

Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Faktor Lainnya Dengan Perilaku Gizi Seimbang

Jayalaksana, Keyla Edvana Sugiarto

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=137411&lokasi=lokal>

Abstrak

Perilaku gizi seimbang berkaitan dengan status gizi dan performa akademik. Mahasiswa FKM UI merupakan calon tenaga kesehatan yang sedang menempuh pendidikan kesehatan sehingga diharapkan mahasiswa sudah memiliki pengetahuan dan menerapkan perilaku gizi seimbang. Namun, belum terdapat penelitian mengenai perilaku gizi seimbang pada mahasiswa FKM UI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan faktor lainnya dengan perilaku gizi seimbang mahasiswi FKM UI angkatan 2021. Perilaku gizi seimbang (konsumsi anekaragam pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, memantau berat badan) merupakan variabel dependen. Sementara pengetahuan gizi seimbang, citra tubuh, uang saku, tempat tinggal, keterpaparan informasi mengenai prinsip gizi seimbang, dukungan keluarga, dan pengaruh teman sebaya merupakan variabel independen. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional, dilakukan pada September 2023-Mei 2024 pada 110 mahasiswi. Data dianalisis menggunakan Chi-square. Hasil penelitian menemukan bahwa tidak terdapat responden yang berperilaku gizi seimbang secara keseluruhan dikarenakan tidak ada yang mengonsumsi anekaragam pangan atau data homogen. Analisis bivariat dilakukan pada setiap variabel independen dengan variabel dependen yang memiliki data heterogen (perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, memantau berat badan). Hasil analisis bivariat menemukan hubungan antara citra tubuh dengan memantau berat badan ($p\text{-value}=0,013$).

Balanced dietary behavior is related to nutritional status and academic performance. Public Health students Universitas Indonesia are prospective health workers currently pursuing health education so it is hoped that students will have knowledge and implement balanced dietary behavior. This research aims to determine the relationship between nutritional knowledge and other factors with balanced dietary behavior of Public Health students Universitas Indonesia class of 2021. Balanced dietary behavior (consumption of various foods, clean living behavior, physical activity, monitoring body weight) is the dependent variable. Meanwhile, nutrition knowledge, body image, pocket money, place to live, exposure to information regarding the principles of balanced nutrition, family support, and peer influence are independent variables. This research used a cross-sectional study design, conducted in September 2023-May 2024 on 110 female students. Data were analyzed using Chi-square. The results of the research found that there were no respondents who implement overall balanced dietary behavior because no one consumed various foods. Bivariate analysis was carried out on each independent variable with the dependent variable having heterogeneous data (clean living behavior, physical activity, monitoring body weight). The bivariate analysis found a relationship between body image and monitoring body weight ($p\text{-value}=0.013$).