

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, POLA MAKAN DENGAN STATUS
GIZI MAHASISWA FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

Oleh


**NI MADE MARIYANTI
NIM : 811 412 030**

Telah diperiksa dan disetujui

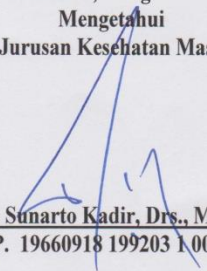
PEMBIMBING 1


Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP. 19660918 199203 1 002

PEMBIMBING 2


Dr. Laksmyn Kadir, S.Pd., M.Kes
NIP: 19750314 200501 2 001

**Gorontalo, 15 Agustus 2016
Mengetahui
Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat**


Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP. 19660918 199203 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN, POLA MAKAN DENGAN STATUS
GIZI MAHASISWA FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO

NI MADE MARIYANTI
NIM : 811 412 030

Telah di pertahankan di depan penguji

Hari/Tanggal : Kamis, 18 Agustus 2016

Waktu : 10.00-11.00 WITA

Penguji :

1. Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP. 19660918 199203 1 002

:

2. Dr. Laksmyn Kadir, S.Pd., M.Kes
NIP. 19750314 200501 2 001

:

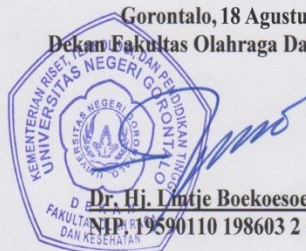
3. Dra. Hj. Rany Hiola, M.Kes
NIP. 19530913 198302 2 001

:

4. Lia Amalia, S.KM, M.Kes
NIP. 19791129 200501 2 017

:

Gorontalo, 18 Agustus 2016
Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



Dr. Hi. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

Ni Made Mariyanti. 811412030. 2016. Hubungan Pengetahuan, Pola Makan dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo. Jurusan Kesehatan Masyarakat. Fakultas Olahraga dan Kesehatan. Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing 1 Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes. Dan Pembimbing II Dr. Laksmyn Kadir, S.Pd, M.Kes.

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi, dibedakan antara gizi kurang, baik dan lebih. Pola makan dapat diartikan sebagai cara seseorang atau sekelompok orang untuk memilih dan mengkonsumsinya sebagai reaksi pengaruh-pengaruh fisiologi, psikologi, budaya dan sosial. Pola makan mahasiswa terdiri dari frekuensi makan, menu makan dan waktu makan. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit. Rumusan masalah dalam penelitian ini apakah ada hubungan pengetahuan, pola makan dengan status gizi mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan, pola makan, dengan status gizi mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan.

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan survei observasional dengan pendekatan *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel yaitu secara *accidental sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang berada di semester 6 dan menerima mata kuliah tentang gizi di bangku kuliah.

Hasil penelitian ini menunjukkan mahasiswa paling banyak mempunyai status gizi normal dengan pengetahuan gizi baik yakni 73 (64,6%) dengan uji *Fisher's exact test* didapatkan nilai *p value*= 0,311. Disimpulkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan status gizi mahasiswa. Terdapat hubungan antara frekuensi makan, menu makan dan waktu makan dengan status gizi mahasiswa dengan masing-masing *p value*= 0,000, 0,001 dan 0,041. Disarankan mahasiswa dapat menerapkan pengetahuan tentang gizi yang mereka dapatkan dibangku kuliah, dan dapat mengatur pola makan mereka sehari-hari, seperti frekuensi makan, menu makan dan waktu makan sehingga status gizi mereka menjadi normal.

Kata kunci : Pengetahuan gizi, pola makan, status gizi

ABSTRACT

Ni Made Mariyanti. 811412030. 2016. The Relation between Diet Knowledge and Nutritional Status of Students at Faculty of Health and Sport, State University of Gorontalo. Department of Public Health, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. Principal supervisor is Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes and Co-supervisor Dr. Laksmyn Kadir, S.Pd, M.Kes.

Nutritional status is body condition as a result of food consumption and the use of nutrient substance and it can be distinguished by malnutrition, good nutrition and over nutrition. Diet can be defined as the way of a person or group of people to choose and to consume it as the reaction of physiology, psychology, culture and social effect. Student's diet consists of meal frequency, meal menu and meal time. Diet knowledge is a food knowledge and nutrient substance, source of food nutrient substance, safe food to consume therefore it can generate disease, research problem discusses whether there are relations between diet knowledge and nutritional status of students at Faculty of Sports and Health. This research aims at finding out the relation between diet knowledge and nutritional status of students at Faculty of sports and health.

This is a quantitative research with observational survey through cross sectional study approach. Technique of sampling is completed by accidental sampling. Population in this research are students at Faculty of Sports and Health in the sixth semester and have learned about nutrient in college.

Research findings show that most of student have normal nutrient with good diet knowledge for 73 (64,6%) with Fisher's exact test obtains the p value=0,311. It can be concluded that there is no any relation between diet knowledge and student's nutrient status. There are relations among meal frequency, meal menu and mealtime with student's nutrient status as each p value= 0,000, 0,001 and 0,041. It is suggested that student can apply nutrient knowledge that they got from university subject and they can manage daily diet such as meal frequency, meal menu and meal time thus their nutrient status become normal.

Keywords: Nutrient Knowledge, Diet, Nutrient Status

