

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN KEBIASAAN
MAKAN DALAM UPAYA MENINGKATKAN IMUNITAS SELAMA
PANDEMI COVID-19 PADA MAHASISWA UNIVERSITAS AIRLANGGA**



Oleh:

FATHRIZQITA AGHNIA RAUDHANY

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PRODI STUDI GIZI
SURABAYA
2022**

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN KEBIASAAN
MAKAN DALAM UPAYA MENINGKATKAN IMUNITAS SELAMA
PANDEMI COVID-19 PADA MAHASISWA UNIVERSITAS AIRLANGGA**



Oleh:

**FATHRIZQITA AGHNIA RAUDHANY
NIM. 101711233028**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PRODI STUDI GIZI
SURABAYA
2022**

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz.)
pada tanggal 20 Januari 2022

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan,



Dr. Sri Martini, dr., M. Kes
NIP. 196609271997022001

Tim Penguji:

- a) Lailatul Muniroh, S.KM., M.Kes.
- b) Dr. Sri Adiningsih, dr., MS., M.C.N
- c) Dr. Healthy Hidayanti, SKM, M.Kes.

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz.)
Program Studi Gizi
Departemen Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh:

FATHRIZQITA AGHNIA RAUDHANY
NIM. 101711233028

Surabaya, 2 Februari 2022

Menyetujui,
Pembimbing,



Dr. Sri Adiningsih, dr., M.S., M.CN.
NIP. 195006261978032001

Koordinator Program Studi,



Lailatul Muniroh, S.KM., M.Kes.
NIP. 198005252005012004

Mengetahui,
Ketua Departemen,



Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes.
NIP. 197505312006042001

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fathrizqita Aghnia Raudhany
NIM : 101711233028
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN KEBIASAAN
MAKAN DALAM UPAYA MENINGKATKAN IMUNITAS TUBUH SELAMA
PANDEMI COVID-19 PADA MAHASISWA UNIVERSITAS AIRLANGGA**

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 2 Februari 2022



Fathrizqita Aghnia Raudhany
NIM. 101711233028

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa ta'ala atas segala nikmat, rahmat dan karuniaNya yang telah diberikan kepada saya sehingga dapat terselesaikannya Skripsi ini dengan judul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kebiasaan Makan dalam Upaya Meningkatkan Imunitas Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Universitas Airlangga”, sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini dijabarkan meliputi gambaran pengetahuan dan sikap terkait Covid-19 dan gizi dalam upaya meningkatkan imunitas tubuh. Selain itu, dijabarkan pula gambaran kebiasaan makan dalam upaya meningkatkan imunitas pada mahasiswa Universitas Airlangga selama pandemi Covid-19. Pada penelitian ini juga menganalisis hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kebiasaan makan dalam upaya meningkatkan imunitas tubuh yang terdiri dari makanan sumber protein, vitamin A, dan vitamin C pada mahasiswa Universitas Airlangga selama pandemi Covid-19.

Pada kesempatan ini disampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Ibu Dr. Sri Adiningsih dr. MS, MCN, dan Ibu Qonita Rachmah S.Gz., M.Sc. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, koreksi, serta saran hingga terwujudnya skripsi ini. Bapak dan ibu dosen, serta teman-teman mahasiswa yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Terima kasih dan penghargaan juga disampaikan pula kepada yang terhormat:

1. Dr. Santi Martini, dr., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga
2. Dr. Siti Rahayu Nadhiroh., S.KM., M.Kes, selaku Ketua Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga
3. Lailatul Muniroh, S.KM., M.Kes, selaku Koordinator Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga sekaligus penguji skripsi
4. Dr. Healthy Hidayanti, SKM, M.Kes., selaku penguji skripsi

Semoga Allah SWT melimpahkan berupa balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna baik bagi diri saya sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.

Surabaya, 25 November 2021

ABSTRACT

The unequal distribution of Covid-19 vaccine causes students have to increase immunity with several body control measures, by eating foods that increase antibody-forming ingredients, such as protein, vitamin A, and vitamin C. Student's knowledge and attitudes can be the factors that influence eating habits. Purpose was to analyze the relationship between knowledge and attitudes with eating habits to increase immunity of Airlangga University students during the Covid-19 pandemic.

