ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

SKRIPSI

HUBUNGAN POLA KONSUMSI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA DI ASRAMA PUTRA KAMPUS C UNAIR

Oleh :

MUHAMMAD NOER IBTIDAIL MUHARROM

NIM. 100210934

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2006

PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
Diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM)
pada tanggal 7 Agustus 2006

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan,

Prof. Dr. H. Mitro Suwandi, dr., M.OH., SpOk
NIP. 130517177

Tim Penguji:
1. Nunik Puspitasari, S.KM., M.Kes.
2. Prof. R. Bambang W., dr., MS., MCN., Ph.D., Sp.GK.
3. Benny Sugianto, dr, MPH.

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM)
Bagian Gizi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh:

M. NOER IBTIDAIL MUHARROM
NIM. 100210934

Surabaya, Agustus 2006

Mengetahui,
Ketua Bagian

Annis Catur Adi, Ir., M.Si
NIP. 132105901

Menyetujui,
Pembimbing

Prof. R. Bambang W., dr., MS., MCN., Ph.D., Sp.GK
NIP. 130610098

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "HUBUNGAN POLA KONSUMSI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA DI ASRAMA PUTRA KAMPUS C UNAIR", sebagai salah satu persyaratan akademis.

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Prof. R. Bambang Wirjatmadi., dr., MS., MCN., Ph.D., Sp.Gk, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, koreksi serta saran sehingga terselesaikannya skripsi ini.

Terimakasih dan penghargaan kami sampaikan pula kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Tjipto Soewandi, dr., M.OH, SpOk, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat.
2. Annis Catur Adi, Ir., M.Si, selaku Ketua Bagian Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat.
3. Benny Sugianto, dr., M.PH, selaku penguji dari Akademi Gizi Surabaya.
4. Abi Ibnu Tarmoedji, Drs., M.PdI, dan Umi Fanda M.BA, yang sudah memberikan tetesan dukungan moril, material, kasih sayang, dan perhatian yang tak tergantikan.
5. Akhi Tsaniya sekeluarga dan Ukhti Evita sekeluarga, yang tak hentinya memberi dukungan melalui *Short Message Services*.
6. Pihak Universitas yang telah memberi ijin penelitian.

ABSTRACT

Consumption pattern of student is important to be paid attention, especially for their health and nutrition status. Consumption pattern of student in hostel can result appearance of nutrition problems. Most students are lazy for breakfast, so that this research need to find out the consumption pattern and their habit factor and also its nutritional status.

The purpose of this research to study consumption pattern and nutritional status of student who live in hostel. this research have the character of analyticly, and based on time have the character of cross sectional. By using total polpulation technique obtained 28 student as sampel. Measurement of nutritional status, and consumption pattern by using quesioner and antropometri, which in analysis with correlation test.

Result of research shows that most students owning normal nutritional status, experiencing of lacking of energi, and accustomed eat twice one day, (30%) smoking, (95%) owning good knowledge of nutritions, (70%) athletic accustomed and pursuant to correlation test found relation between consumption pattern with nutritional status of students.

The conclusion from this research that have small relation between consumption pattern of student who live in hostel with their nutritional status. Nevertheless, need to providing canteen in hostel to fulfill sufficiency of their energi.

Keyword : Nutritional status, consumption pattern, sufficiency of energi, habit eat, knowledge of nutritions.

ABSTRAK

Memperhatikan pola konsumsi mahasiswa adalah penting, terutama untuk menjaga kesehatan dan status gizi mereka sendiri. Pola konsumsi mahasiswa yang tinggal di asrama dapat mengakibatkan munculnya masalah gizi karena faktor ketidakseimbangan konsumsi makanan. Apalagi sebagian besar mahasiswa yang tinggal di asrama (>80%) enggan atau malas untuk sarapan. Sehingga penelitian ini perlu untuk dilakukan guna melihat pola konsumsi mahasiswa dan faktor kebiasaan makan dan pengetahuan serta status gizinya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari pola konsumsi dan status gizi mahasiswa yang tinggal di Asrama Putra Universitas Airlangga. Berdasarkan jenisnya, penelitian ini bersifat analitik, dan berdasarkan waktunya bersifat *cross sectional*. Populasi diambil pada mahasiswa yang tinggal di asrama. Pengambilan responden menggunakan *Total Population*, sehingga didapatkan responden sebesar 28 orang mahasiswa. Variabel yang diukur adalah status gizi, pola konsumsi dan tingkat pengetahuan. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan wawancara dan kuesioner, dan melakukan pengukuran antropometri. Teknik analisisnya dengan membuat tabulasi silang dan melalui uji korelasi.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa telah memiliki status gizi normal, mengalami kekurangan energi, dan terbiasa makan dua kali sehari, (30%) tebiasa merokok, (95%) memiliki pengetahuan tentang gizi yang baik, (70%) terbiasa berolahraga, dan berdasarkan uji korelasi ditemukan hubungan antara pola konsumsi mahasiswa dengan status gizi mahasiswa.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah didapatkan hubungan yang rendah antara pola konsumsi responden yang meliputi kebiasaan makan, pola makan, dan frekuensi makan dengan status gizi responden yang tinggal di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair. Meskipun demikian, hendaknya di sediakan kantin di asrama, untuk memenuhi kcukupan energi mahasiswa.

Kata Kunci : status gizi, pola konsumsi, kecukupan energi, kebiasaan makan, pengetahuan gizi.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Identifikasi Masalah	5
I.3 Batasan dan Rumusan Masalah	8
BAB II TUJUAN DAN MANFAAT	9
II.1 Tujuan Umum	9
II.2 Tujuan Khusus	9
II.3 Manfaat Penelitian	9
BAB III TINJAUAN PUSTAKA	11
III.1 Status Gizi	11
III.2 Penilaian Status Gizi secara Langsung	11
III.2.1 Pengukuran Antropometri	13
III.3 Penilaian Status Gizi Secara tidak Langsung	15
III.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi Status Gizi	16
III.4.1 Pola Konsumsi Pangan	16
III.4.2 Pendidikan dan Pengetahuan	17
III.4.3 Pendapatan Keluarga	17
III.4.4 Pantang Makan atau Tabu	18
III.4.5 Kebiasaan Jajan	18
III.4.6 Kebiasaan Merokok	18
III.4.7 Faktor Lingkungan	18
III.4.8 Kebiasaan Olahraga	19

BAB IV KERANGKA KONSEPTUAL 20

BAB V METODE PENELITIAN 21
V.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian 21
V.2 Populasi Penelitian 21
V.2 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel dan Cara Pengambilan Sampel 21
V.4 Lokasi dan Waktu Penelitian 22
V.5 Variabel, Cara Pengukuran dan Definisi Operasional 22
V.5.1 Variabel Penelitian 22
V.5.2 Cara Pengukuran 23
V.5.3 Definisi Operasional 23
V.6 Teknik dan Instrumen Pengambilan Data 25
V.8 Teknik Analisis data 25

BAB VI HASIL PENELITIAN 28
VI.1 Karakteristik Responden 28
VI.1.1 Umur Responden 28
VI.1.2 Berat Badan Responden 29
VI.1.3 Tinggi Badan Responden 29
VI.1.4 Indeks Masa Tubuh Responden 30
VI.2 Kebiasaan Makan Responden 31
VI.2.1 Frekuensi Makan Responden 31
VI.2.2 Kebiasaan Sarapan 33
VI.2.3 Kebiasaan Makan Siang 34
VI.2.4 Kebiasaan Makan Malam 36
VI.2.5 Tempat Responden Untuk Sarapan 37
VI.2.6 Tempat Responden Untuk Makan Siang 38
VI.2.7 Tempat Responden Untuk Makan Malam 39
VI.2.8 Kebiasaan Merokok Responden 40
VI.2.9 Jumlah Rokok Yang Biasa Dikonsumsi Responden 41
VI.2.10 Pengetahuan Responden Mengenai Gizi 42
VI.2.11 Kebiasaan Responden Untuk Memenuhi Susunan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna 45
VI.2.12 Alasan Responden Untuk Tidak Memenuhi Susunan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna 47
VI.2.13 Waktu Responden Saat Memenuhi Makanan 4 Sehat 5 Sempurna 48
VI.2.14 Kebiasaan Responden Mengkonsumsi Makanan Jajanan 50
VI.2.15 Besar Uang Responden Yang Biasa Dijajankan 51
VI.2.16 Frekuensi Responden Dalam Mengkonsumsi Makanan Jajanan 52
VI.2.17 Kebiasaan Responden Berolahraga 53
VI.2.18 Alasan Responden Tidak Biasa Berolahraga 54
VI.2.19 Jenis Olahraga Yang Biasa Dilakukan Responden 55

VI.2.20 Frekuensi Responden Dalam Berolahraga 55
VI.3 Frekuensi Makan Responden 57
VI.4 Kecukupan Energi Responden 59
VI.5 Kecukupan Protein Responden 60

BAB VII PEMBAHASAN 63
VII.1 Status Gizi 63
VII.2 Kebiasaan Responden 63
VII.3 Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung 67

BAB VIII KESIMPULAN DAN SARAN 70
VIII.1 Kesimpulan 70
VIII.2 Saran 71

Daftar Pustaka 73

LAMPIRAN 76

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
III.1	Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia	14
V.1	Definisi Operasional Variabel dan Cara Pengukuran	23
VI.1	Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Umur di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	27
VI.2	Tabulasi Silang Antara Kelompok Umur Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	28
VI.3	Distribusi Responden Berdasarkan Berat Badan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	29
VI.4	Distribusi Responden Berdasarkan Tinggi Badan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	30
VI.5	Distribusi Responden Berdasarkan Indeks Masa Tubuh di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	31
VI.6	Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Makan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	31
VI.7	Tabulasi Silang Antara Frekuensi Makan Responden Dalam Waktu Sehari Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	32
VI.8	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Pagi di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	33
VI.9	Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Makan Pagi Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	34
VI.10	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Siang di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	35
VI.11	Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Makan Siang Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	35

VI.12	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Malam di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	36
VI.13	Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Makan Malam Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	37
VI.14	Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Sarapan/Makan Pagi di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	38
VI.15	Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Makan Siang di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	38
VI.16	Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Makan Malam di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	39
VI.17	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	40
VI.18	Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Merokok Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	40
VI.19	Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Batang Rokok Yang dikonsumsi Dalam Waktu Sehari di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	41
VI.20	Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Menu 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	42
VI.21	Tabulasi Silang Antara Pengetahuan Tentang Menu 4 Sehat 5 Sempurna Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	42
VI.22	Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Susunan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	43
VI.23	Tabulasi Silang Antara Pengetahuan Responden Tentang Susunan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna Dengan Status Gizi	

	Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	44
VI.24	Distribusi Responden Berdasarkan Pemenuhan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	45
VI.25	Tabulasi Silang Antara Pemenuhan Makanan Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	46
VI.26	Distribusi Responden Berdasarkan Alasan Tidak Pernah/Kadang Memenuhi Susunan Menu 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	47
VI.27	Distribusi Responden Berdasarkan Waktu Memenuhi Susunan Menu 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	48
VI.28	Tabulasi Silang Antara Waktu memenuhi Susunan Menu 4 Sehat 5 Sempurna Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	48
VI.29	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Mengkonsumsi Makanan Jajanan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	49
VI.30	Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Mengkonsumsi Makanan Jajanan Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	50
VI.31	Distribusi Responden Berdasarkan Uang Yang Dijajankan Dalam Waktu Sehari di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	51
VI.32	Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Mengkonsumsi Jajanan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	52
VI.33	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Berolahraga di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	52

VI.34	Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Berolahraga Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	53
VI.35	Distribusi Responden Berdasarkan Alasan Tidak Berolahraga di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	54
VI.36	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Olahraga di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	54
VI.37	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Olahraga di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	55
VI.39	Tabel Frekuensi Makanan Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	57
VI.40	Distribusi Responden Berdasarkan Kecukupan Energi di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	59
VI.41	Tabulasi Silang Antara Kecukupan Energi Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	59
VI.41	Distribusi Responden Berdasarkan Kecukupan Protein di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	61
VI.42	Tabulasi Silang Antara Kecukupan Protein Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006	61

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
IV.1	Kerangka Konseptual Penelitian	20

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1	Kuesioner Penelitian	
2	Tabel Frekuensi Makanan	
3	Tabel Recall 24 Jam	
4	Tabel Asupan Energi Responden	
5	Hasil Analisis Stastistik	

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Tubuh manusia tersusun dari berbagai jaringan tubuh seperti otot jantung, darah, otak, hati, tulang dan gigi. Tubuh manusia tersebut perlu melakukan serangkaian kegiatan untuk mempertahankan kelangsungan hidupnya, seperti melakukan pemeliharaan dengan mengganti jaringan yang sudah aus atau rusak, melakukan aktivitas fisik, dan pertumbuhan sebelum mencapai usia dewasa. Agar tubuh dapat menjalankan ketiga fungsi tersebut diperlukan sejumlah zat gizi setiap hari yang didapatkan melalui makanan (Karyadi dan Muhilal, 1996).

Rumusan tujuan program pangan dan gizi tahun 2001 – 2005 adalah menjamin ketahanan pangan di tingkat keluarga, mencegah dan menurunkan masalah gizi untuk mewujudkan hidup sehat dan status gizi optimal yang salah satu tujuan khususnya adalah meningkatkan pelayanan gizi untuk mencapai keadaan gizi yang baik dengan menurunkan prevalensi gizi kurang dan gizi lebih (Depkes RI, 2000). Sejalan dengan hal itu, mengingat bahwa masih banyaknya masalah gizi di dunia, Wirakusumah (2001) mengemukakan bahwa masalah gizi yang terjadi baik di negara maju maupun berkembang tidak saja masalah kekurangan zat gizi esensial, tetapi juga masalah gizi yang manifestasinya berupa kelebihan berat badan.

Situasi yang berkembang di negara kita dewasa ini menunjukkan keprihatinan dalam masalah pangan dan gizi. Kenaikan harga BBM yang

diikuti oleh kenaikan harga yang lain, secara signifikan juga mempengaruhi pola konsumsi dan status gizi sebagian besar masyarakat.

Data pola konsumsi pangan daerah (Depkes RI, 1995) menunjukkan bahwa hampir di semua propinsi di Indonesia konsumsi sayuran dan buah sangat rendah. Padahal sayuran dan buah tersebut selain berfungsi sebagai sumber vitamin dan mineral juga dapat berguna sebagai sumber serat makanan, serta sebagai antioksidan (beta karotene, asam askorbat, flavonoid / polifenol).

Perkembangan dari seorang anak menjadi dewasa pasti melalui fase remaja. Pada fase ini fisik seseorang terus berkembang, demikian pula aspek sosial maupun psikologisnya. Perubahan ini membuat seorang remaja mengalami banyak ragam gaya hidup, perilaku, tidak terkecuali pengalaman dalam menentukan makanan apa yang akan dikonsumsi. Hal terakhir inilah yang akan berpengaruh pada keadaan gizi seorang remaja (Khomsan, 2002).

Tidak sedikit survei yang mencatat ketidakcukupan asupan zat gizi para remaja. Mereka bukan hanya melewatkan waktu makan (terutama sarapan) dengan alasan sibuk, tetapi juga terlihat sangat senang mengunyah *junk food* (Johnson dkk, 1994). Menurut Moore (1997), *snack* mencakup hampir 40 % kalori pada diet remaja, sedang menurut Daniel (1977) dalam Arisman (2004), hampir 50 % remaja terutama remaja yang lebih tua tidak sarapan. Survei di AS menunjukkan, 65% makanan yang diiklankan melalui TV berwujud minuman atau makanan manis (berkalori tinggi). Selain itu iklan di TV juga sering menampilkan makanan *snack* ringan yang rendah gizinya, makanan *instant* yang bisa disajikan secara cepat, dan aspek lain

yang tidak mendukung semboyan empat sehat lima sempurna (Khomsan, 2002).

