

Perbedaan Keragaman Konsumsi Pangan Minimal Antar Mahasiswa S1 Kesehatan dan Non-Kesehatan di Universitas Indonesia Tahun 2026

Faradila, Issfi Rahayu

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=139598&lokasi=lokal>

Abstrak

Keragaman konsumsi pangan merupakan salah satu indikator kualitas pola makan yang berkaitan dengan kecukupan zat gizi mikro. Mahasiswa termasuk kelompok yang rentan mengalami pola konsumsi pangan yang kurang beragam akibat perubahan gaya hidup, peningkatan kemandirian, serta berbagai faktor sosial, lingkungan, dan individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan keragaman konsumsi pangan minimal serta faktor-faktor yang berhubungan pada mahasiswa S1 kesehatan dan non-kesehatan di Universitas Indonesia Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan melibatkan 264 mahasiswa yang terdiri atas 125 mahasiswa kesehatan dan 139 mahasiswa non-kesehatan. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring dan pengukuran keragaman konsumsi pangan menggunakan Minimum Dietary Diversity for Women (MDD-W) berbasis food list-based method 24 hour. Analisis data dilakukan menggunakan uji chi-square dan Fisher's Exact. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi mahasiswa dengan keragaman konsumsi pangan minimal beragam pada kelompok non-kesehatan (87,1%) lebih tinggi dibandingkan kelompok kesehatan (82,4%), namun tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Pada kelompok kesehatan, terdapat hubungan yang signifikan antara besar uang saku ($p=0,028$) dengan keragaman konsumsi pangan minimal. Sementara itu, pada kelompok non-kesehatan terdapat hubungan yang signifikan antara peran teman sebaya ($p=0,021$) dan akses terhadap makanan ($p=0,016$) dengan keragaman konsumsi pangan minimal. Variabel peran keluarga/orang tua, pengaruh penggunaan media sosial, tempat tinggal, ketersediaan makanan, tingkat pengetahuan gizi, dan tingkat stres tidak menunjukkan hubungan yang signifikan pada kedua kelompok, sedangkan besar uang saku tidak menunjukkan hubungan yang signifikan pada kelompok non-kesehatan ($p>0,05$). Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan proporsi keragaman konsumsi pangan minimal antara mahasiswa kesehatan dan non-kesehatan di Universitas Indonesia. Faktor yang berhubungan dengan keragaman konsumsi pangan minimal pada mahasiswa kesehatan adalah besar uang saku, sedangkan pada mahasiswa non-kesehatan adalah peran teman sebaya dan akses terhadap makanan. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan akses terhadap pangan yang beragam dan terjangkau, penguatan peran teman sebaya dalam promosi konsumsi pangan yang beragam di lingkungan perguruan tinggi.

Dietary diversity is one indicator of dietary quality related to micronutrient adequacy. Female college students are a group at risk of having less diverse dietary patterns due to lifestyle changes, increased independence, and various social, environmental, and individual factors. This study aims to determine differences in minimum dietary diversity and associated factors among undergraduate female students majoring in health and non-health fields at the University of Indonesia in 2026. This study employed a cross-sectional design involving 264 female students, comprising 125 health majors and 139 non-health majors. Data were collected via an online questionnaire, and dietary diversity was measured using the Minimum Dietary Diversity for Women (MDD-W) based on the 24-hour food list method. Data analysis was performed using the chi-square test and

Fisher's exact test. The results of the study show that the proportion of female students with at least a moderate level of dietary diversity in the non-health group (87.1%) was higher than in the health group (82.4%), but there was no significant difference between the two groups. In the health group, there was a significant association between the amount of allowance ($p=0.028$) and minimal dietary diversity. Meanwhile, in the non-health group, there were significant associations between the role of peers ($p=0.021$) and access to food ($p=0.016$) and minimal dietary diversity. The variables of family/parental role, the influence of social media use, place of residence, food availability, level of nutritional knowledge, and stress level did not show a significant association in either group, whereas the amount of pocket money did not show a significant association in the non-health group ($p > 0.05$). It can be concluded that there is no difference in the proportion of minimum dietary diversity between health and non-health female students at the University of Indonesia. The factor associated with minimum dietary diversity among health female students is the amount of pocket money, whereas among non-health female students, it is the role of peers and access to food. Therefore, efforts are needed to improve access to diverse and affordable food and to strengthen the role of peers in promoting diverse food consumption on college campuses.