For the analysis of factors observational studies including cross-sectional designs. Accidental sampling technique was used to get a sample of 96 people representing 14 faculties at Airlangga University. Data collection includes filling out questionnaires related to knowledge, attitudes, and SQ-FFQ using a google form link. Data analysis using Chi-Square test.

It is known that majority of respondents are FKM students and live with their families at home during the Covid-19 pandemic. Majority of students have good knowledge related to Covid-19 (72,9%) and Nutrition (75%), as well as have a positive attitude regarding Covid-19 (54,2%) and Nutrition (65,6%). Almost all students (98,3%) answer they had increased food during the Covid-19 pandemic, such as fruits, vegetables, and meat dishes with the main reason being to increase immunity (87,5%). However, in terms of the level of adequacy, still have 77,1% protein, 63,5% vitamin C, and 53,1% vitamin A intake less than the RDA. There is a significant relationship between knowledge and eating habits ($p < 0,05$), but no significant relationship between attitude and eating habits ($p > 0,05$).

Conclusion is that majority of students have good knowledge and positive attitudes, but still have poor eating habits. It is hoped that students can increase their knowledge regarding the main symptoms of Covid-19; the risk of death in Covid-19, factors that can reduce immunity, as well as increase their nutritional intake as an effort to increase immunity in preventing Covid-19 infection.

Keywords: Knowledge, Attitudes, Eating Habits, Covid-19 Pandemic

ABSTRAK

Distribusi vaksin Covid-19 yang belum merata menyebabkan mahasiswa harus meningkatkan imunitas yang berasal dari dalam tubuh dengan mengonsumsi makanan yang dapat meningkatkan bahan pembentukan antibodi, seperti makanan sumber protein, vitamin A, dan vitamin C. Pengetahuan dan sikap dapat menjadi faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan seseorang. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan pengetahuan dan sikap dengan kebiasaan makan dalam upaya meningkatkan imunitas selama pandemi Covid-19 pada mahasiswa Universitas Airlangga.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian sebesar 96 orang mewakili dari 14 fakultas yang ada di Universitas Airlangga didapatkan dengan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data meliputi pengisian kuisioner terkait pengetahuan, sikap, dan *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)* menggunakan *link google form*. Analisis data yang digunakan yaitu uji *Chi-Square*.

Diketahui mayoritas responden merupakan mahasiswa FKM dan tinggal bersama keluarga inti di rumah selama pandemi Covid-19. Mayoritas mahasiswa memiliki pengetahuan yang baik terkait Covid-19 (72,9%) dan Gizi (75%). Mayoritas mahasiswa juga memiliki sikap yang positif terkait Covid-19 (54,2%) dan Gizi (65,6%). Hampir seluruh mahasiswa (98,3%) mengatakan telah meningkatkan asupan makannya selama pandemi Covid-19, seperti buah, sayur, dan lauk hewani dengan alasan utama sebagai upaya meningkatkan imunitas (87,5%). Namun dari segi tingkat kecukupan, 77,1% masih memiliki asupan protein kurang, 63,5% memiliki asupan vitamin C kurang, dan 53,1% memiliki asupan vitamin A kurang dari standar AKG. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kebiasaan makan ($p < 0,05$). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kebiasaan makan ($p > 0,05$).

Kesimpulan penelitian ini adalah mayoritas mahasiswa telah memiliki pengetahuan baik dan sikap positif, namun masih memiliki kebiasaan makan yang kurang. Diharapkan mahasiswa dapat meningkatkan pengetahuannya terkait gejala utama Covid-19, risiko kematian pada Covid-19, dan faktor yang dapat menurunkan imunitas, serta meningkatkan asupan zat gizinya sebagai upaya meningkatkan imunitas dalam mencegah infeksi Covid-19.