Masalah ekonomi, ketergantungan pada alkohol, tembakau, dan ketagihan obat turut memperburuk pola makan yang "telah buruk" itu. Rokok dapat mengurangi nafsu makan, menyempitkan pembuluh darah jantung, saluran cerna, sehingga mengganggu proses penyerapan (Arisman, 2004). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2004) di Jakarta menunjukkan sebanyak 42,2 % remaja laki-laki dan 3 % remaja perempuan mengkonsumsi minuman beralkohol. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Surindo (2005), sebanyak 49 % pelajar pria dan 8,8 % pelajar wanita di Jakarta sudah merokok, sedangkan menurut Hidayat (2004) sebanyak 73,1 % remaja laki-laki telah merokok dan untuk remaja perempuan sebesar 12,5 %.

Dari sudut pandang ekonomi, remaja bisa menjadi pasar yang potensial untuk produk makanan tertentu. Umumnya remaja mempunyai uang saku, hal ini dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya oleh pemasang iklan melalui berbagai media cetak maupun elektronik (Khomsan, 2002).

Soekirman (1993) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang erat antara pertumbuhan ekonomi yang tinggi di daerah kota dengan perubahan pola konsumsi pangan dan meningkatnya penyakit degeneratif. Kehidupan yang modern di lingkungan tempat tinggal, kemajuan teknologi, dan sarana secara otomatis menjadikan hidup menjadi serba mudah.

Pada saat sekarang diketahui bahwa pola makan masyarakat Indonesia sudah mengalami pergeseran, khususnya di kota besar. Pergeseran

pola makan ini terlihat dari masyarakat yang biasa mengkonsumsi makanan tradisional yang banyak mengandung karbohidrat, serat dan sayuran ke pola makan yang banyak mengandung protein, lemak, garam dan rendah serat (Satoto dkk, 1998).

Gaya hidup remaja akhir-akhir ini cenderung pada perilaku yang dapat menjadi pemicu masalah kesehatan, misal pola konsumsi. Saat ini remaja lebih suka mengkonsumsi makanan modern seperti *fast food* dibandingkan dengan makanan tradisional. Padahal makanan tradisional merupakan makanan yang mempunyai kandungan gizi yang baik dan kombinasinya dapat dijadikan diet yang seimbang (Wirakusumah,1994). Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Daninggar (2003) terhadap 86 responden, 55,81 % mengkonsumsi *fast food* > 3 kali perbulan. Hal ini didukung juga oleh hasil *polling* deteksi Jawa Pos (5 April 2000) terhadap 400 remaja metropolis di Surabaya yang menunjukkan bahwa 84 % responden atau sekitar 4 dari 5 responden menyukai makanan cepat saji (*fast food*). Alasan yang dikemukakan juga beragam diantaranya 71,4 % responden memilih *fast food* karena hidangannya cepat saji dan praktis, 12,2 % menyatakan bahwa makanannya bergizi dan 5,1 % dengan alasan gengsi.

Masalah gizi tersebut juga tidak lepas dari permasalahan mahasiswa, terutama mereka yang tinggal di tempat kost ataupun asrama. Keadaan dan lingkungan yang jauh berbeda dari tempat tinggal sebelumnya secara tidak langsung mempengaruhi pola makan dan status gizi mereka, padahal di pundak mereka terdapat beban sebagai modal dasar pembangunan bangsa.

Potensi yang besar bagi pembangunan bangsa dan negara adalah anak dan pemuda. Mereka merupakan sumber tenaga kerja yang produktif di masa mendatang. Jumlah anak dan pemuda mencapai 56 % dari seluruh jumlah penduduk Indonesia, sehingga merupakan modal pembangunan yang harus digarap dengan efektif dan efisien (Depkes RI, 1994).

Memperhatikan pola makan bagi mahasiswa adalah penting, terutama untuk menjaga kesehatan dan status gizi mereka sendiri. Oleh sebab itu sepantasnya mahasiswa memilih dan mengkonsumsi menu makanan yang seimbang dengan kebutuhan mereka terutama dengan aktivitas yang dilakukan selama kuliah.

I.2 Identifikasi Masalah

Ditinjau dari sudut pandang epidemiologi, masalah gizi sangat dipengaruhi oleh faktor pejamu, agens dan lingkungan. Faktor pejamu meliputi fsiologi, metabolisme, dan kebutuhan zat gizi. Faktor agens meliputi zat gizi yaitu zat gizi makro seperti karbohidrat, protein dan lemak, serta zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral. Faktor lingkungan meliputi bahan makanan, pengolahan, penyimpanan, penghidangan dan higiens, serta sanitasi makanan(Supariasa dkk,2001).

Status gizi mahasiswa, terutama yang tinggal di asrama juga tidak lepas dari ketiga faktor diatas, kondisi badan mahasiswa yang terlalu kurus atau terlalu gemuk, juga ditentukan dari makanan yang dikonsumsi mereka sekaligus faktor lingkungan dimana mereka tinggal.

Mahasiswa yang tinggal dalam institusi resmi seperti asrama, paling tidak harus mematuhi aturan dan budaya yang diterapkan dalam institusi tersebut, dalam hal ini adalah penyelenggaraan makanan. Meskipun terkadang masih banyak terdapat masalah yang ditemui dalam penyelenggaraan makanan di institusi khususnya di asrama, apakah dari pihak penyelenggara ataupun dari penghuninya, mereka harus membiasakan diri dengan cara dan aturan yang ditentukan di tempat tersebut.

Tujuan umum penyelenggaraan makanan institusi adalah tersedianya makanan yang memuaskan bagi klien dengan manfaat setinggi-tingginya bagi institusi. Sedangkan tujuan berkualitas yang baik, adalah menyiapkan makanan yang diolah secara layak, bervariasi, dengann harga yang layak sesuai dengan pelayanan yang diberikan, serta dengan standar kebersihan dan sanitasi yang baik (Nursiah dkk, 1990).

Permasalahan akan menjadi lebih kompleks apabila dalam institusi resmi dalam hal ini asrama mahasiswa, tidak menyediakan sistem penyelenggaraan makanan sendiri, tetapi memberikan kebebasan bagi penghuni asrama untuk membeli dan memperoleh makanan di tempat atau rumah makan umum yang ada di sekitar lokasi asrama. Hal tersebut akan mengubah kebiasaan makan dan pola konsumsi mahasiswa, sehingga mereka lebih bebas memilih makanan yang mereka suka dan terkadang tidak memperhatikan susunan menu makanan yang akan mereka konsumsi.

Makanan seimbang ialah susunan menu yang dapat mencapai tujuan sebagai berikut; cukup kalori atau energi untuk memenuhi pengeluaran energi setiap hari, cukup protein untuk memenuhi keperluan pertumbuhan

dan pemeliharaan tubuh, cukup lemak untuk keperluan tubuh akan asam lemak tak jenuh dan untuk menggunakan vitamin larut dalam lemak, dan cukup vitamin dan mineral (Sumosardjuno, 1996). Kondisi mahasiswa yang bebas memilih makanan di luar asrama tanpa pengawasan dari pengurus asrama, menjadikan kebiasaan makan mereka berubah dan tentunya hal ini dapat merubah status gizi mereka sendiri, belum lagi ditambah dengan adanya jadwal kuliah pagi yang terkadang membuat sebagian besar (> 80 %) dari penghuni asrama enggan atau malas untuk sarapan.

Kondisi tersebut diperburuk dengan letak asrama dengan warung makan yang relatif cukup jauh, cuaca yang tidak menentu, dan diberlakukannya jam keluar malam, yang membuat mahasiswa yang tinggal di asrama memutuskan untuk mengkonsumsi makanan instant apabila tidak dapat keluar untuk mencari makan, terutama pada malam hari. Padahal belum tentu kandungan zat gizi dalam makanan instant yang mereka konsumsi tersebut mencukupi kebutuhan gizi mereka.

Uraian di atas menunjukkan pola konsumsi mahasiswa bila tidak diluruskan kemungkinan dapat mengakibatkan munculnya masalah gizi karena faktor ketidakseimbangan konsumsi makanan, serta faktor-faktor yang lain seperti kebiasaan makan makanan jajanan, kebiasaan merokok dan minum alkohol, jenis aktivitas dan olahraga, serta pengetahuan dan lingkungan sosial budaya.

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

I.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah

Masalah yang diteliti dibatasi hanya pada pola konsumsi dan faktor kebiasaan dan pengetahuan yang mempengaruhi pola konsumsi serta status gizi dari mahasiswa.

Dari latar belakang dan identifikasi masalah di atas, dapat dihasilkan suatu rumusan masalah yakni ***"apakah ada hubungan antara pola konsumsi dengan status gizi mahasiswa yang tinggal di asrama Putra Kampus C Unair?".***

BAB II

TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

II.1 Tujuan Umum

Mempelajari pola konsumsi dan status gizi mahasiswa yang tinggal di Asrama Putra Universitas Airlangga.

II.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui status gizi mahasiswa yang tinggal di Asrama Putra Universitas Airlangga.
2. Mengetahui pola konsumsi makan mahasiswa yang tinggal di Asrama Putra Universitas Airlangga.
3. Mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa tentang gizi.
4. Mengetahui kebiasaan merokok dan olahraga mahasiswa yang tinggal di Asrama Putra Universitas Airlangga.
5. Mengetahui hubungan antara pola konsumsi dengan status gizi mahasiswa yang tinggal di Asrama Putra Universitas Airlangga.

II.3 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman di lapangan dan mampu menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama di bangku kuliah, sehingga menghasilkan informasi baru dan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang membutuhkan.

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

2. Bagi Institusi

Diperoleh gambaran keadaan status gizi mahasiswa di asrama dan memberikan masukan bagi perencanaan dan pengembangan program gizi untuk menentukan strategi pendekatan yang tepat dengan situasi dan kondisi setempat

3. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi pada masyarakat tentang kondisi status gizi mahasiswa yang tinggal di asrama yang dihubungkan dengan pola konsumsi.

BAB III

TINJAUAN PUSTAKA

III.1 Status Gizi

Status gizi adalah tingkat keadaan gizi seseorang yang dinyatakan menurut jenis dan beratnya keadaan kurang gizi, misalnya: gizi baik, gizi sedang, gizi kurang, gizi buruk (Depkes RI, 1992). Status gizi merupakan keseimbangan antara kebutuhan zat gizi dan konsumsi makanan (Jelliffe, 1966 dan Beck, 1993)

Pengertian status gizi menurut Tarwotjo dan Soekirman (1987) adalah keadaan kesehatan sebagai refleksi dari konsumsi pangan serta penggunaanya di dalam tubuh.

Menurut Soehardjo (1986), status gizi merupakan suatu keadaan yang dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, penggunaan pangan dalam tubuh, pendidikan dan tingkat pendapatan.

III.2 Penilaian Status Gizi Secara Langsung

Menurut Supariasa dkk (2001) dinyatakan bahwa penilaian status gizi secara langsung dapat dibagi menjadi empat penilaian yaitu: antropometri, klinis, biokomia, dan biofisik. Masing-masing penilaian tersebut akan dibahas secara umum sebagai berikut.

a. Antropometri

1. Pengertian

Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. Ditinjau dari sudut pandang gizi, maka antropometri gizi berhubungan dengan

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi.

2. Penggunaan

Antropometri secara umum digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein dan energi. Ketidakseimbangan ini terlihat pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot dan jumlah air dalam tubuh.

b. Klinis

1. Pengertian

Pemeriksaan klinis adalah metode yang sangat penting untuk menilai status gizi masyarakat. Metode ini didasarkan atas perubahan yang terjadi yang dihubungkan dengan ketidakcukupan zat gizi. Hal ini dapat dilihat pada jaringan epitel (*supervicial epithelial tissues*) seperti kulit, mata, rambut, dan mukosa oral atau pada organ yang dekat dengan permukaan tubuh seperti kelenjar tiroid.

2. Penggunaan

Penggunaan metode ini umumnya untuk survei klinis secara cepat (*rapid clinical surveys*). Survei ini dirancang untuk mendeteksi secara cepat tanda klinis umum dari kekurangan salah satu atau lebih zat gizi. Disamping itu digunakan untuk mengetahui tingkat status gizi seseorang dengan melakukan pemeriksaan fisik yaitu tanda (*sign*) dan gejala (*symptom*) atau riwayat penyakit.

c. Biokimia

1. Pengertian

Penilaian status gizi dengan biokimia adalah pemeriksaan specimen yang diuji secara laboratories yang dilakukan pada berbagai macam jaringan tubuh. Jaringan tubuh yang digunakan antara lain : darah, urine, tinja dan juga beberapa jaringan tubuh seperti hati dan otot

2. Penggunaan

Metode ini digunakan untuk suatu peringatan bahwa kemungkinan akan terjadi keadaan malnutrisi yang lebih parah lagi. Banyak gejala klinis yang kurang spesifik, maka penentuan kimia faali dapat lebih banyak menolong untuk menentukan kekurangan gizi yang spesifik.

d. Biofisik

1. Pengertian

Penentuan status gizi secara biofisik adalah metode penentuan status gizi dengan melihat kemampuan fungsi (khususnya jaringan) dan melihat perubahan struktur dari jaringan.

2. Penggunaan

Umumnya dapat digunakan dalam situasi tertentu seperti kejadian buta senja epidemik (*epidemic of night blindes*). Cara yang digunakan adalah tes adaptasi gelap.

III.2.1 Pengukuran Antropometri

Salah satu cara termudah untuk menilai status gizi di lapangan adalah antropometri, karena sederhana, peralatannya murah, dan dapat dilakukan oleh siapa saja dan cukup teliti (Benny dan Atmarita, 1990). Penggunaan

metode antropometri telah meluas di Indonesia. Ukuran berat badan akan lebih berarti apabila dikaitkan dengan umur sebagai indeks untuk menilai pertumbuhan fisik dan status gizi (Basuni, 2002). Dalam hal ini, peneliti akan memakai IMT (Indeks Massa Tubuh) sebagai indeks antropometri untuk menentukan status gizi mahasiswa.

IMT merupakan metode yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Penggunaan IMT hanya berlaku untuk orang dewasa berumur di atas 18 tahun (Supariasa dkk, 2001).

Rumus perhitungan IMT adalah sebagai berikut:

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

Atau ;

Berat badan (dalam kilogram) dibagi kuadarat tinggi badan (dalam meter).

Adapun nilai ambang batas IMT untuk Indonesia adalah seperti pada Tabel III.1 berikut ini.

Tabel III.1 Kategori Ambang Batas IMT untuk Indoesia

	Kategori	**IMT**
Kurus	Kekurangan berat badan tingkat berat	< 17,0
	Kekurangan berat badan tingkat ringan	17,0 – 18,5
Normal		> 18,5 – 25,0
Gemuk	Kelebihan berat badan tingkat ringan	>25,0 – 27,0
	Kelebihan berat badan tingkat berat	> 27,0

Sumber: Depkes RI, 1994.

