

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN ASUPAN ZAT GIZI
MAKRO DAN MIKRO MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO**

ARTIKEL PENELITIAN

Disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran,
Universitas Diponegoro



disusun oleh :

PRAMADAVITA ANDINI

G2C006042

PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG

2010

The Association of Knowledge About Nutrition With The Intake of Macro and Micro Nutrient in Nutrition Students

Pramadavita Andini* Apoina Kartini**

Abstrack

Background: Nutrition needed to maintain health and protect body from disease. One of the factors that affect nutrient intake is the knowledge of macro and micro nutrients. This research was conducted in order to know the relationship of nutrition knowledge with the intake of macro and micro nutrients nutrition students.

Method: This cross-sectional study use 76 subjects in Nutrition Science Studies Program Faculty of Medicine, Diponegoro University, Semarang. Data which are collected such as identity of subjects, data intake of carbohydrate, protein, fat, iron, zinc and nutritional knowledge. Intake of macro and micro nutrients obtained through food record 3X24 hours. Nutrition knowledge was measured with a questionnaire. Data was analyzed using Rank Spearman test.

Result: 90.8% level of nutrition knowledge of the subject is high. The energy intake level of 60.5% subject are deficiency severe levels, carbohydrate intake level of 85,5% subject to severe level of deficiency, protein intake level of 25% subject to mild levels of deficiency. The fat intake level of 31.6% subjects classified as severe levels of deficiency. 96.1% of the subjects classified as deficiency severe level of iron intake and 84.2% of the subjects classified as deficiency severe level of zinc intake. There is significant association between knowledge of nutrition with protein intake ($p = 0.001$, $r = 0.384$), knowledge of nutrition with iron intake ($p = 0.000$, $r = 0.822$) and nutrition knowledge with zinc intake ($p=0.000$, $r = 0.834$). There is no significant association between energy intake and nutrition knowledge ($p = 0.583$), knowledge of nutrition with carbohydrate intake ($p = 0.596$) and knowledge of nutrition with fat intake ($p = 0.529$).

Conclusion: nutrition knowledge is associated with the intake of protein, iron and zinc.

Keywords: adult, carbohydrate, protein, fat, iron, zinc, nutrition knowledge

*Student Nutrition Science Studies Program, Faculty of Medicine, Diponegoro University

** Lecturers Nutrition Science Studies Program, Faculty of Medicine, Diponegoro University

Hubungan Pengetahuan dengan Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro Mahasiswa Gizi

Pramadavita Andini* Apoina Kartini**

Abstrak

Latar Belakang : Gizi pada umumnya dibutuhkan untuk mempertahankan kesehatan dan perlindungan diri dari penyakit. Salah satu faktor yang mempengaruhi asupan zat gizi makro dan mikro adalah pengetahuan gizi. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dengan asupan zat gizi makro dan mikro mahasiswa gizi.

Metode : Penelitian *cross-sectional* menggunakan 76 subjek di Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang. Data yang dikumpulkan meliputi data identitas subjek, data asupan karbohidrat, protein, lemak, zat besi, seng serta pengetahuan gizi. Asupan zat gizi makro dan mikro diperoleh melalui *food records* 3x24jam. Pengetahuan gizi diukur dengan kuesioner. Analisis yang digunakan adalah korelasi *rank Spearman*.

Hasil : Tingkat pengetahuan gizi 90,8% subjek tergolong baik. Tingkat asupan energi 60,5% subjek tergolong defisiensi tingkat berat, tingkat asupan karbohidrat 85,5% subjek tergolong defisiensi tingkat berat, tingkat asupan protein 25% subjek tergolong defisiensi tingkat ringan, tingkat asupan lemak 31,6% subjek tergolong defisiensi tingkat berat, tingkat asupan zat besi 98,7% tergolong defisiensi dan 96,05% subjek tergolong pada tingkat asupan seng defisiensi. Ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan asupan protein ($r=0,384$; $p=0,001$), pengetahuan gizi dengan asupan zat besi ($r=0,822$; $p=0,000$) dan pengetahuan gizi dengan asupan seng ($r=0,834$; $p=0,000$). Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan asupan energi ($p=0,583$), pengetahuan gizi dengan asupan karbohidrat ($p=0,596$) dan pengetahuan gizi dengan asupan lemak ($p=0,529$).

Kesimpulan : pengetahuan gizi berkaitan dengan asupan protein, zat besi dan seng.

Kata kunci: dewasa, karbohidrat, protein, lemak, zat besi, seng, pengetahuan gizi

*Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

** Dosen Pengajar Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro