Operasional Variabel	28
3.4 Prosedur Pengambilan/Pemilihan Sampel dan Penentuan Unit Analisis....	29

3.4.1 Populasi Penelitian.....	29
3.4.2 Sampel Penelitian.....	29
3.5 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.5.1 Sumber Data Penelitian.....	31
3.5.2 Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.7 Perizinan Penelitian.....	33
3.6 Pengolahan dan Analisis Data Serta Uji Validitas Data	33
3.8 Aspek Etik Penelitian.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	35
4.1 Hasil Penelitian	35
4.2 Pembahasan.....	38
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	40
5.1 Simpulan	40
5.2 Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	45
RIWAYAT HIDUP.....	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT Menurut Kriteria Asia Pasifik	8
Tabel 4.1 Perbandingan rata-rata jumlah kalori harian yang di konsumsi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Tahun Ajaran 2016.....	34
Tabel 4.2 Gambaran pola makan kandungan makronutrien mahasiswa pada hari Senin-Jumat.....	35
Tabel 4.3 Gambaran pola makan kandungan makronutrien mahasiswa pada hari Sabtu/Minggu.....	35
Tabel 4.4 Gambaran Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Tahun Ajaran 2016.....	36
Tabel 4.5 Hubungan Status Gizi dengan Pola Makan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Tahun Ajaran 2016.....	36
Tabel 4.6 Multiple Comparism.....	37

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.2 Piramida Makanan Untuk Pemilihan Gizi Seimbang.....	12
Gambar 2.2 Nutrisurvey.....	18



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1	45
Lampiran 2	46
Lampiran 3	47
Lampiran 4	49
Lampiran 5	50
Lampiran 6	51
Lampiran 7	52