III.3 Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung

Beberapa metode pengukuran bahkan dapat menghasilkan data yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif. Metode tersebut antara lain: metode *recall* 24 jam dan metode riwayat makan.

a. Metode *food recall* 24 jam

Prinsip, dilakukan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu. Biasanya dimulai sejak ia bangun pagi kemarin sampai ia istirahat tidur malam harinya, atau dapat juga dimulai dari waktu saat dilakukan wawancara mundur ke belakang sampai 24 jam penuh. Untuk mendapatkan data kuantitatif, maka jumlah konsumsi makanan individu ditanyakan secara teliti dengan menggunakan alat URT (sendok, gelas, piring) atau ukuran lain yang biasa digunakan sehari-hari. Untuk mendapatkan data yang representatif maka penelitian minimal dilakukan 2 kali recall 24 jam berturut-turut agar dapat menghasilkan gambaran asupan zat gizi yang lebih optimal dan memberikan variasi yang lebih besar tentang masukan harian individu.

b. Metode frekuensi makan (*food frequency*)

Untuk memperoleh data tentang frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau makanan jadi selama periode tertentu seperti hari, minggu, bulan atau tahun. Selain itu dengan metode frekuensi maka dapat memperoleh gambaran pola konsumsi bahan makanan secara kualitatif. Kuesioner frekuensi makanan memuat tentang daftar bahan makanan dan frekuensi penggunaan makanan tersebut pada periode tertentu.

Masing-masing metode pengukuran konsumsi mempunyai keunggulan dan kelemahan. Sehingga peneliti dalam hal ini menggunakan metode kuantitatif yaitu recall 2 X 24 jam karena bertujuan untuk menentukan jumlah konsumsi rata-rata dari sekelompok responden. Sedangkan untuk mengetahui kebiasaan atau pola konsumsi dari sekelompok masyarakat, peneliti menggunakan metode frekuensi makanan.

III.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

III.4.1 Pola Konsumsi Pangan

Status gizi ditentukan oleh konsumsi makanan dan penggunaannya melalui proses pencernaan, penyerapan dan metabolisme zat gizi dalam tubuh. Konsumsi itu sendiri sangat dipengaruhi oleh bahan makanan yang dibeli, proses pemasakan, distribusi makanan dalam keluarga dan kebiasaan makan (Pines, 1978).

Yang dimaksud dengan kebiasaan makan (*food habit*) ialah tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhannya akan makan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pemilihan makanan (Khumaidi, 1994). Pola konsumsi pangan merupakan refleksi dari kebiasaan makan suatu masyarakat yang sangat dipengaruhi oleh budaya, termasuk pengetahuan dan sikap terhadap pangan. Konsumsi pangan diperlukan untuk mencukupi kebutuhan psikologis tubuh akan sejumlah zat gizi agar setiap manusia hidup dan sehat serta dapat mempertahankan keschatannya (Hardiansyah dan Briawan, 1990).

Dalam Kamus Gizi dan Pangan Indonesia (Depkes RI, 1992) yang dimaksud pola makan adalah gambaran tentang waktu dan frekuensi makan yang berlaku secara berulang-ulang dan terus menerus.

III.4.2 Pendidikan dan Pengetahuan

Pengetahuan gizi dapat membantu seseorang untuk menggunakan pangan secara baik. Pengertian tentang hubungan konsumsi dengan kesehatan dan gizi serta konsepsi kesehatan dan gizi perlu ditingkatkan untuk mendukung upaya penganekaragaman konsumsi pangan. Sehingga dengan pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dapat ditingkatkan konsumsi pangan dan keadaan gizi masyarakat (Sochardjo, 1986).

Pendidikan kepala keluarga dapat mempengaruhi tingkat konsumsi anak. Pendidikan yang lebih tinggi mempunyai peluang meraih status ekonomi yang lebih baik, selanjutnya tingkat penyediaan pangan relatif terpenuhi (BPS, 1988). Tingkat pendidikan mempengaruhi sulit tidaknya seseorang mengikuti petunjuk mengenai gizi (Notoatmodjo, 1981).

Pendidikan gizi tidak dapat berhasil kalau tidak disertai suatu pengetahuan mengenai sikap, kepercayaan dan nilai dari masyarakat yang akan dijadikan sasaran dan cara mereka mentrapkannya kepada anak mereka, dan juga pengertian terhadap konsep tingkah laku yang dihubungkan dengan pilihan makanan, dan terhadap penyebaran dari inovasi (Khumaidi, 1994).

III.4.3 Pendapatan Keluarga

Besar kecilnya pendapatan keluarga sangat mempengaruhi daya beli keluarga akan bahan makanan yang bergizi. Rendahnya pendapatan keluarga

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

merupakan masalah utama yang mengakibatkan ketidakmampuan keluarga dalam menyediakan bahan makanan (Berg, 1986).

III.4.4 Pantang Makan atau Tabu

Pantangan atau tabu ialah suatu larangan untuk mengkonsumsi jenis makanan tertentu karena ancaman bahaya atau hukuman terhadap barang siapa yang melanggarnya (Sochardjo, 1986).

III.4.5 Kebiasaan Jajan

Makanan jajanan atau lebih sering disebut sebagai makanan selingan menduduki peranan yang tidak dapat diabaikan dalam kehidupan sehari-hari (Tarwotjo dan Sediaoetomo, 1971).

III.4.6 Kebiasaan Merokok

Rokok dapat mengurangi nafsu makan, menyempitkan pembuluh darah jantung, saluran cerna, sehingga mengganggu proses penyerapan (Arisman, 2004). Remaja yang merokok dikarenakan untuk mengurangi ketegangan, membantu berkonsentrasi, dukungan sosial, dan menyenangkan (Smet, 1994).

III.4.7 Faktor Lingkungan

Lingkungan yang dimaksud disini adalah lingkungan sosial budaya. Ada anggapan yang berlaku dalam suatu masyarakat tertentu bahwa gemuk merupakan pertanda sehat dan simbol kemakmuran. Orang gemuk dianggap berkecukupan dan terawatt baik, sedangkan yang bertubuh kurus dianggap aib karena mencirikan kurang makan atau makannya tidak terurus (Suniar, 2000).

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

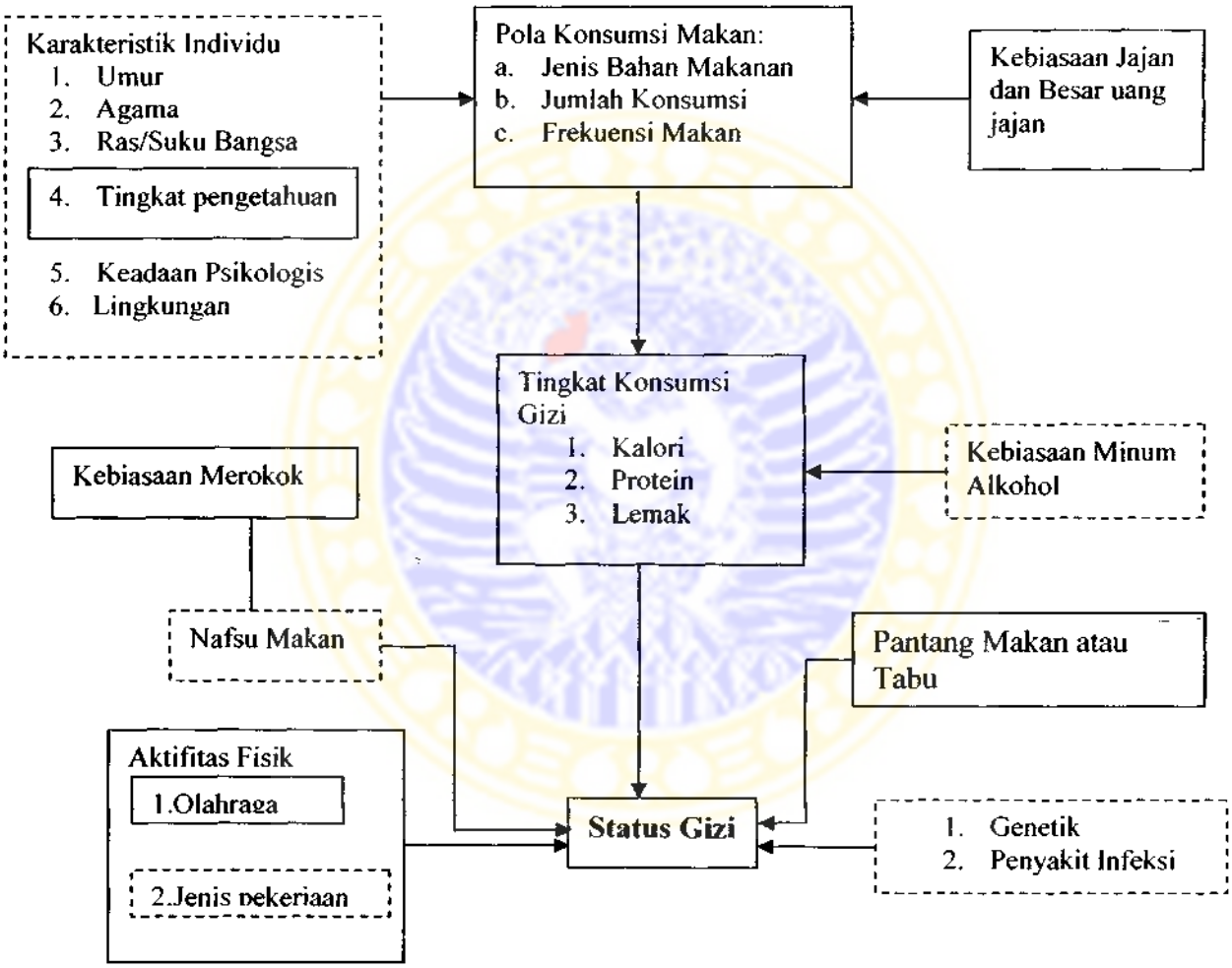
III.4.8 Kebiasaan Olahraga

Menurut Depkes RI (1997), olahraga adalah kegiatan fisik sehari-hari yang dilakukan minimal 3 kali seminggu masing-masing selama 45 menit. Sedangkan olahraga secara teratur adalah gerakan organ-organ tubuh dengan cara dan periode tertentu serta dilakukan secara teratur. Olahraga adalah sesuatu yang bisa dinikmati oleh semua orang di dunia, tanpa memperhatikan stratifikasi atau yang berkaitan dengan tingkat kekayaan atau kemiskinan seseorang (Acicis, 2004).

BAB IV

KERANGKA KONSEPTUAL

IV.1 Kerangka Konseptual Penelitian



Gambar IV.1. Kerangka konseptual penelitian

Keterangan:

——— **diteliti**

- - - - - - - **tidak diteliti**

BAB V

METODE PENELITIAN

V.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian

Berdasarkan jenisnya, penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat analitik dengan sasaran mahasiswa yang tinggal di asrama putra kampus C Universitas Airlangga. Sedang berdasarkan waktu penelitian, maka penelitian ini bersifat *cross sectional* dengan pertimbangan bahwa peneliti tidak memberikan perlakuan dan penelitian ini dilaksanakan pada waktu tertentu.

V.2 Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang tinggal di asrama putra kampus C UNAIR sejumlah 44 orang mahasiswa.

V.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel dan Cara Pengambilan Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang tinggal di asrama putra kampus C UNAIR.

Dalam penelitian ini sampel diambil dan ditentukan dengan menggunakan rumus *Cochran "sampling technique"*.

$$n = \frac{Z^2.P.Q}{d^2}$$

$$= \frac{(1,96)^2.(0,5).(0,5)}{(0,05)^2}$$

$$= 388,08$$

n = sampel yang diinginkan

Z = standar deviasi normal = 1,96

P = proporsi target populasi (untuk mendapat n maksimal, P=0,5)

Q = 1 – P

d^2= derajat ketepatan = 0,05

Karena populasi kecil (<10.000), maka digunakan rumus

$$nf = \frac{n}{1 + (n/N)}$$

$$nf = \frac{388,08}{1 + (388,08/44)}$$

nf = 39,519 dibulatkan menjadi 40

nf = jumlah sampel yang akan diteliti

N = populasi mahasiswa di asrama = 44

V.4 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian adalah asrama putra Kampus C Universitas Airlangga.

Adapun waktu yang digunakan dalam penelitian

a. Bulan Pebruari – Maret : penyusunan proposal skripsi

b. Bulan April – Juni : penelitian di lapangan

c. Bulan Juli – Agustus : penyusunan laporan skripsi

V.5 Variabel, Cara Pengukuran dan Definisi Operasional

V.5.1 Variabel Penelitian

Variabel penelitian dibedakan menjadi dua (2) yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat adalah status gizi, sedang variabel bebas adalah tingkat pengetahuan sampel, pola konsumsi, kebiasaan merokok dan kebiasaan berolahraga.

V.5.2 Cara Pengukuran

1. Status Gizi pada Mahasiswa
   a. Pengukuran Berat Badan
   b. Pengukuran Tinggi Badan
2. Pola Konsumsi

Data pola konsumsi didapat dengan cara wawancara dengan bantuan *food frequency checklist* mengenai jumlah, jenis, dan macam bahan makanan. Untuk menilai pola konsumsi dan besar asupan energi adalah dengan melihat frekuensi makan, kebiasaan makan, dan pola menu yang terdiri atas makanan pokok, lauk, sayuran dan buah melalui metode *recall* 24 jam.

MILIK PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA SURABAYA

V.5.3 Definisi Operasional

Tabel V.1 Definisi Operasional Variabel dan Cara Pengukuran

No	Variabel	Definisi	Cara Pengukuran Dan klasifikasi	Skala data
1	Status gizi mahasiswa	Keseimbangan antara zat gizi yang di butuhkan dengan yang dikonsumsi oleh mahasiswa	Dengan IMT (rumus= BB(kg)/TB^2(m^2),diukur berat badan (dalam keadaan tidak memakai barang-barang yang dapat mempengaruhi ketepatan pengukuran, satuan kg) dan tinggi badan (dengan cara berdiri, kaki sejajar, tumit, pantat, serta punggung menempel pada dinding / tiang. Mata dan kepala lurus menghadap ke depan, satuan m). Klasifikasi: 1. Kurus (IMT < 18,5) 2. Normal (IMT >18,5 – 25,0) 3. Gemuk (IMT > 25,0)	Ordinal
2.	Pola konsumsi mahasiswa	Informasi yang memberi gambaran mengenai frekuensi makan mahasiswa	Wawancara dan kuesioner Klasifikasi: 1. 1 X sehari 2. 2 X sehari 3. 3 X sehari 4. > 3 X sehari	Ordinal
3.	Pola konsumsi Bahan Pangan Mahasiswa	Sikap, Cara dalam memilih pangan dan mengkonsumsinya yang meliputi jenis dan frekuensi makan bahan makanan dalam harian, mingguan dan bulanan	Wawancara dan kuesioner, food frequency checklist Klasifikasi: 1. harian; 1X, 2X, 3X 2. mingguan; 1X, 2X, 3X 3. bulanan; 1X, 2X, 3X	Ordinal

4.	Pengetahuan pangan dan gizi mahasiswa	Tingkat pengetahuan mahasiswa tentang keanekaragaman pangan dan makanan yang mengandung gizi yang dibutuhkan oleh tubuh	Wawancara dan kuesioner Klasifikasi: 1. Tahu, jika mampu menjawab 4 pertanyaan dalam kuesioner 2. Tidak tahu, jika tidak mampu menjawab 4 pertanyaan dalam kuesioner dengan benar.	Nominal
5.	Kebiasaan merokok	Tingkah laku mahasiswa dalam menghisap rokok dalam kurun waktu 3 bulan terakhir dari waktu penelitian/wawancara	Wawancara dan kuesioner Klasifikasi: 1. Merokok (menghisap rokok > 3 batang sehari) 2. Kadang- kadang (menghisap rokok < 3 batang sehari 3. Tidak Merokok	Ordinal
6.	Kebiasaan jajan	Tingkah laku mahasiswa dalam mengkonsumsi makanan jajanan dalam kurun waktu 3 bulan terakhir dari waktu penelitian/wawancara	Wawancara dan kuesioner Klasifikasi: 1. biasa jajan (≥ 4 kali sehari) 2. kadang-kadang (< 4 kali sehari) 3. tidak biasa jajan	Ordinal
7.	Besar uang jajan	Jumlah besar uang saku yang biasa digunakan untuk membeli makanan jajanan dalam rupiah.	Wawancara dan kuesioner Klasifikasi: 1. Rp.500,00 – Rp. 2500,00 2. >Rp.2.500,00 – Rp. 5000,00 3. >Rp 5000,00 – Rp.10.000,00 4. > Rp.10.000,00	Ordinal
8.	Kebiasaan Olahraga	Olahraga minimal 3 kali seminggu selama 45 menit	Wawancara dan kuesioner Klasifikasi: 1. Biasa , jika olahraga 3 X seminggu 2. Kadang, jika olahraga < 3 X seminggu 3. Tidak biasa	Ordinal

9.	Tingkat Konsumsi Gizi	Tingkat kecukupan asupan Gizi mahasiswa, yang dilihat dari asupan Energi,dan Protein	Wawancara dengan Recall 24 Jam Klasifikasi: 1. Baik (≥100 % AKG) 2. Cukup (80 – 99 % AKG) 3. Kurang (< 80 % AKG)	Ordinal

V.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

V.6.1. Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer, adalah data yang diperoleh langsung dari responden, dengan cara wawancara dan pengukuran.
2. Data sekunder, adalah data yang diperoleh dari lokasi atau pihak terkait untuk keperluan penelitian.

V.6.2 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang dipergunakan adalah lembar kuesioner, food frequency checklist, bathroom scale dan microtoise.

V.7 Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul kemudian dilakukan proses editing baru kemudian diolah. Data yang telah diolah dilakukan analisis secara deskriptif yaitu menggambarkan masing-masing variabel dengan membuat tabel distribusi frekuensi dan tabulasi silang antara dua variabel, kemudian dijabarkan secara naratif.

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

Status gizi dibandingkan dengan kriteria IMT, kemudian dimasukkan dalam tabulasi silang dengan dibandingkan variabel pola konsumsi, tingkat pengetahuan, kebiasaan merokok dan kebiasaan berolahraga. Sehingga dapat diketahui hubungan antar variabel tersebut. Untuk mengetahui hubungan digunakan Uji Korelasi Spearman.

BAB VI

HASIL PENELITIAN

VI.1 Karakteristik Responden

VI.1.1 Umur Responden

Karakteristik responden berdasarkan umur di bagi dalam tiga kelompok umur, yaitu kelompok umur kurang dari 20 tahun, kelompok umur antara 20 tahun sampai dengan 25 tahun dan kelompok umur lebih dari 25 tahun. Karakteristik responden berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel VI.1 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Umur di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kelompok Umur (Tahun)	Frekuensi	Persentase
1.	< 20	22	55,00
2.	20 – 25	13	35,50
3.	> 25	5	12,50
	Total	40	100

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden terbanyak terdapat pada kelompok umur kurang dari 20 tahun yaitu sebanyak 22 responden (55,00%), responden pada kelompok umur 20 tahun sampai dengan 25 tahun sebanyak 13 responden (35,50%), sedangkan responden pada kelompok umur di atas 25 tahun sebanyak 5 responden (12,50%).

Hubungan antara umur responden dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.2 Tabulasi Silang Antara Kelompok Umur Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Tahun 2006.

No.	Kelompok Umur (Tahun)	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	< 20	12	75,00	9	40,91	1	50,00
2.	20 – 25	4	25,00	9	40,91	-	-
3.	> 25	-	-	4	18,18	1	50,00
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat kita ketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang terdapat 12 responden (75,00%) pada kelompok umur kurang dari 20 tahun, dan 4 responden (25,00%) pada kelompok umur antara 20 tahun sampai dengan 25 tahun. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 9 responden (40,91%) pada kelompok umur kurang dari 20 tahun, 9 responden (40,91%) pada kelompok umur antara 20 sampai dengan 25 tahun, dan 4 responden (18,18%) pada kelompok umur lebih dari 25 tahun. Sedangkan dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih terdapat 1 responden (50,00%) pada kelompok umur kurang dari 20 tahun, dan 1 responden (50,00%) pada kelompok umur lebih dari 25 tahun.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig < α (p = 0,015), menunjukkan bahwa ada hubungan antara kelompok umur responden dengan status gizi responden, artinya semakin tinggi status gizi responden maka semakin dewasa umur responden.

VI.1.2 Berat Badan Responden

Karakteristik responden berdasarkan berat badan di bagi dalam empat kelompok yaitu kelompok dengan berat badan kurang dari 50 Kg, kelompok dengan berat badan antara 50 Kg sampai dengan 55 Kg, kelompok dengan berat badan antara 55 Kg sampai dengan 60 Kg, dan kelompok dengan berat badan di atas 60 Kg. Karakteristik responden berdasarkan berat badan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.3 Distribusi Responden Berdasarkan Berat Badan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Berat Badan (Kg)	Frekuensi	Persentase
1.	< 50	3	7,50
2.	50 – 55	21	52,50
3.	56 – 60	10	25,00
4.	> 60	6	15,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden terbanyak mempunyai berat badan antara 50 Kg sampai dengan 55 Kg yaitu sebanyak 21 responden (52,50%), responden dengan berat badan 56 Kg sampai dengan 60 Kg sebanyak 10 responden (25,00%), responden dengan berat badan lebih dari 60 Kg sebanyak 6 responden (15,00%), dan responden dengan berat badan kurang dari 50 Kg sebanyak 3 responden (7,50%).

VI.1.3 Tinggi Badan Responden

Tinggi badan responden dikelompokkan menjadi lima kelompok, yaitu kelompok dengan tinggi badan kurang dari atau sama dengan 160 cm, kelompok dengan tinggi badan antara 161 cm sampai dengan 165 cm, kelompok dengan

tinggi badan antara 166 cm sampai dengan 170 cm, kelompok dengan tinggi badan antara 171 cm sampai dengan 175 cm, dan kelompok dengan tinggi badan lebih dari atau sama dengan 176 cm. Karakteristik responden berdasarkan tinggi badan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.4 Distribusi Responden Berdasarkan Tinggi Badan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Tinggi Badan (cm)	Frekuensi	Persentase
1.	≤ 160	6	15,00
2.	161 – 165	9	22,50
3.	166 – 170	17	42,50
4.	171 – 175	4	10,00
5.	≥ 176	4	10,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden terbanyak mempunyai tinggi badan antara 166 cm sampai dengan 170 cm yaitu sebanyak 17 responden (42,50%), responden dengan tinggi badan kurang dari atau sama dengan 160 cm sebanyak 6 responden (15,00%), responden dengan tinggi badan antara 161 sampai dengan 165 cm sebanyak 9 responden (22,50%), responden dengan tinggi badan antara 171 cm sampai dengan 175 cm sebanyak 4 responden (10,00%), dan responden dengan tinggi badan lebih dari atau sama dengan 176 cm sebanyak 4 responden (10,00%).

VI.1.4 Indeks Masa Tubuh (IMT) Responden

Karakteristik responden berdasarkan IMT dibagi dalam tiga kelompok, yaitu kelompok dengan IMT ≤ 18,5, kelompok dengan IMT >18,5 - 25, dan kelompok dengan IMT >25, selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.5 Distribusi Responden Berdasarkan Indeks Masa Tubuh di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	IMT	Frekuensi	Persentase
1.	≤ 18,5	16	40,00
2.	>18,5 - 25	22	55,00
3.	> 25	2	5,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden terbanyak pada kelompok IMT > 18,5 – 25 yaitu sebanyak 22 responden (55,00%), responden pada kelompok IMT ≤ 18,5 sebanyak 16 responden (40,00%), dan responden pada kelompok IMT >25 sebanyak 2 responden (5,00%).

VI.2 Kebiasaan Makan Responden

Kebiasaan makan yang diteliti, berkaitan dengan frekuensi makan, tempat makan, dan faktor lain yang berhubungan seperti pengetahuan, kebiasaan merokok dan olahraga.

VI.2.1 Frekuensi Makan Responden Dalam Waktu Sehari

Frekuensi makan responden dalam waktu sehari dikelompokkan menjadi tiga, yaitu satu kali sehari, dua kali sehari, dan tiga kali sehari.

Frekuensi makan responden dalam waktu sehari dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel VI.6 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Makan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Frekuensi Makan	Frekuensi	Persentase
1.	Satu kali	1	2,50
2.	Dua Kali	24	60,00
3.	Tiga Kali	15	37,50
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden terbanyak terbiasa makan dua kali sehari yaitu sebanyak 24 responden (60,00%), responden yang terbiasa makan tiga kali sehari sebanyak 15 responden (37,50%), dan responden yang terbiasa makan satu kali sehari hanya 1 responden (2,50%).

Hubungan antara frekuensi makan responden dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.7 Tabulasi Silang Antara Frekuensi Makan Responden Dalam Waktu Sehari Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Frekuensi Makan Sehari	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Satu kali	1	6,25	-	-	-	-
2.	Dua Kali	11	68,75	12	54,55	1	50,00
3.	Tiga Kali	4	25,00	10	45,45	1	50,00
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 1 responden (6,25%) yang terbiasa makan satu kali sehari, 11 responden (68,75%) terbiasa makan dua kali sehari, dan 4 responden (25,00%) terbiasa makan tiga kali sehari. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 12 responden (54,55%) yang terbiasa makan dua kali sehari, dan 10 responden (45,45%) terbiasa makan tiga kali sehari. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih terdapat 1 responden (50,00%) yang terbiasa makan dua kali sehari dan 1 responden (50,00%) terbiasa makan tiga kali sehari.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,140), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara frekuensi makan responden dengan status gizi responden.

VI.2.2 Kebiasaan Sarapan/Makan Pagi Responden

Kebiasaan sarapan/makan pagi responden dikelompokkan menjadi tiga, yaitu selalu makan pagi, kadang, dan tidak pernah makan pagi. Kebiasaan sarapan/makan pagi responden dapat diketahui pada tabel beikut ini :

Tabel VI.8 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Pagi di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kebiasaan Makan Pagi	Frekuensi	Persentase
1.	Selalu	9	22,50
2.	Kadang	27	67,50
3.	Tidak Pernah	4	10,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden yang kadang makan pagi yaitu sebanyak 27 responden (67,50%), responden yang selalu makan pagi sebanyak 9 responden (22,50%), dan responden yang tidak pernah makan pagi sebanyak 4 responden (10,00%).

Hubungan antara kebiasaan makan pagi responden dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.9 Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Makan Pagi Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kebiasaan Makan Pagi	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Selalu	2	12,50	7	31,81	-	-
2.	Kadang	13	81,25	12	54,55	2	100,00
3.	Tidak Pernah	1	6,25	3	13,64	-	-
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 2 responden (12,50%) yang selalu makan pagi, 13 responden (81,25%) yang kadang makan pagi dan 1 responden (6,25%) tidak pernah makan pagi. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 7 responden (31,81%) yang selalu makan pagi, 12 responden (54,55%) yang kadang makan pagi dan 3 responden (13,64%) tidak pernah makan pagi. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih seluruhnya (100,00%) menjawab hanya terkadang makan pagi.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan makan pagi responden dengan status gizi responden.

VI.2.3 Kebiasaan Makan Siang Responden

Kebiasaan makan siang responden dikelompokkan menjadi tiga, yaitu selalu makan siang, kadang, dan tidak pernah makan siang. Kebiasaan makan siang responden dapat diketahui pada tabel beikut ini :

Tabel VI.10 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Siang di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kebiasaan Makan Siang	Frekuensi	Persentase
1.	Selalu	27	67,50
2.	Kadang	11	27,50
3.	Tidak Pernah	2	5,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden yang selalu makan siang sebanyak 27 responden (67,50%), responden yang kadang makan siang yaitu sebanyak 11 responden (27,50%), dan responden yang tidak pernah makan siang sebanyak 2 responden (5,00%).

Hubungan antara kebiasaan makan siang responden dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.11 Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Makan Siang Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kebiasaan Makan Siang	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Selalu	7	43,75	18	81,82	2	100,00
2.	Kadang	7	43,75	4	18,18	-	-
3.	Tidak Pernah	2	12,50	-	-	-	-
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 7 responden (43,75%) yang selalu makan siang, 7 responden (43,75%) yang kadang makan siang, dan 2 responden (12,50%) tidak pernah makan siang. Dari 22 responden yang mempunyai status

gizi normal, terdapat 18 responden (81,82%) yang selalu makan siang, dan 4 responden (18,18%) yang kadang makan siang. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih seluruhnya (100,00%) menjawab selalu makan siang.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig < α (p = 0,005), menunjukkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan makan siang responden dengan status gizi responden, artinya semakin tinggi status gizi responden maka semakin sering responden untuk makan siang.

VI.2.4 Kebiasaan Makan Malam Responden

Kebiasaan makan malam responden dikelompokkan menjadi tiga, yaitu selalu makan malam, kadang, dan tidak pernah makan malam. Kebiasaan makan malam responden dapat diketahui pada tabel beikut ini :

Tabel VI.12 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Malam di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kebiasaan Makan Malam	Frekuensi	Persentase
1.	Selalu	36	90,00
2.	Kadang	4	10,00
3.	Tidak Pernah	-	-
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden yang selalu makan malam sebanyak 36 responden (90,00%), dan responden yang kadang makan malam yaitu sebanyak 4 responden (10,00%).

Hubungan antara kebiasaan makan malam responden dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.13 Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Makan Malam Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kebiasaan Makan Malam	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Selalu	15	93,75	19	86,36	2	100,00
2.	Kadang	1	6,25	3	13,64	-	-
3.	Tidak Pernah	-	-	-	-	-	
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 15 responden (93,75%) yang selalu makan malam, dan 1 responden (6,25%) yang kadang makan malam. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 19 responden (86,36%) yang selalu makan malam, dan 3 responden (13,64%) yang kadang makan malam. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih seluruhnya (100,00%) menjawab selalu makan malam.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,650), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan makan malam responden dengan status gizi responden.

VI.2.5 Tempat Responden Untuk Sarapan/Makan Pagi

Tempat yang biasa digunakan responden untuk sarapan/makan pagi dibagi dalam empat kelompok, yaitu asrama, kantin fakultas, warung makan dan lainnya. Distribusi reponden berdasarkan tempat makan pagi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel VI.14 Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Sarapan/Makan Pagi di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Tempat Makan Pagi	Frekuensi	Persentase
1.	Asrama	9	22,50
2.	Kantin Fakultas	3	7,50
3.	Warung Makan	18	45,00
4.	Lainnya	10	25,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa responden yang terbiasa makan pagi di warung makan sebanyak 18 responden (45,00%), responden yang terbiasa makan pagi di asrama sebanyak 9 responden (22,50%), responden yang terbiasa makan pagi di kantin fakultas sebanyak 3 responden (7,50%), dan responden yang terbiasa makan pagi di tempat lainnya sebanyak 10 responden (25,00%).

VI.2.6 Tempat Responden Untuk Makan Siang

Tempat yang biasa digunakan responden untuk makan siang dibagi dalam empat kelompok, yaitu asrama, kantin fakultas, warung makan dan lainnya. Distribusi reponden berdasarkan tempat makan siang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel VI.15 Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Makan Siang di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Tempat Makan Siang	Frekuensi	Persentase
1.	Asrama	10	25,00
2.	Kantin Fakultas	12	30,00
3.	Warung Makan	12	30,00
4.	Lainnya	6	15,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa responden yang terbiasa makan siang di kantin fakultas sebanyak 12 responden (30,00%), responden yang terbiasa makan siang di warung makan sebanyak 12 responden (30,00%), responden yang

terbiasa makan siang di asrama sebanyak 10 responden (25,00%), dan responden yang terbiasa makan siang di tempat lainnya sebanyak 6 responden (25,00%).

VI.2.7 Tempat Responden Untuk Makan Malam

Tempat yang biasa digunakan responden untuk makan malam dibagi dalam empat kelompok, yaitu asrama, kantin fakultas, warung makan dan lainnya. Distribusi reponden berdasarkan tempat makan malam dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel VI.16 Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Makan Malam di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Tempat Makan Malam	Frekuensi	Persentase
1.	Asrama	19	47,50
2.	Kantin Fakultas	1	2,50
3.	Warung Makan	17	42,50
4.	Lainnya	3	7,50
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa responden yang terbiasa makan malam di asrama sebanyak 19 responden (47,50%), responden yang terbiasa makan malam di warung makan sebanyak 17 responden (42,50%), responden yang terbiasa makan malam di kantin fakultas sebanyak 1 responden (2,50%)dan responden yang terbiasa makan malam di tempat lainnya sebanyak 3 responden (7,50%).

VI.2.8 Kebiasaan Merokok Responden

Kebiasaan merokok responden dilihat dari tiga minggu terakhir sebelum penelitian, dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.17 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kebiasaan Merokok	Frekuensi	Persentase
1.	Ya	12	30,00
2.	Tidak	28	70,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa responden yang terbiasa merokok sebanyak 12 responden (30,00%), dan responden yang tidak merokok sebanyak 28 responden (70,00%).

Kebiasaan merokok responden yang dihubungkan dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel tabulasi silang berikut:

Tabel VI.18 Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Merokok Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kebiasaan Merokok	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Ya	4	25,00	7	31,82	1	50,00
2.	Tidak	12	75,00	15	68,18	1	50,00
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 4 responden (25,00%) yang terbiasa merokok, dan 12 responden (75,00%) yang tidak merokok. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 7 responden (31,82%) yang terbiasa merokok, dan 15 responden (68,18%) yang tidak terbiasa merokok. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih, terdapat 1 responden (50,00%) yang terbiasa merokok, dan 1 responden (50,00%) yang tidak terbiasa merokok.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,508), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok responden dengan status gizi responden.

VI.2.9 Jumlah Rokok Yang Biasa Dikonsumsi Responden Dalam Sehari

Jumlah rokok yang biasa dikonsumsi oleh 9 responden yang merokok dalam waktu sehari dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.19 Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Batang Rokok Yang dikonsumsi Dalam Waktu Sehari di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Jumlah Batang Rokok sehari	Frekuensi	Persentase
1.	satu - tiga	8	66,67
2.	empat – enam	3	25,00
3.	Lainnya	1	8,33
	Total	12	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 12 responden yang merokok, terdapat responden yang biasa mengkonsumsi satu sampai dengan tiga batang rokok sehari sebanyak 8 responden (66,67%), responden yang biasa mengkonsumsi empat sampai dengan enam batang rokok sehari sebanyak 3 responden (25,00%), dan lainnya 1 responden (8,33%).

VI.2.10 Pengetahuan Responden Mengenai Gizi

Tingkat pengetahuan responden tentang gizi diukur dengan melihat pengetahuan responden tentang menu 4 sehat 5 sempurna dan pengetahuan tentang susunan makanan 4 sehat 5 sempurna.

Pengetahuan responden tentang menu 4 sehat 5 sempurna dapat dilihat pada tabel berikut berikut ini:

Tabel VI.20 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Menu 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna	Frekuensi	Persentase
1.	Ya	38	95,00
2.	Tidak	2	5,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa responden yang mempunyai pengetahuan tentang menu 4 sehat 5 sempurna sebanyak 38 responden (95,00%), dan yang tidak mempunyai pengetahuan tentang menu 4 sehat 5 sempurna sebanyak 2 responden (5,00%).

Hubungan antara pengetahuan responden tentang menu 4 sehat 5 sempurna dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.21 Tabulasi Silang Antara Pengetahuan Tentang Menu 4 Sehat 5 Sempurna Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Ya	15	93,75	21	95,45	2	100,00
2.	Tidak	1	6,25	1	4,55	-	-
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 15 responden (93,75%) yang memiliki pengetahuan tentang menu 4 sehat 5 sempurna, dan 1 responden (6,25%) yang tidak memiliki pengetahuan tentang menu 4 sehat 5 sempurna. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal. terdapat 21 responden (95,45%) yang

memiliki pengetahuan tentang menu 4 sehat 5 sempurna, dan 1 responden (4,55%) yang tidak memiliki pengetahuan tentang menu 4 sehat 5 sempurna. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih, seluruhnya (100,00%) memiliki pengetahuan tentang menu 4 sehat 5 sempurna. Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,729) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan responden tentang menu 4 sehat 5 sempurna dengan status gizi responden.

Sedangkan pengetahuan responden tentang susunan makanan 4 sehat 5 sempurna, dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel VI.22 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Susunan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Susunan Makanan	Frekuensi	Persentase
1.	Nasi dan lauk	1	2,50
2.	Nasi, lauk dan sayur	1	2,50
3.	Nasi, lauk, sayur, buah dan susu	38	95,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui responden yang mengetahui menu 4 sehat 5 sempurna terdiri dari nasi, lauk, sayur, buah dan susu sebanyak 38 responden (95,00%). Sedangkan responden yang mengetahui menu 4 sehat 5 sempurna terdiri dari nasi dan lauk sebanyak 1 responden (2,50%) dan responden mengetahui menu 4 sehat 5 sempurna terdiri dari nasi, lauk dan sayur sebanyak 1 responden (2,50%).

Hubungan antara pengetahuan responden tentang susunan makanan 4 sehat 5 sempurna dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.23 Tabulasi Silang Antara Pengetahuan Responden Tentang Susunan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Susunan Makanan	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Nasi dan lauk	-	-	1	4,55	-	-
2.	Nasi, lauk dan sayur	1	6,25	-	-	-	-
3.	Nasi, lauk, sayur, buah dan susu	15	93,75	21	95,45	2	100,00
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 15 responden (93,75%) yang mengetahui susunan makanan 4 sehat 5 sempurna terdiri dari nasi, lauk, sayur, buah dan susu, dan 1 responden (6,25%) yang mengetahui susunan makanan 4 sehat 5 sempurna terdiri dari nasi, lauk dan sayur. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 21 responden (95,45%) yang mengetahui susunan makanan 4 sehat 5 sempurna terdiri dari nasi, lauk, sayur, buah dan susu, dan 1 responden (4,55%) yang mengetahui susunan makanan 4 sehat 5 sempurna terdiri dari nasi, dan lauk. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih, seluruhnya (100,00%) mengetahui susunan makanan 4 sehat 5 sempurna terdiri dari nasi, lauk, sayur, buah dan susu.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α nilai (p = 0,754), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan responden tentang susunan makanan 4 sehat 5 sempurna dengan status gizi responden.

VI.2.11 Kebiasaan Responden Untuk Memenuhi Susunan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna

Kebiasaan responden untuk memenuhi susunan makanan yang terdiri dari nasi, lauk, sayur, buah dan susu dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel VI.24 Distribusi Responden Berdasarkan Pemenuhan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Pemenuhan Makanan	Frekuensi	Persentase
1.	Selalu	3	7,50
2.	Kadang	30	75,00
3.	Tidak pernah	7	17,50
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas, dapat kita ketahui bahwa responden yang terkadang memenuhi makanan sesuai menu 4 sehat 5 sempurna sebanyak 30 responden (75,00%), responden yang selalu memenuhi sebanyak 3 responden (7,50%) dan yang tidak pernah memenuhi sebanyak 7 responden (17,50%).

Hubungan antara pemenuhan makanan dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.25 Tabulasi Silang Antara Pemenuhan Makanan Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Pemenuhan Makanan	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Selalu	1	6,25	2	9,09	-	-
2.	Kadang	12	75,00	16	72,73	2	100,00
3.	Tidak pernah	3	18,75	4	18,18	-	-
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 12 responden (75,00%) yang terkadang memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna, 1 responden (6,25%) yang selalu memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna dan 3 responden (18,75%) tidak pernah memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 16 responden (72,73%) yang terkadang memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna, 2 responden (9,09%) yang selalu memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna, dan 4 responden (18,18%) tidak pernah memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih, seluruhnya (100,00%) menjawab hanya terkadang memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,754), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pemenuhan makanan responden yang sesuai 4 sehat 5 sempurna dengan status gizi responden.

VI.2.12 Alasan Responden Untuk Tidak Memenuhi Susunan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna

Dari seluruh responden terdapat 25 responden yang menjawab kadang/tidak pernah memenuhi makanan yang sesuai menu 4 sehat 5 sempurna, mereka memberikan dua alasan, yaitu karena tidak suka terhadap makanan tersebut dan karena pemborosan/perlu biaya.

Alasan responden untuk tidak memenuhi susunan makanan 4 sehat 5 sempurna dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel VI.26 Distribusi Responden Berdasarkan Alasan Tidak Pernah/Kadang Memenuhi Susunan Menu 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Alasan	Frekuensi	Persentase
1.	Tidak suka	8	21,62
2.	Pemborosan	29	78,38
	Total	37	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui dari 37 responden yang tidak pernah/terkadang memenuhi menu 4 sehat 5 sempurna, yang memiliki alasan pemborosan sebanyak 29 responden (78,38%), sedangkan yang memiliki alasan tidak suka sebanyak 8 responden (21,62%).

VI.2.13 Waktu Responden Saat Memenuhi Makanan 4 Sehat 5 Sempurna

Waktu responden untuk memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna yang terdiri dari nasi, lauk, sayur dan buah, di bagi menjadi lima yaitu waktu pagi, siang dan malam, waktu pagi dan siang, waktu pagi dan malam, waktu siang dan malam, dan waktu lainnya. Waktu responden untuk memenuhi makanan yang terdiri dari nasi, lauk, sayur dan buah dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.27 Distribusi Responden Berdasarkan Waktu Memenuhi Susunan Menu 4 Sehat 5 Sempurna di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Waktu	Frekuensi	Persentase
1.	Pagi, siang, malam	1	2,50
2.	Pagi dan siang	2	5,00
3.	Pagi dan malam	2	5,00
4.	Siang dan malam	11	27,50
5.	Lainnya	24	60,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas, diketahui waktu responden untuk memenuhi susunan makanan 4 sehat 5 sempurna, yang memilih waktu pagi, siang dan malam sebanyak 1 responden (2,50%) yang memilih waktu pagi dan siang sebanyak 2 responden (5,00%), yang memilih waktu pagi dan malam sebanyak 2 responden (5,00%), yang memilih waktu siang dan malam sebanyak 11 responden (27,50%) dan yang memilih waktu lainnya sebanyak 24 responden (60,00%).

Hubungan antara waktu pemenuhan makanan 4 sehat 5 sempurna dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.28 Tabulasi Silang Antara Waktu memenuhi Susunan Menu 4 Sehat 5 Sempurna Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Waktu	Status					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Pagi, siang, malam	-	-	1	4,54	-	-
2.	Pagi dan siang	2	12,50	-	-	-	-
3.	Pagi dan malam	-	-	2	9,09	-	-
4.	Siang dan malam	4	25,00	7	31,82	-	-
5.	Lainnya	10	62,50	12	54,55	2	100,00
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat kita ketahui dari 16 responden yang memiliki status gizi kurang, terdapat 2 responden (12,50%) yang tebiasa memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna waktu pagi dan siang, 4 responden (25,00%) terbiasa waktu siang dan malam, dan 10 responden (62,50%) waktu lainnya. Dari 22 responden yang memiliki status gizi normal, terdapat 1 responden

(4,54%) yang terbiasa memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna waktu pagi, siang dan malam, 2 responden (9,09%) terbiasa waktu pagi dan malam, 7 responden (31,82%) terbiasa waktu siang dan malam, dan 12 responden (54,55%) waktu lainnya. Sedangkan dari 2 responden yang memiliki status gizi lebih, seluruhnya (100,00%) terbiasa memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna waktu lainnya.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,907), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara waktu memenuhi makanan responden yang sesuai 4 sehat 5 sempurna dengan status gizi responden.

VI.2.14 Kebiasaan Responden Mengkonsumsi Makanan Jajanan

Kebiasaan responden mengkonsumsi makanan jajanan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel VI.29 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Mengkonsumsi Makanan Jajanan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Mengkonsumsi Jajanan/Snack	Frekuensi	Persentase
1.	Ya	27	67,50
2.	Tidak	13	32,50
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa responden yang terbiasa mengkonsumsi makanan jajanan/snack sebanyak 27 responden (67,50%). Sedangkan yang tidak terbiasa mengkonsumsi makanan jajanan/snack sebanyak 13 responden (32,50%).

Hubungan antara kebiasaan responden untuk mengkonsumsi makanan jajanan/snack dengan status gizi responden, dapat dilihat dari tabel berikut ini :

Tabel VI.30 Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Mengkonsumsi Makanan Jajanan Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Mengkonsumsi Jajanan/Snack	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Ya	11	68,75	14	63,64	2	100,00
2.	Tidak	5	31,25	8	36,36	-	-
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :

N : Jumlah

% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 11 responden (68,75%) yang terbiasa mengkonsumsi makanan jajanan/snack, dan 5 responden (31,25%) yang tidak terbiasa mengkonsumsi makanan jajanan/snack. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 14 responden (63,64%) yang terbiasa mengkonsumsi makanan jajanan/snack, dan 8 responden (36,36%) yang tidak terbiasa mengkonsumsi makanan jajanan/snack. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih, seluruhnya (100,00%) terbiasa mengkonsumsi makanan jajanan/snack.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,897), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan responden mengkonsumsi jajanan/snack dengan status gizi responden.

VI.2.15 Besar Uang Responden Yang Biasa Dijajankan Dalam Sehari

Besar uang responden yang biasa dikeluarkan untuk membeli makanan jajanan/snack dalam waktu sehari dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel VI.31 Distribusi Responden Berdasarkan Uang Yang Dijajankan Dalam Waktu Sehari di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Besar Uang	Frekuensi	Persentase
1.	Rp.500,00 – Rp.2.500,00	25	62,50
2.	Rp.2.500,00 – Rp.5.000,00	10	25,00
3.	Rp.5.000,00 – Rp.10.000,00	4	10,00
4.	> Rp.10.000,00	1	2,50
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui responden yang mengeluarkan uang jajan dalam waktu sehari sebesar Rp.500,00 sampai dengan Rp.2.500,00 sebanyak 25 responden (62,50%), yang mengeluarkan uang jajan Rp.2.500,00 sampai dengan Rp.5.000,00 sebanyak 10 responden (25,00%), yang mengeluarkan uang jajan Rp.5.000,00 sampai dengan Rp.10.000,00 sebanyak 4 responden (10,00%), dan yang mengeluarkan uang jajan lebih dari Rp.10.000,00 hanya 1 responden (2,50%).

VI.2.16 Frekuensi Responden Dalam Mengkonsumsi Makanan Jajanan

Frekuensi responden dalam mengkonsumsi makanan jajanan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel VI.32 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Mengkonsumsi Jajanan di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Konsumsi Jajanan	Frekuensi	Persentase
1.	≤ 4 kali sehari	20	50,00
2.	> 4 kali sehari	1	2,50
3.	1 – 3 kali seminggu	12	30,00
4.	lainnya	7	17,50
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui responden yang biasa mengkonsumsi jajanan kurang dari atau sama dengan 4 kali sehari sebanyak 20 responden (50,00%), yang biasa mengkonsumsi 1 sampai 3 kali seminggu sebanyak 12 responden (30,00%), yang biasa mengkonsumsi jajanan lebih dari 4 kali sehari sebanyak 1 responden (2,50%) dan sisanya menjawab lainnya sebanyak 7 responden (17,50%).