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Kebiasaan Makan, Pandemi Covid-19

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Rumusan Masalah	12
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	12
1.4.1 Tujuan Umum	12
1.4.2 Tujuan Khusus	12
1.4.3 Manfaat Penelitian	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	16
2.1 Pengetahuan.....	16
2.1.1 Definisi Pengetahuan	16
2.1.2 Tingkat Pengetahuan.....	18
2.1.3 Sumber Pengetahuan.....	20
2.1.4 Faktor yang Dapat Mempengaruhi	21
2.1.5 Cara Pengukuran Pengetahuan	23
2.2 Sikap.....	24
2.2.1 Definisi Sikap	24

2.2.2 Tingkat Sikap	25
2.2.3 Faktor yang Dapat Mempengaruhi	25
2.3 Peran Gizi Infeksi dalam Covid-19	28
2.3.1 Vitamin A	29
2.3.2 Vitamin C.....	30
2.3.3 Protein.....	31
2.4 Kebiasaan Makan	32
2.4.1 Pengertian	32
2.4.2 Faktor yang Dapat Mempengaruhi	34
2.4.3 <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)</i>	38
2.5 Covid-19.....	39
2.5.1 Pengertian	39
2.5.2 Gejala dan Transmisi	39
2.5.3 Pencegahan	41
2.5.4 Covid-19 dan Imunitas Tubuh	41
2.6 Mahasiswa	44
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN..	48
3.1 Kerangka Konseptual	48
3.2 Penjelasan Kerangka Konsep	48
3.3 Hipotesis Penelitian.....	52
BAB IV METODE PENELITIAN	53
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian.....	53
4.2 Populasi Penelitian	53
4.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel, dan Cara Pengambilan Sampel	53
4.3.1 Sampel Penelitian	53
4.3.2 Besar Sampel	54
4.3.3 Cara Penentuan dan Pengambilan Sampel.....	55
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	56
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran Data, dan Skala Data....	56

4.5.1 Variabel Penelitian.....	56
4.5.2 Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data	56
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	63
4.7 Kerangka Operasional Penelitian	63
4.8 Teknik Analisis Data	64
BAB V HASIL PENELITIAN	70
5.1 Gambaran Umum	70
5.2 Karakteristik Responden	71
5.3 Pengetahuan Mahasiswa Universitas Airlangga.	74
5.4 Sikap Mahasiswa Universitas Airlangga.....	78
5.5 Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19.....	81
5.6 Hubungan Antar Variabel	94
5.7 Hubungan Keseluruhan Variabel	108
BAB VI PEMBAHASAN.....	111
6.1 Karakteristik Responden	111
6.2 Pengetahuan Mahasiswa Universitas Airlangga	112
6.3 Sikap Mahasiswa Universitas Airlangga.....	115
6.4 Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19.....	116
6.5 Hubungan Antar Variabel	133
6.6 Keterbatasan Penelitian	137
BAB VII PENUTUP.....	140
7.1 Kesimpulan.....	140
7.2 Saran	141
DAFTAR PUSTAKA	143
LAMPIRAN.....	156

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Penilaian Pengetahuan	23
Tabel 4.1 Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data.....	56
Tabel 5.1 Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021.....	72
Tabel 5.2 Distribusi Usia pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021	72
Tabel 5.3 Distribusi Rumpun Ilmu pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021.....	73
Tabel 5.4 Distribusi Lingkungan Tempat Tinggal pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021.....	73
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden terkait Covid-19 dan Gizi dalam Upaya Meningkatkan Imunitas Tahun 2021	74
Tabel 5.6 Distribusi Skor Tingkat Pengetahuan Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021.....	76
Tabel 5.7 Distribusi Tingkat Pengetahuan Terkait Covid-19 dan Gizi dalam Upaya Meningkatkan Imunitas pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021.....	77
Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Sikap Responden terhadap Covid-19 dan Gizi dalam Upaya Meningkatkan Imunitas Tahun 2021	78
Tabel 5.9 Distribusi Skor Sikap Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021	80
Tabel 5.10 Distribusi Frekuensi Kategori Sikap terkait Covid-19 dan Gizi dalam Upaya Meningkatkan Imunitas Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021.....	81
Tabel 5.11 Distribusi Deskriptif Asupan Protein, Vitamin C, dan Vitamin A Mahasiswa di Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2021.....	83
Tabel 5.12 Distribusi Frekuensi Asupan Protein, Vitamin C, dan Vitamin A Mahasiswa di Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2021.....	84
Tabel 5.13 Distribusi Frekuensi Jenis Makanan Sumber Protein Mahasiswa di Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2021.....	86
Tabel 5.14 Distribusi Frekuensi Jenis Makanan Sumber Vitamin C Mahasiswa di Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2021.....	88
Tabel 5.15 Distribusi Frekuensi Jenis Makanan Sumber Vitamin A Mahasiswa Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2021.....	89

Tabel 5.16 Distribusi Penambahan Asupan Makanan Dan Perubahan Kebiasaan Makan Di Luar Rumah Pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2021.....	91
Tabel 5.17 Distribusi Deskriptif Jenis Bahan Makanan yang Frekuensi Konsumsinya Ditambah Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Tahun 2021	92
Tabel 5.18 Distribusi Perubahan Kebiasaan Makan Di Luar Rumah pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2021.....	93
Tabel 5.19 Distribusi Perilaku Makan pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Saat Di Luar Rumah Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2021.....	94
Tabel 5.20 Hubungan Pengetahuan terkait Covid-19 dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Protein Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	95
Tabel 5.21 Hubungan Pengetahuan terkait Covid-19 dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Vitamin C Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	96
Tabel 5.22 Hubungan Pengetahuan terkait Covid-19 dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Vitamin A Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	97
Tabel 5.23 Hubungan Pengetahuan terkait Gizi Dalam Upaya Meningkatkan Imunitas dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Protein Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	99
Tabel 5.24 Hubungan Pengetahuan terkait Gizi Dalam Upaya Meningkatkan Imunitas dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Vitamin C Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga	100
Tabel 5.25 Hubungan Pengetahuan terkait Gizi Dalam Upaya Meningkatkan Imunitas dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Vitamin A Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga	101
Tabel 5.26 Hubungan Sikap terkait Covid-19 dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Protein Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	102
Tabel 5.27 Hubungan Sikap terkait Covid-19 dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Vitamin C Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	103
Tabel 5.28 Hubungan Sikap terkait Covid-19 dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Vitamin A Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	104

Tabel 5.29 Hubungan Sikap terkait Gizi dalam Upaya Meningkatkan Imunitas dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Protein Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	105
Tabel 5.30 Hubungan Sikap terkait Gizi Dalam Upaya Meningkatkan Imunitas dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Vitamin C Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	106
Tabel 5.31 Hubungan Sikap terkait Gizi Dalam Upaya Meningkatkan Imunitas dengan Kebiasaan Makan Makanan Sumber Vitamin A Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa di Universitas Airlangga.....	107
Tabel 5.32 Hasil Uji Statistik Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kebiasaan Makan dalam Upaya Meningkatkan Imunitas Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Universitas Airlangga.....	109

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	48
Gambar 4.1 Kerangka Operasional Penelitian.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Keterangan Lolos Uji Etik Penelitian.....	156
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP).....	157
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i>	159
Lampiran 4. Kuisiioner Karakteristik Responden.....	160
Lampiran 5. Kuisiioner Pengetahuan	162
Lampiran 6. Kuisiioner Sikap	166
Lampiran 7. Kuisiioner Penambahan Asupan Makanan dan Perubahan Kebiasaan Makan di Luar Rumah Selama Pandemi Covid-19	169
Lampiran 8. <i>Semi-Quantitative Formulir Food Frequency Questionnaire</i>	173
Lampiran 9. Foto Alat Bantu Penelitian	175
Lampiran 10. Kuisiioner pada <i>Google Formulir</i>	175
Lampiran 11. Uji Statistik SPSS	178

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

&	= dan
>	= lebih dari
≥	= lebih dari sama dengan
<	= kurang dari
≤	= kurang dari sama dengan
%	= persen
/	= per

Daftar Singkatan

SQ-FFQ	= <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>
FKM	= Fakultas Kesehatan Masyarakat
UNAIR	= Universitas Airlangga
WHO	= <i>World Health Organization</i>
Kemenkes	= Kementrian Kesehatan
Kemenakor	= Kementrian Koordinasi
RI	= Republik Indonesia
Riskesdas	= Riset Kesehatan Dasar
Covid-19	= <i>Coronavirus Disease-2019</i>
MERS-CoV	= <i>Middle East Respiratory Syndrom</i>
SARS-CoV-2	= <i>Severe Acute Respiratory Syndrom-2</i>
URT	= Ukuran Rumah Tangga
g	= Gram
mg	= miligram
mcg	= Mikogram
DBMP	= Daftar Bahan Makanan Penukar
PPKM	= Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat
DKBM	= Daftar Komposisi Bahan Makanan

Daftar Istilah

<i>Et al.</i>	= Dan kawan-kawan
Dkk	= Dan kawan-kawan
n	= jumlah sampel
N	= jumlah populasi