

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**GAMBARAN STATUS GIZI DAN PENGETAHUAN MAHASISWA
YANG MENGONSUMSI OBAT PELANGSING (DIET)
DI FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

**OLEH
RISNAWATI H. HAMIDI
NIM 811 413 038**

Telah diperiksa dan siap untuk diuji oleh :

Dosen Pembimbing I



Dra. Rany Hiola, M.Kes
Nip:19530913198302 2 0001

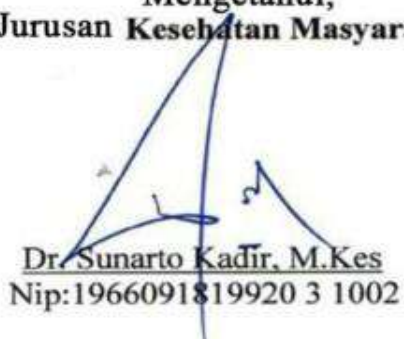
Dosen Pembimbing II



Lia Amalia SKM, M.Kes
Nip:197911292005 1 2017

Gorontalo, 30 Desember 2017

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat



Dr. Sunarto Kadir, M.Kes
Nip:1966091819920 3 1002

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**GAMBARAN STATUS GIZI DAN PENGETAHUAN MAHASISWA
YANG MENGONSUMSI OBAT PELANSGING (DIET)
DI FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

**OLEH
RISNAWATI H. HAMIDI
NIM 811 413 038**

Telah diperiksa dan diuji oleh Dewan Penguji

Hari/tanggal : Sabtu, 30 Desember 2017

Waktu : 17.00- 16.00 Wita

Penguji:

1. **Dra. Hj. Rany Hiola, M.Kes**
NIP. 19530913 198302 2 001
2. **Lia Amalia SKM, M.Kes**
NIP. 1979112920051 2 017
3. **Dr. Sunarto Kadir, M.Kes**
NIP. 1960918 199203 1 002
4. **Dr. Hj. Reni Hiola, Dra, M.Kes**
NIP. 1954032 4198503 2 001

1
2
3
4



Gorontalo, 30 Desember 2017

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



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

Abstrak

Risnawati H. Hamidi. 2017. Gambaran status gizi dan pengetahuan Mahasiswa yang mengkonsumsi obat pelangsing di Fakultas Olahraga dan Kesehatan. Pembimbing I Dra Hj. Rany Hiola, M.Kes. Pembimbing II Lia Amalia, SKM M.Kes. Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan. Universitas Negeri Gorontalo.

Mengonsumsi obat pelangsing (diet) adalah cara seseorang mengurangi kandungan energi dibawah kebutuhan normal, cukup vitamin dan mineral, serta banyak mengandung serat yang bermanfaat dalam proses penurunan berat badan. Rumusan masalah dalam penelitian yaitu bagaimana gambaran status gizi dan pengetahuan mahasiswa yang mengkonsumsi obat pelangsing (diet) di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran status gizi dan pengetahuan mahasiswa yang mengkonsumsi obat pelangsing (diet) di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancangan deskriptif melalui pendekatan waktu sesaat (point time approach). Sampel penelitian adalah mahasiswa yang menggunakan obat pelangsing sebanyak 35 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner pengetahuan terhadap obat pelangsing. Analisis data menggunakan uji statistik deskriptif.

Hasil uji statistic deskriptif menunjukkan mahasiswa yang mengkonsumsi obat pelangsing sebesar 35 orang, Overweight sebanyak 33 orang (94,3%), dan Obesitas sebanyak 2 orang (5,7%). Mahasiswa yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 12 orang (34,3%), cukup sebanyak 16 orang (45,7%), dan kurang sebanyak 7 orang (20,0%). Mahasiswa Overweight yang melakukan pola kombinasi sebanyak 10 orang (30,3%) dan yang melakukan pola tunggal sebanyak 23 orang (69,7%). Sedangkan mahasiswa Obesitas yang melakukan pola kombinasi 1 orang (50,0%) dan yang melakukan pola tunggal 1 orang (50,0%).

Diharapkan pada mahasiswa agar mengkonsumsi obat pelangsing (diet) secara baik agar berat badan normal kembali sesuai perhitungan IMT, dan hendaknya menjaga pola makan serta olahraga yang teratur sehingga dapat memberikan asupan gizi sesuai dengan pola konsumsi obat pelangsing (diet) yang baik.

Kata Kunci: Status gizi, Pengetahuan, Mahasiswa, Pola konsumsi, Obat Pelangsing.

ABSTRACT

Hamidi, Risnawati H. 2017. The Description of Nutritional Status and Understanding of Students Consuming Diet Pills in Faculty of Sports and Health. Principal Supervisor: Dra Hj. Rany Hiola, M.Kes. Co-supervisor: Lia Amalia, S.KM., M.Kes. Department of Public Health, Faculty of Sports and Health, Universitas Negeri Gorontalo.

Consuming diet pills is among the efforts to reduce the energy content in one's body under the normal rate of needs. The pills content sufficient amount of vitamin and mineral as well as fibers that are beneficial to reduce weight. The goal of this study is to gain an insight regarding the description of nutritional status and understanding of students of Faculty of Sports and Health who consume diet pills; this issue serves as the problem statement of this present study.

This observational study with descriptive design employed *point time* approach. The sample consisted of 35 students who consume diet pills. Furthermore, a questionnaire to investigate the students' understanding of the diet pills consumption was used as the research instrument. The data were then analyzed by using descriptive statistics.

The results reveal that the nutritional status of the samples are 33 students with *overweight* (94.3%) and 2 students (5.7%) with *obesity*. In addition, all 35 students are reported to consume diet pills. There are 12 students with good category of understanding (34.3%), 16 students with moderate category (45.7%), and the rest 7 students with poor category (20.0%). Moreover, the percentage of the *overweight* students with combination pattern is 30.3% (10 students) and the other 23 students are in single pattern (69.7%). Moreover, the percentage of the students with *obesity* in combination pattern 1 is 50.0% (1 students) and the others are in single pattern (50.0%).

It is suggested that the students should pay attention to the calculation of body mass index in consuming diet pills. In addition, it is better for these students to maintain their diet behavior as well as to do routine exercise in attempts of providing a good nutritional intake that is in line with the consumption of diet pills.

Keywords: Nutritional Status, Understanding, Students, Consumption Pattern, Diet Pills.