VI.2.17 Kebiasaan Responden Berolahraga

Kebiasaan responden untuk berolahraga dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.33 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Berolahraga di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Biasa Olahraga	Frekuensi	Persentase
1.	Ya	28	70,00
2.	Tidak	12	30,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa responden yang terbiasa untuk berolahraga sebanyak 28 responden (70,00%). Sedangkan responden yang tidak terbiasa berolahraga sebanyak 12 responden (30,00%).

Hubungan antara kebiasaan berolahraga responden dengan status gizi responden dapat dilihat pada tebel berikut ini :

Tabel VI.34 Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Berolahraga Responden Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Biasa Olahraga	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Ya	10	62,50	16	72,73	2	100,00
2.	Tidak	6	37,50	6	27,27	-	-
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang mempunyai status gizi kurang, terdapat 10 responden (62,50%) yang terbiasa berolahraga, dan 6 responden (37,50%) yang tidak terbiasa berolahraga. Dari 22 responden yang mempunyai status gizi normal, terdapat 16 responden (72,73%) yang terbiasa berolahraga, dan 6 responden (27,27%) yang tidak terbiasa berolahraga. Dari 2 responden yang mempunyai status gizi lebih, seluruhnya (100,00%) menjawab terbiasa berolahraga.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,319), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan responden berolahraga dengan status gizi responden.

VI.2.18 Alasan Responden Tidak Biasa Berolahraga

Responden yang tidak terbiasa berolahraga, mempunyai beberapa alasan yaitu karena malas, tidak ada waktu, tidak biasa melakukan, dan alasan lainnya. Alasan responden tidak biasa berolahraga dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.35 Distribusi Responden Berdasarkan Alasan Tidak Berolahraga di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Alasan Tidak Olahraga	Frekuensi	Persentase
1.	Malas	7	58,34
2.	Tidak ada waktu	3	25,00
3.	Tidak biasa	1	8,33
4.	lainnya	1	8,33
	Total	12	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui dari 12 responden yang tidak biasa berolahraga yang memberi alasan karena malas sebanyak 7 responden (58,34%). Responden yang beralasan tidak ada waktu sebanyak 3 responden (25,00%). Responden yang beralasan tidak biasa sebanyak 1 responden (8,33%). Sedangkan Responden yang beralasan lainnya sebanyak 1 responden (8,33%).

VI.2.19 Jenis Olahraga Yang Biasa Dilakukan Responden

Jenis olahraga yang biasa dilakukan oleh responden yang terbiasa berolahraga dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.36 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Olahraga di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Jenis Olahraga	Frekuensi	Persentase
1.	Lari	12	42,86
2.	Senam	1	3,57
3.	Sepak bola	10	35,71
4.	Tenis meja	5	17,86
	Total	28	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 28 responden yang biasa berolahraga, yang terbiasa olahraga lari sebanyak 12 responden (42,86%). Responden yang biasa berolahraga senam sebanyak 1 responden (3,57%). Responden yang biasa berolahraga sepak bola sebanyak 10 responden (35,71%). Sedangkan responden yang biasa olahraga tenis meja sebanyak 5 responden (17,86%).

VI.2.20 Frekuensi Responden Dalam Berolahraga

Frekuensi responden untuk berolahraga dibagi dalam empat kelompok yaitu setiap hari, satu kali seminggu, tiga kali seminggu, dan lainnya. Frekuensi responden dalam berolahraga dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel VI.37 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Olahraga di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Frekuensi Olahraga	Frekuensi	Persentase
1.	Setiap hari	9	32,14
2.	1 kali seminggu	4	14,29
3.	3 kali seminggu	9	32,14
4.	Lainnya	6	21,43
	Total	28	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa dari 28 responden yang biasa berolahraga memiliki frekuensi berolahraga setiap hari sebanyak 9 responden (32,14%). Responden yang memiliki frekuensi berolahraga 1 kali seminggu sebanyak 4 responden (14,29%). Responden yang memiliki frekuensi berolahraga 3 kali seminggu sebanyak 9 responden (32,14%). Sedangkan responden yang memiliki frekuensi berolahraga lainnya sebanyak 6 responden (21,43%).

VI.3 Frekuensi Makan Responden

Frekuensi makan responden terhadap jenis makanan pokok yang biasa dikonsumsi oleh responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.39 Tabel Frekuensi Makanan Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

Jenis Makanan	Frekuensi Makanan																		Jumlah	
	Tidak Pernah		harian						mingguan						bulanan					
			1 x		2 x		3 x		1-2 x		3-4 x		4-5 x		1-2 x		3-4 x			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Makanan Pokok																				
Nasi	-	-	3	7,5	22	55	14	35	-	-	-	-	1	2,5	-	-	-	-	40	100
Jagung	33	82,5	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	4	10	1	2,5	40	100
Umbi	30	75	1	2,5	1	2,5	-	-	2	7,5	1	2,5	-	-	3	7,5	1	2,5	40	100
Sagu	40	100	-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40	100
Mie	113	32,5	12	30	-	-	-	-	1	2,5	-	-	4	10	-	-	10	2,5	40	100
Lauk Pokok																			40	
Ikan	8	20	11	27,5	7	17,5	1	2,5	4	10	3	7,5	2	5	4	10	-	-	40	100
Ayam	10	25	11	27,5	10	25	2	5	4	10	-	-	2	5	1	2,5	-	-	40	100
Sapi	26	65	1	2,5	2	5	1	2,5	3	7,5	2	5	2	5	3	7,5	1	2,5	40	100
Telur	4	10	12	30	12	30	-	-	6	15	2	5	2	5	2	5	-	-	40	100
Hati Sapi	24	60	-	-	1	2,5	-	-	6	15	1	2,5	3	7,5	5	12,5	-	-	40	100
Tempe	4	10	-	-	18	45	-	-	6	15	-	-	12	30	-	-	-	-	40	100
Sayuran																			40	
Bayam	15	37,5	5	12,5	4	10	1	2,5	6	15	6	15	3	7,5	-	-	-	-	40	100
Kangkung	5	12,5	13	32,5	5	12,5	2	5	8	20	3	5	3	5	1	2,5	-	-	40	100
Ketela	31	77,5	1	2,5	-	-	-	-	2	5	1	2,5	1	2,5	3	7,5	1	2,5	40	100
Wortel	31	77,5	1	2,5	-	-	-	-	-	-	7	17,5	-	-	-	-	1	2,5	40	100
Buah																			40	
Pisang	17	42,5	2	5	1	2,5	-	-	6	15	5	12,5	2	5	6	15	1	2,5	40	100
Mangga	27	67,5	-	-	-	-	-	-	3	7,5	2	5	2	5	5	12,5	1	2,5	40	100
Jeruk	21	52,5	1	2,5	-	-	1	2,5	4	10	2	5	2	5	8	20	1	5	40	100
Rambutan	30	75	-	-	-	-	-	-	1	2,5	1	2,5	1	2,5	5	12,5	2	5	40	100
Melon	38	95	-	-	-	-	-	-	1	2,5	1	2,5	-	-	-	-	-	-	40	100
																			40	
Susu	22	55	7	17,5	-	-	-	-	2	5	1	2,5	1	2,5	1	2,5	6	15	40	100

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel VI.41 tersebut, dapat kita ketahui untuk frekuensi makan harian, diketahui bahwa sebagian besar responden, yaitu sebanyak 22 responden (55%) mengkonsumsi makanan pokok berupa nasi setiap dua kali sehari, 18 responden (45%) mengkonsumsi lauk berupa tempe setiap dua kali sehari, 13 responden (32,5%) mengkonsumsi sayuran berupa kangkung setiap satu kali sehari, 2 responden (5%) mengkonsumsi buah berupa pisang setiap satu kali sehari, dan 7 responden (17,5%) mengkonsumsi susu setiap satu kali sehari.

Frekuensi makan mingguan, diketahui bahwa sebagian besar responden, yaitu sebanyak 4 responden (10%) mengkonsumsi makanan pokok berupa mie setiap empat sampai lima kali seminggu, 12 responden (30%) mengkonsumsi lauk berupa tempe setiap empat sampai lima kali seminggu, 8 responden (20%) mengkonsumsi sayuran berupa kangkung setiap satu sampai dua kali seminggu, 6 responden (15%) mengkonsumsi pisang setiap satu sampai dua kali seminggu, dan 2 responden (5%) mengkonsumsi susu setiap satu sampai dua kali seminggu.

Frekuensi makan bulanan, diketahui sebanyak 4 responden (10%) mengkonsumsi makanan pokok berupa jagung setiap satu sampai dua kali sebulan, 5 responden (12,5%) mengkonsumsi lauk berupa hati sapi setiap satu sampai dua kali sebulan, 3 responden (7,5%) mengkonsumsi sayuran berupa daun ketela setiap satu sampai dua kali sebulan, 8 responden (20%) mengkonsumsi buah berupa jeruk setiap kali satu sampai dua kali sebulan, dan 6 responden (15%) mengkonsumsi susu setiap tiga sampai empat kali sebulan.

VI.4 Kecukupan Energi Responden

Kecukupan energi responden didapat dari membandingkan energi masukan pada responden melalui *recall 24 hour*, dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (per orang per hari). Kecukupan energi responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.40 Distribusi Responden Berdasarkan Kecukupan Energi di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kecukupan Energi	Frekuensi	Persentase
1.	Baik	5	12,50
2.	Cukup	19	47,50
3.	Kurang	16	40,00
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas setelah asupan energi responden dibandingkan dengan kecukupan energi yang dianjurkan per orang per hari dapat diketahui bahwa 5 responden (12,50%) sudah baik asupan energinya 19 responden (47,50%) mengalami cukup energi, sedangkan 16 responden (40,00%) mengalami kekurangan energi.

Hubungan antara kecukupan energi dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.41 Tabulasi Silang Antara Kecukupan Energi Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kecukupan Protein	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Baik	3	18,75	2	9,09	-	-
2.	Cukup	6	37,50	12	54,55	1	50,00
3.	Kurang	7	43,75	8	36,36	1	50,00
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel VI.41 dapat diketahui dari 16 responden yang memiliki status gizi kurang, terdapat 3 responden (18,75%) yang memiliki kecukupan protein yang baik, 6 responden (37,50%) memiliki kecukupan protein yang cukup dan 7 responden (43,75%) memiliki kecukupan protein yang kurang. Dari 22 responden dengan status gizi normal, terdapat 2 responden (9,09%) yang memiliki kecukupan protein yang baik, 12 responden (54,55%) memiliki kecukupan protein yang cukup dan 8 responden (36,36%) memiliki kecukupan protein yang kurang. Dari 2 responden yang memiliki status gizi lebih, terdapat 1 responden (50,00%) memiliki kecukupan protein yang cukup dan 1 responden (50,00%) memiliki kecukupan protein yang kurang.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,878), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kecukupan energi responden dengan status gizi responden.

VI.5 Kecukupan Protein Responden

Kecukupan protein responden didapat dari membandingkan protein masukan pada responden melalui *recall 24 hour*, dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (per orang per hari). Kecukupan protein responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel VI.42 Distribusi Responden Berdasarkan Kecukupan Protein di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kecukupan Protein	Frekuensi	Persentase
1.	Baik	12	30,00
2.	Cukup	11	27,50
3.	Kurang	17	42,50
	Total	40	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Berdasarkan tabel di atas setelah asupan protein responden dibandingkan dengan kecukupan protein yang dianjurkan per orang per hari dapat diketahui bahwa 12 responden (30,00%) sudah baik asupan proteinnya. 17 responden (42,50%) sudah cukup asupan proteinnya, sedangkan 11 responden (27,50%) mengalami kekurangan protein.

Hubungan antara kecukupan protein dengan status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel VI.43 Tabulasi Silang Antara Kecukupan Protein Dengan Status Gizi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Kecukupan Protein	Status Gizi					
		Kurang		Normal		Lebih	
		n	%	n	%	n	%
1.	Baik	4	25,00	7	31,82	1	50,00
2.	Cukup	4	25,00	7	31,82	-	-
3.	Kurang	8	50,00	8	36,36	1	50,00
	Total	16	100,00	22	100,00	2	100,00

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006

Keterangan :
N : Jumlah
% : persentase

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui dari 16 responden yang memiliki status gizi kurang, terdapat 4 responden (25,00%) yang memiliki kecukupan protein yang baik, 4 responden (25,00%) memiliki kecukupan protein yang cukup dan 8 responden (50,00%) memiliki kecukupan protein yang kurang.

Dari 22 responden dengan status gizi normal, terdapat 7 responden (31,82%) yang memiliki kecukupan protein yang baik, 7 responden (31,82%) memiliki kecukupan protein yang cukup dan 8 responden (36,36%) memiliki kecukupan protein yang kurang. Dari 2 responden yang memiliki status gizi lebih, terdapat 1 responden (50,00%) memiliki kecukupan protein yang baik dan 1 responden (50,00%) memiliki kecukupan protein yang kurang.

Berdasarkan uji statistik, diketahui nilai sig > α (p = 0,462), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kecukupan protein responden dengan status gizi responden.

BAB VII

PEMBAHASAN

VII.1 Status Gizi

Status gizi adalah tingkat keadaan gizi seseorang yang dinyatakan menurut jenis dan beratnya keadaan kurang gizi, misalnya: gizi baik, gizi sedang, gizi kurang, dan gizi buruk (Depkes RI, 1992). Penentuan status gizi seseorang dapat menggunakan beberapa cara pengukuran, seperti pengukuran melalui antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan IMT (Indeks Masa Tubuh) sebagai indeks antropometri untuk menentukan status gizi mahasiswa. Menurut Supariasa dkk (2001), IMT merupakan metode yang sederhana untuk menentukan status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Berdasarkan pengukuran IMT terhadap responden penelitian, diketahui 16 responden (40,00%) mempunyai status gizi kurang, 22 responden (55,00%) mempunyai status gizi normal dan 2 responden (5,00%) mempunyai status gizi lebih.

VII.2 Kebiasaan Makan Responden

Yang dimaksud dengan kebiasaan makan (*foot habit*) ialah tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhannya akan makan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pemilihan makanan (Khumaidi, 1994). Kebiasaan makan pada akhirnya akan membentuk suatu pola makan bagi manusia tersebut. Dalam Kamus Gizi dan Pangan Indonesia (Depkes RI, 1992) yang

dimaksud pola makan adalah gambaran tentang waktu dan frekuensi makan yang berlaku secara berulang-ulang dan terus menerus. Berdasarkan penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden terbiasa makan dua kali sehari yaitu sebanyak 24 responden (60,00%). Hal ini tentu saja dapat mempengaruhi status gizi responden tersebut. Meskipun dalam uji statistik diketahui tidak ada hubungan antara frekuensi makan responden dengan status gizi responden.

Faktor lain yang mempengaruhi kebiasaan makan dari responden yang diteliti selain frekuensi makan dalam sehari, yaitu:

1. Kebiasaan Sarapan/Makan Pagi

Tidak sedikit survei yang mencatat ketidakcukupan asupan zat gizi para remaja. Mereka bukan hanya melewatkan waktu makan (terutama sarapan) dengan alasan sibuk, tetapi juga terlihat sangat senang mengunyah *junk food* (Johnson dkk, 1994). Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa responden yang selalu melakukan sarapan hanya 9 responden (22,50%), sedangkan yang terkadang makan pagi sebanyak 27 responden (67,50%). Selain itu responden sebagian besar terbiasa melakukan sarapan/makan pagi di warung makan, yakni sebanyak 18 responden (45,00%). Meskipun melalui uji statistik tidak ditemukan hubungan antara kebiasaan makan pagi responden dengan status gizi responden, tetapi hal itu bisa berpengaruh terhadap status gizi responden.

2. Kebiasaan Makan Siang

Kebiasaan makan siang dari responden telah menunjukkan pola makan yang baik, mengingat sebagian besar responden menyatakan selalu melakukan makan siang, yakni sebanyak 27 responden (67,50%). Sedangkan tempat yang

biasa digunakan untuk makan siang, sebanyak 12 responden (30,00%) memilih warung makan. Melalui uji statistik diketahui ternyata tidak ada hubungan antara kebiasaan makan siang responden dengan status gizi responden.

3. Kebiasaan Makan Malam

Kebiasaan makan malam dari responden telah menunjukkan pola makan yang lebih baik, mengingat sebagian besar responden menyatakan selalu melakukan makan malam, yakni sebanyak 26 responden (92,86%). Sedangkan tempat yang biasa digunakan untuk makan malam, sebagian besar responden yaitu sebanyak 19 responden (47,50%) melakukan di asrama dan 17 responden (42,50%) lainnya memilih warung makan. Melalui uji statistik diketahui ternyata tidak ada hubungan antara kebiasaan makan malam responden dengan status gizi responden.

4. Kebiasaan Merokok

Rokok dapat mengurangi nafsu makan, penyempitan pembuluh darah jantung, saluran cerna, sehingga mengganggu proses penyerapan (Arisman, 2004). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Surindo (2005), sebanyak 49 % pelajar pria dan 8,8 % pelajar wanita di Jakarta sudah merokok, sedangkan menurut Hidayat (2004) sebanyak 73,1 % remaja laki-laki telah merokok dan untuk remaja perempuan sebesar 12,5 %. Smet (1994) mengemukakan bahwa remaja yang merokok dikarenakan untuk mengurangi ketegangan, membantu konsentrasi, mendapatkan dukungan sosial, dan karena menyenangkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 12 responden (30,00%) terbiasa merokok, dan sebagian besar diantaranya yaitu 8 responden (66,67%) menghabiskan satu sampai tiga

batang rokok sehari. Rokok tentu akan mempengaruhi kesehatan responden, meskipun dalam uji statistik diketahui tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok responden dengan status gizi responden.

5. Kebiasaan Mengkonsumsi Makanan Jajanan/Snack

Makanan jajanan atau lebih sering disebut sebagai makanan selingan menduduki peranan yang tidak dapat diabaikan dalam kehidupan sehari-hari (Tarwotjo dan Sediaoetomo, 1971). Selain itu iklan di TV juga sering menampilkan makanan snack ringan yang rendah gizinya, makanan instant yang bisa disajikan secara cepat, dan aspek lain yang tidak mendukung semboyan empat sehat lima sempurna (Khomsan, 2002). Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar responden yaitu sebanyak 27 responden (67,50%) terbiasa untuk mengkonsumsi makanan jajanan atau snack dan sebagian besar mengeluarkan uang sebesar Rp.500,00 sampai Rp.2.500,00 untuk membeli makanan jajanan tersebut. Kebiasaan mengkonsumsi jajanan oleh responden kemungkinan berpengaruh terhadap status gizi responden, meskipun dalam uji statistik tidak ditemukan hubungan antara kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan dengan status gizi responden.

6. Pengetahuan Gizi Responden

Tingkat pendidikan mempengaruhi sulit tidaknya seseorang mengikuti petunjuk gizi (Notoatmodjo, 1981). Sehingga dengan pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dapat ditingkatkan konsumsi pangan dan keadaan status gizi masyarakat (Soehardjo, 1986). Melalui penelitian yang telah dilakukan, diketahui sebagian besar responden telah memiliki tingkat pengetahuan tentang

menu empat sehat lima sempurna, yaitu sebanyak 38 responden (95,00%). Meskipun sebagian besar responden tidak selalu atau hanya terkadang saja untuk mengkonsumsi makanan yang memenuhi menu empat sehat lima sempurna, yaitu sebanyak 30 responden (75,00%). Sebagian dari mereka beralasan bahwa untuk memenuhi menu tersebut merupakan suatu pemborosan dan sebagian lagi karena tidak suka. Pengetahuan gizi dapat membantu seseorang untuk menggunakan pangan secara baik (Soehardjo, 1986), meskipun melalui uji statistik dengan menggunakan uji korelasi spearman tidak ditemukan hubungan antara tingkat pengetahuan responden dengan status gizi responden.

7. Kebiasaan Berolahraga Responden

Menurut Depkes RI (1997), olahraga adalah kegiatan fisik sehari-hari yang dilakukan minimal 3 kali seminggu selama 45 menit. Sedangkan menurut Acicis (2004), olahraga adalah gerakan organ tubuh dengan cara dan periode tertentu serta dilakukan secara teratur. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 28 responden (70,00%) terbiasa berolahraga. Jenis olahraga yang biasa dilakukan juga beragam, sebagian besar dari responden yang biasa berolahraga terbiasa melakukan lari yaitu sebanyak 12 responden (42,86%), dan sebagian ada yang memilih sepak bola, dan tenis meja. Melalui uji statistik dengan menggunakan uji korelasi spearman tidak ditemukan hubungan antara kebiasaan olahraga responden dengan status gizi responden.

VII.3 Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung

Dalam Basuni (2002), disebutkan bahwa beberapa metode pengukuran bahkan dapat menghasilkan data yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif.

Metode tersebut antara lain: metode *recall* 24 jam dan metode frekuensi makan (*food frequency*). Melalui recal 24 jam yang dilakukan oleh peneliti, di ketahui bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 16 responden (40,00%) mengalami kekurangan energi, dan 17 responden (42,50%) mengalami kekurangan protein. Hal ini dikarenakan nilai energi dan protein yang didapatkan dari asupan makanan selama 24 jam tidak mencukupi angka kecukupan energi dan protein yang dianjurkan per orang per hari. Sedangkan dari data frekuensi makanan, diketahui bahwa sebagian besar responden mengkonsumsi makanan pokok berupa nasi dua kali sehari, yaitu sebesar 22 responden (55%). Dalam mengkonsumsi lauk, sebanyak 12 responden (30%) memilih telur satu kali sehari dan dua kali sehari, dan 18 responden (45%) juga memilih lauk berupa tempe setiap dua kali sehari. Untuk konsumsi sayur, sebagian besar responden yaitu 13 responden (32,5%) mengkonsumsi kangkung satu kali sehari. Pada saat sekarang diketahui bahwa pola makan masyarakat Indonesia sudah mengalami pergeseran, khususnya di kota besar. Pergeseran pola makan ini terlihat dari masyarakat yang biasa mengkonsumsi makanan tradisional yang banyak mengandung karbohidrat, serat dan sayuran ke pola makan yang banyak mengandung protein, lemak, garam dan rendah serat (Satoto dkk, 1998). Untuk konsumsi buah, sebagian besar responden yaitu 6 responden (15%) mengkonsumsi pisang setiap satu sampai dua kali dalam seminggu. Sedangkan responden dalam mengkonsumsi susu, sebanyak 7 responden (17,5%) mengkonsumsi setiap satu kali sehari. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecukupan gizi responden berdasar recal dan frekuensi makanan, masih cukup rendah.

Dari hasil pembahasan yang telah dikemukakan, dapat diambil kesimpulan bahwa tidak didapatkan hubungan antara pola konsumsi responden yang meliputi kebiasaan makan, pola makan, dan frekuensi makan dengan status gizi responden yang tinggal di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair.

BAB VIII

KESIMPULAN DAN SARAN

VIII.1 Kesimpulan

1. Hasil penelitian yang dilakukan baik berdasarkan pengukuran secara langsung melalui metode antropometri, maupun melalui pengukuran secara tidak langsung melalui recall 24 jam menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yaitu sebesar 22 mahasiswa (55%) mempunyai status gizi normal.
2. Hasil pengukuran status gizi secara tidak langsung melalui frekuensi makanan menunjukkan bahwa pola konsumsi makan mahasiswa cukup bervariasi. Sebagian besar mahasiwa telah mengkonsumsi makanan pokok berupa nasi (100%), mengkonsumsi lauk terutama telur dan tempe (90%), mengkonsumsi sayur terutama kankung (87,5%), mengkonsumsi buah terutama pisang (57,5%) dan sebagian besar tidak suka minum susu (55%). Kecukupan energi (kkal) sebagian besar mahasiswa yaitu 19 mahasiswa (47,50%) memiliki cukup energi. Sedangkan kecukupan protein sebagian besar mahasiswa yaitu 17 mahasiswa (42,50%) memiliki kecukupan protein yang kurang.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mahasiswa telah cukup baik yakni sebesar 38 mahasiswa (95%), meskipun tidak didukung dengan upaya untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi, karena beralasan pemborosan dan tidak suka terhadap makanan tersebut.

4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yaitu sebanyak 28 mahasiswa (70,00%) terbiasa berolahraga. Jenis olahraga yang biasa dilakukan juga beragam, sebagian besar terbiasa melakukan lari yaitu sebanyak 12 mahasiswa (42,86%).
5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pola konsumsi dengan status gizi mahasiswa yang tinggal di Asrama, karena berdasarkan uji statistik yang dilakukan tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi mahasiswa yang mencakup frekuensi, jenis dan kebiasan makan mahasiswa dengan status gizi mahasiswa.

VIII.2 Saran

1. Diadakan penyuluhan gizi, terutama mengenai makanan yang mengandung zat gizi untuk sumber tenaga, sumber pembangun dan pemelihara sel tubuh. Penyuluhan juga membahas tentang pentingnya mengkonsumsi beraneka macam lauk, sayuran, dan buah, mengingat mahasiwa di Asrama kurang dalam konsumsi lauk terutama daging dan hati, juga kurangnya konsumsi sayur seperti bayam
2. Apabila Asrama nanti telah dihuni oleh banyak mahasiswa, terutama di awal tahun ajaran baru, mohon disediakan kantin di asrama yang pengelolaannya dapat ditangani oleh pihak asrama sendiri ataupun memberikan sewa kepada pengusaha makanan (pemilik warung) yang bersedia melayani kebutuhan mahasiswa, kantin tersebut harus berada di dalam lingkungan asrama, mempunyai menu makanan yang bergizi dan beragam setiap hari, dan dibuka setiap hari mulai pagi sampai

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

malam. Dengan demikian mahasiswa yang mempunyai status gizi kurang dan kecukupan energi yang rendah dapat ditingkatkan atau diperbaiki.

3. Hendaknya diadakan kegiatan olahraga rutin di asrama, kegiatan olahraga tersebut minimal diadakan setiap seminggu sekali yakni pada hari libur kuliah, seperti hari sabtu atau minggu, dipimpin oleh mahasiswa yang ditunjuk atau oleh pihak asrama sendiri. Kegiatan olahraga bisa dimulai dengan senam pagi dan diteruskan dengan olahraga lain, seperti sepak bola, tenis meja dan lainnya. Dengan demikian kondisi tubuh mahasiswa dapat terjaga, terutama bagi mahasiswa yang memiliki status gizi lebih, dapat memperbaiki keadaan status gizinya.
4. Diharapkan pihak pengelola asrama membantu mengawasi kebutuhan mahasiswa terutama mengenai makanan atau asupan gizi mereka di asrama, dan membatasi kebebasan merokok bagi mahasiswa, karena dapat mengganggu kesehatan tubuhnya.
5. Mengingat akan keterbatasan dari penelitian ini, maka diharapkan ada penelitian lebih lanjut, untuk mengetahui status gizi dan pola konsumsi mahasiwa yang tinggal di asrama di masa yang akan datang dan dengan hasil yang lebih akurat.

Daftar Pustaka

Acicis (2004). *Olahraga dan Kesehatan.* http://www.jawapos.co.id/indeks.php?act=detail c&d= 178128 (Sitasi 12 Juli 2005).

Arisman (2004). *Gizi dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi.* Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.

Basuni, Abas (2002). *Penilaian Status Gizi dengan Antropometri (Berat Badan dan Tinggi Badan).* Kongres Nasional dan Temu Ilmiah Persagi XII. Jakarta.

Beck, M.E (1993). *Nutrition and Dietetic for Nurses.* Yayasan Essenetika Medika. Jakarta.

Berg, A (1986). *Peranan Gizi dalam Pembangunan Nasional.* Rajawali. Jakarta.

BPS (1988). *Statistik Indonesia.* Jakarta.

Daninggar, Tri (2003). Gambaran pola konsumsi Fast Food.Tingkat Konsumsi Gizi dan Status Gizi pada Remaja (Studi di SMUN 2 Surabaya). *Skripsi.* Universitas Airlangga. Surabaya.

Depkes RI (1992). *Kamus Gizi dan Pangan Indonesia.* Direktorat Bina Gizi Masyarakat. Jakarta.

Depkes RI (1994). *Pedoman Praktis Pemantauan Status Gizi Orang Dewasa.* Jakarta.

Depkes RI (1995). *Panduan 13 Pesan DasarGizi Seimbang Departemen Kesehatan Republik Indonesia.* Jakarta: Ditjen. Pembinaan Kesehatan Masyarakat, Dit. Bina Gizi Masyarakat.

Depkes RI (1997). *Pedoman Umum Gizi Seimbang untuk Remaja.* Direktorat Bina Gizi Masyarakat. Jakarta.

Depkes RI (2000). *Rencana Aksi Pangan dan Gizi Nasional.* Direktorat Gizi Masyarakat. Jakarta.

Hardiansyah dan Briawan, D (1990). *Penelitian dan Perencanaan Konsumsi Pangan.* Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga IPB. Bogor.

Hidayat, Teddy (2004). *2004 Merupakan Tahun Kemurungan.* http://www.pikiran-rakyat.com/cetak/1204/19/hikmah/lainnya 4 htm (Sitasi 29 Juli 2005).

Jellife (1966). *The Assesment of Nutritional Status of the Community.* WHO Monograph Series Number 53. Geneve .

Johnson, R.K., et.al (1994). *Adol Health.*

Karyadi, D. dan Muhilal (1996). *Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan.* PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.

Khomsan. Ali (2002). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan.* PT. Rajagrafindo Persada. Jakarta.

Khumaidi. M (1994). *Gizi Masyarakat.* PT. BPK Gunung Mulia. Jakarta.

Moore.MC (1997). *Terapi Diet dan Nutrisi.* Alih Bahasa: Liniyanti, D dan Oswari. Hipokrates. Jakarta.

Notoatmodjo, S (1981). *Komponen Pendidikan pada Penyuluhan Kesehatan Masyarakat.* BPKM-FKM UI. Jakarta.

Nursiah, M.A, Ginting, A.B., Ngadianti, I (1990). *Manajemen Pelayanan Gizi Institusi Dasar.* Proyek Pengembangan Pendidikan Tenaga Gizi Pusat. Jakarta.

Pines (1978). *Nutrition Planning In Developing World.* Dasar-dasar Perencanaan Program Gizi Indonesia. Jakarta.

Satoto, Kardjati, S., Darmojo, B (1998). Kegemukan, Obesitas, dan Penyakit Degeneratif: Epidemiologi dan Strategi Penanggulangan. *Makalah dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VI.* LIPI. Jakarta.

Smet, Bart (1994). *Psikologi Kesehatan.* PT. Gramedia Widiasarana Indonesia. Jakarta.

Soehardjo (1986). *Pangan, Gizi dan Pertanian.* Universitas Indonesia Press. Jakarta.

Soekirman (1984). Peranan Sektor Kesehatan dalam Program Perbaikan Gizi Nasional. *Gizi Indonesia,* Vol 9, Nomor 7,:7 – 11.

Soekirman (1993). Masalah Gizi Ganda dalam PJP II. *Makalah dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi V.* LIPI. Jakarta.

Sumosardjuno, S (1996). *Pengetahuan Praktis Kesehatan dan Olahraga.* PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.

Suniar, L (2000).*Cara Aman Mencegah Kegemukan.* Intisari. Jakarta.

Supariasa, I.D.N., Fajar, I., Bakri, B (2001). *Penilaian Status Gizi.* Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.

Surindo (2005). *Merokok dan Kesehatan.* http://www.republika.co.id/koran detail/asp?id=12402 & kat id= 41 & kat id 1=& kat id 2 (Sitasi 15 Juli 2005).

Tarmotjo, Ig dan Sediaoetomo, A.D (1971). Komposisi bebrapa Makanan Jajanan di Jakarta *Penelitian Gizi dan Makanan.* Vol I,: 72 – 78.

Tarwotjo dan Soekirman (1987). Status Gizi di Indonesia. *Gizi Indonesia.* Volume XII, Nomor 1,: 90 – 94.

Wirakusumah, E.S (1994). Potensi Makanan Tradisional dan Tantangan yang Dihadapi. *Info Pangan dan Gizi.* Volume V no. 2. Direktorat Bina Gizi Masyarakat. Jakarta.

Wirakusumah, E.S (2001). *Cara Aman dan Efektif Menurunkan Berat Badan.* PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.

Kuesioner Penelitian

No. Kode : (diisi peneliti)

Pewawancara :

Tanggal :

Setelah mendengar penjelasan dari peneliti, maka kami secara sadar dan tanpa paksaan bersedia untuk menjadi responden dan akan menjawab pertanyaan dengan sebenar-benarnya.

I. Identitas Responden

Nama : .....(asli/inisial)

Tanggal lahir/umur : ..... / ..... tahun

Jenis kelamin : .....

Tinggi Badan : .....cm

Berat Badan : .....kg

Alamat Kota Asal : .....

Fakultas/jurusan :...../ .....

II. Kebiasaan Makan

1. Berapa kali dalam sehari Saudara makan?
   a. Satu kali
   b. Dua kali
   c. Tiga kali
   d. Lebih dari tiga kali
2. Apakah Saudara melakukan sarapan/makan pagi?
   a. Selalu
   b. Kadang-kadang
   c. Tidak pernah
3. Apakah Saudara melakukan makan siang ?
   a. Selalu
   b. Kadang-kadang
   c. Tidak pernah

4. Apakah Saudara melakukan makan malam ?
   a. Selalu
   b. Kadang-kadang
   c. Tidak pernah
5. Dimanakah Saudara biasa melakukan
   a) Sarapan :
      a. Asrama
      b. Kantin Fakultas
      c. Warung makan
      d. Lain-lain (sebutkan) .....
   b) Makan Siang:
      a. Asrama
      b. Kantin Fakultas
      c. Warung makan
      d. Lain-lain (sebutkan) .....
   c) Makan Malam:
      a. Asrama
      b. Kantin Fakultas
      c. Warung makan
      d. Lain-lain (sebutkan) .....
6. Apakah dalam 3 minggu ini saudara merokok?
   a. Ya
   b. Tidak (langsung ke pertanyaan no 8)
7. Berapa batang sehari saudara biasa merokok?
   a. Satu sampai tiga batang
   b. Empat sampai enam batang
   c. Tujuh sampai sepuluh
   d. Lain-lain (sebutkan).....

8. Apakah saudara mengetahui semboyan 4 sehat 5 sempurna ?
   a. Ya
   b. Tidak
9. Terdiri dari apakah susunan makanan 4 sehat 5 sempurna tersebut?
   a. Nasi dan lauk
   b. Nasi, lauk dan sayur
   c. Nasi, lauk, sayur dan buah
   d. Nasi, lauk, sayur, buah dan susu
10. Terdapat di manakah zat gizi karbohidrat ?
   a. Lauk
   b. Nasi
   c. Sayur
   d. Buah
11. Terdapat di manakah zat gizi protein nabati ?
   a. Lauk
   b. Nasi
   c. Sayur
   d. Buah
12. Apakah Saudara selalu memenuhi susunan hidangan yang sesuai dengan semboyan 4 sehat 5 sempurna (terdiri dari nasi/makanan pokok, lauk-pauk, sayur dan buah)?
   a. Selalu (langsung ke pertanyaan no. 12)
   b. Kadang-kadang
   c. Tidak pernah
13. Berdasar pertanyaan no 10, jika jawaban Saudara kadang-kadang atau tidak pernah. Sebutkan alasan Saudara ?
   a. Pantangan
   b. Tidak suka
   c. Lain-lain (sebutkan) .....

14. Pada saat kapan Saudara biasa makan makanan lengkap (nasi/makanan pokok, lauk, sayur dan buah):
    a. Pagi, siang, malam
    b. Pagi dan siang
    c. Pagi dan malam
    d. Siang dan malam
    e. Lain-lain (sebutkan) .....
15. Apakah saudara biasa mengkonsumsi makanan jajanan/snack, selain makanan pokok?
    a. Ya (lanjut ke pertanyaan berikutnya)
    b. Tidak, sebutkan alasannya.....
16. Berapa besar uang yang Saudara biasa jajakan setiap hari (bukan untuk membeli makanan pokok)?
    a. Rp. 5.00,00 – Rp. 2.500,00
    b. Rp. 2.500,00 – Rp. 5.000,00
    c. Rp. 5.000,00 – Rp. 10.000,00
    d. > Rp. 10.000,00
17. Berapa kali Saudara biasa jajan(bukan makanan pokok)?
    a. ≤ 4 kali sehari
    b. > 4 kali sehari
    c. 1 – 3 kali seminggu
    d. Lain-lain (sebutkan).....
18. Apakah Saudara biasa melakukan olahraga?
    a. Ya (lanjut ke No 20)
    b. Jarang
    c. Tidak
19. Mengapa Saudara tidak biasa/jarang olahraga?
    a. Malas
    b. Tidak ada waktu
    c. Tidak biasa melakukan
    d. Lain-lain (sebutkan).....

20. Olahraga apa yang biasa Saudara lakukan?
    a. Lari Pagi
    b. Senam Pagi
    c. Lain-lain (sebutkan).....
21. Berapa kali Saudara biasa berolahraga?
    a. Setiap hari
    b. 3 kali seminggu
    c. 1 kali seminggu
    d. Lain-lain(sebutkan).....

(Terimakasih kami sampaikan atas kerjasamanya sebagai responden penelitian)

TABEL FREKUENSI MAKANAN

Jenis makanan	Frekuensi Makanan								
	Tidak pernah	hari			minggu			bulan	
		1x	2x	3x	1-2x	2–3x	3-4x	1-2x	3-4x
Makanan pokok									
Nasi									
Jagung									
Umbi									
Sagu									
Lainnya …….									
Lauk									
Ikan									
Daging ayam									
Daging sapi									
Telur									
Hati									
Lainnya ……									
Sayur									
Bayam									
Kangkung									
Ketela									
Lainnya ……									
Buah									
Pisang									
Mangga									
Jeruk									
Rambutan									
Lainnya ……									
Susu									

Tabel Recall 24 Jam

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

Tanggal/hari /jam	Nama Makanan	Komposisi Makanan	Konversi		Kalori	Lemak	Protein
			URT/FM	Gram			

Ket:
URT : Ukuran Rumah Tangga
FM : Food Model

Tabel Asupan Energi Responden di Asrama Mahasiswa Putra Kampus C Unair Tahun 2006.

No.	Umur Responden (tahun)	AKG Energi Yang Dianjurkan (kkal)	Asupan Energi Hasil Recal 24 jam (kkal)	Keterangan
1.	19	2500,00	2465,92	cukup
2.	33	2800,00	2203,71	kurang
3.	20	2800,00	2050,50	kurang
4.	21	2800,00	2375,27	cukup
5.	22	2800,00	2211,37	kurang
6.	17	2500,00	2465,87	cukup
7.	19	2500,00	2525,59	cukup
8.	19	2500,00	2455,98	cukup
9.	21	2800,00	1970,44	kurang
10.	22	2800,00	2828,68	baik
11.	35	2800,00	2398,75	cukup
12.	18	2500,00	1912,03	kurang
13.	19	2500,00	1948,59	kurang
14.	19	2500,00	2380,75	cukup
15.	36	2800,00	2373,48	cukup
16.	30	2800,00	2705,71	cukup
17.	21	2800,00	2382,70	cukup
18.	19	2500,00	2550,07	cukup
19.	19	2500,00	1915,55	kurang
20.	19	2500,00	3070,24	baik
21.	30	2800,00	2341,72	cukup
22.	19	2500,00	2188,20	kurang
23.	20	2800,00	1992,56	kurang
24.	19	2500,00	2637,10	cukup
25.	19	2500,00	2039,28	kurang
26.	20	2800,00	2649,58	cukup
27.	19	2500,00	3179,64	baik
28.	19	2500,00	2687,04	cukup
29.	20	2800,00	1660,25	kurang
30.	20	2800,00	3084,44	baik
31.	19	2500,00	2579,96	baik
32.	19	2500,00	2287,50	cukup
33.	23	2800,00	1591,68	kurang
34.	18	2500,00	1839,06	kurang
35.	19	2500,00	1717,77	kurang
36.	20	2800,00	2056,25	cukup
37.	19	2500,00	1774,03	kurang
38.	18	2500,00	2076,31	cukup
39.	19	2500,00	1118,05	kurang
40.	24	2800,00	2393,27	cukup

Sumber : Data Primer dari Koesioner 2006.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
umur * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
umur * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,432	,124
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,383	,134
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	2,953	,005[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	2,559	,015[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
BB * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
BB * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,641	,084
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,597	,115
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	5,147	,000[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	4,592	,000[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
TB * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
TB * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,171	,185
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,182	,165
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-1,072	,291[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-1,138	,262[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
IMT * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
IMT * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,804	,049
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,877	,023
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	8,324	,000[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	11,278	,000[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
makan * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
makan * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,240	,147
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,237	,149
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	1,527	,135[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	1,506	,140[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
sarapan * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
sarapan * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,059	,124
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,080	,136
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,364	,718[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,498	,622[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
mkn.siang * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
mkn.siang * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,434	,111
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,437	,133
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-2,973	,005[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-2,996	,005[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
mkn.malam * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
mkn.malam * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,058	,126
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,074	,134
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	,360	,721[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,458	,650[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
Tmpt.srpn * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
Tmpt.srpn * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,279	,142
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,269	,142
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-1,792	,081[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-1,721	,093[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
Tmpt.mkn.siang * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
Tmpt.mkn.siang * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,349	,145
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,365	,145
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-2,296	,027[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-2,413	,021[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
Tmpt.mkn.mlm * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
Tmpt.mkn.mlm * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,096	,155
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,107	,156
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	,595	,555[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,662	,512[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
merokok * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
merokok * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,114	,160
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,108	,158
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,710	,482[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,668	,508[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
btg.rokok * stat.gizi	12	30,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
btg.rokok * stat.gizi	28	70,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,243	,283
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,129	,361
N of Valid Cases		12	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,791	,448[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,413	,689[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
semboyan * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
semboyan * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,060	,140
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,057	,150
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,371	,712[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,350	,729[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
susunan * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
susunan * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,020	,131
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,051	,149
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	,121	,904[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,316	,754[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
pemenuhan * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
pemenuhan * stat.gizi	0	,0%	40	100.0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,054	,135
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,051	,145
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,330	,743[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,316	,754[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
alasan * stat.gizi	37	92,5%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
alasan * stat.gizi	3	7,5%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,361	,132
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,370	,142
N of Valid Cases		37	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	2,292	,028[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	2,356	,024[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
kapan * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
kapan * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,056	,145
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,019	,155
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	,349	,729[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,118	,907[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
kons.snack * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
kons.snack * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,042	,145
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,021	,152
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,259	,797[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,130	,897[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
uang.jjn * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
uang.jjn * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,150	,145
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,156	,152
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,932	,357[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,972	,337[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
frek.jjn * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
frek.jjn * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,040	,155
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,070	,157
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	,244	,809[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,434	,667[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
Olahraga * stat.gizi	40	100,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
Olahraga * stat.gizi	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,172	,142
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,162	,150
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-1,074	,290[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-1,009	,319[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
tdk.biasa * stat.gizi	12	30,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
tdk.biasa * stat.gizi	28	70,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,177	,314
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,380	,300
N of Valid Cases		12	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	,568	,583[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	1,300	,223[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
biasa.or * stat.gizi	28	70,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
biasa.or * stat.gizi	12	30,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,036	,175
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,020	,176
N of Valid Cases		28	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,186	,854[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,101	,921[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases	
	Valid	
	N	Percent
frek.or * stat.gizi	28	70,0%

Case Processing Summary

	Cases			
	Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent
frek.or * stat.gizi	12	30,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,216	,161
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,192	,182
N of Valid Cases		28	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-1,129	,269[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,997	,328[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
energi * stat.gizi	40	100,0%	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	,055	,156
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,025	,162
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	,342	,734[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,154	,878[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
protein * stat.gizi	40	100,0%	0	,0%	40	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error[a]
Interval by Interval	Pearson's R	-,117	,165
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,120	,161
N of Valid Cases		40	

Symmetric Measures

		Approx. T[b]	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,724	,473[c]
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,743	,462[c]
N of Valid Cases			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Milik Perpustakaan Universitas Airlangga

DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS AIRLANGGA
Kampus C Mulyorejo Surabaya 60115 Telp. (031) 5914042, 5914043, 5912546, 5912564 Fax (031) 5981841

Nomor : 3217/J03/PP/2006 18 Mei 2006
Lamp : -
H a l : **Ijin Penelitian**

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
u.p. Pembantu Dekan I
Universitas Airlangga
Surabaya

Memenuhi surat Saudara No.945/J03.1.18/PG/2006 tanggal 10 Mei 2006 perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat, dengan ini kami beritahukan bahwa pada prinsipnya kami dapat mengijinkan mahasiswa Saudara atas nama :

N a m a : M. Noer Ibtidail M.
N I M : 100210934
Fakultas : Kesehatan Masyarakat Unair
Judul Penelitian : Hubungan Pola Konsumsi Dengan status Gizi Mahasiswa di Asrama Putra Kampus C Unair

Untuk melakukan penelitian di Asrama Putra Kampus C Universitas Airlangga, dengan catatan tidak menggangu ketenangan di asrama.

a.n. Rektor
Pembantu Rektor I,

M. Zainal Arifin
NIP. 130687299

Tembusan Yth.:
1. Rektor Unair (sebagai laporan)
2. Yang bersangkutan

ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga

DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
Mulyorejo FKM Kampus C. Surabaya - 60115 Telp. 5920948, 5920949 Fax. 5924618

Nomor : 945 /J03.1.18/PG/2006 10 Mei 2006
Lampiran : 1 (satu) Eksemplar
Perihal : Permohonan izin penelitian

Yth. Rektor
Universitas Airlangga
Surabaya

Dalam rangka pelaksanaan penelitian guna penyelesaian penyusunan skripsi yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat, dengan ini kami mohon izin untuk mengadakan penelitian bagi mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama	: M. Noer Ibtidail M.
NIM	: 100210934
Judul Penelitian	: Hubungan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Mahasiswa di Asrama Putra Kampus C Unair
Lokasi	: Asrama Putra Kampus C Unair
Pembimbing	: Prof. R. Bambang W., dr., M.S., M.CN., Ph.D., Sp.GK

Terlampir kami sampaikan proposal penelitian yang bersangkutan.

Atas perhatian dan bantuan Saudara kami sampaikan terima kasih.

a.n. Dekan
Pembantu Dekan I,

DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL UNIVERSITAS AIRLANGGA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

Widodo J. Pudjirahardjo, dr., M.S., M.PH., Dr.PH
NIP 130610101

Tindasan :
1. Dekan
2. Yang bersangkutan