

**PERBEDAAN PENGETAHUAN GIZI, *BODY IMAGE*, ASUPAN
ENERGI DAN STATUS GIZI PADA MAHASISWI GIZI DAN NON GIZI
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Artikel Penelitian

Disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada

Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro



Disusun oleh :

SALSA BENING

NIM : 22030110120010

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

2014

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel penelitian dengan judul “Perbedaan Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Asupan Energi dan Status Gizi pada Mahasiswi Gizi dan Non Gizi Universitas Diponegoro” telah dipertahankan di hadapan reviewer dan telah direvisi.

Mahasiswa yang mengajukan :

Nama : Salsa Bening

NIM : 22030110120010

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : Ilmu Gizi

Universitas : Diponegoro Semarang

Judul Proposal : Perbedaan Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Asupan Energi dan Status Gizi pada Mahasiswi Gizi dan Non Gizi Universitas Diponegoro.

Semarang, 11 September 2014

Pembimbing,

Dra. Ani Margawati, M.Kes., Ph.D.

NIP. 19650525 199303 2 001

**PERBEDAAN PENGETAHUAN GIZI, *BODY IMAGE*, ASUPAN ENERGI
DAN STATUS GIZI PADA MAHASISWI GIZI DAN NON GIZI
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Salsa Bening,¹ Ani Margawati²

ABSTRAK

Latar Belakang: Sebesar 8.7% penduduk usia >18 tahun mengalami gizi kurang. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan utama. Pada periode remaja hingga dewasa, seseorang memerlukan asupan gizi yang seimbang. Akan tetapi karena adanya keinginan memiliki tubuh yang ideal menyebabkan periode tersebut rentan terhadap pembatasan asupan makan. Pengetahuan yang baik mengenai gizi dapat mempengaruhi asupan makan seseorang sehingga akan berdampak pula terhadap status gizinya.

Tujuan: Mengetahui perbedaan pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi, dan status gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Universitas Diponegoro.

Metode: Jenis penelitian *cross sectional* yang dilakukan pada 80 mahasiswa semester 4 di Fakultas Kedokteran dan Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. Data yang diambil adalah data mengenai identitas diri, dan kuesioner yang meliputi pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi yang diperoleh dari *recall* 3x24 jam, serta status gizi yg diperoleh dari berat badan dan tinggi badan. Analisa data menggunakan uji beda *Mann Whitney* antara kelompok mahasiswa gizi dan mahasiswa non gizi.

Hasil: Sebanyak 80 subjek mahasiswa usia 19-21 tahun, terdiri dari 40 mahasiswa gizi dan 40 mahasiswa non gizi. Rerata skor pengetahuan gizi pada mahasiswa gizi sebesar 91.375 ± 7.069 , sedangkan non gizi sebesar 66.625 ± 14.909 . Rerata skor *body image* pada mahasiswa gizi sebesar 82.200 ± 23.848 , sedangkan non gizi sebesar 86.975 ± 32.506 . Sebesar 60% dari keseluruhan subjek belum memiliki asupan energi cukup dan sebesar 67.5% dari keseluruhan subjek memiliki status gizi yang baik. Uji beda: pengetahuan gizi ($p=0.00$), *body image* ($p=0.155$), asupan energi ($p=0.162$), dan status gizi ($p=0.34$).

Simpulan: Terdapat perbedaan pengetahuan gizi yang bermakna antara kelompok mahasiswa gizi dan non gizi. Sedangkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada *body image*, asupan energi dan status gizi.

Kata kunci: pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi, status gizi

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

² Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

THE DIFFERENCES IN NUTRITION KNOWLEDGE, BODY IMAGE, ENERGY INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS IN COLLEGE STUDENT OF NUTRITION AND NON NUTRITION DIPONEGORO UNIVERSITY

Salsa Bening,¹ Ani Margawati²

ABSTRACT

Background: Amount of 8.7% population aged > 18 years have malnutrition. This shows that the problem of malnutrition in Indonesia is still a major health problem. In the period from adolescence to adulthood, a person requires a balanced nutrition. However, because of the desire of having an ideal body causing restriction period is prone to food intake. Good knowledge about nutrition can affect food intake person that will have an impact on nutritional status.

Purpose: To determine the differences in nutrition knowledge, body image, energy intake, and nutritional status in college student nutrition and non nutrition Diponegoro University.

Method: The cross-sectional study using 80 female students in Faculty of Medicine and Faculty of Law, University of Diponegoro. The data collected were identity data form, and measured using questionnaire include nutrition knowledge, body image, energy intake obtained from three days food recall form, and nutritional status that obtained from weight and height. Data analysis using the Mann Whitney test of different between college student of nutrition groups and non nutrition.

Result: A total of 80 female students with 19-21 years old, consisting of 40 female students of nutrition and 40 non nutrition. The mean scores of nutrition knowledge on college students of nutrition is 91.375 ± 7.069 , while non nutrition is 66.625 ± 14.909 . The mean scores of body image on college students of nutrition is 82.200 ± 23.848 , while the non nutrition is 86.975 ± 32.506 . 65% of the whole subjects had not eating behaviors well and 67.5% of all subjects had a good nutritional status. Different test: nutrition knowledge ($p = 0.00$), body image ($p = 0.155$), energy intake ($p = 0.162$), and nutritional status ($p = 0.34$).

Conclusion: There were significantly different between the groups in the subject of nutrition knowledge of nutrition and non-nutrition college students. While there were no significantly different in body image, energy intake and nutritional status.

Keywords: nutrition knowledge, body image, energy intake, nutritional status

¹College student of Nutrition Science Medical Faculty in Diponegoro University Semarang

²Lecturer of Nutrition Science Medical Faculty in Diponegoro University Semarang

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia. Masalah gizi kurang maupun gizi lebih merupakan masalah kesehatan yang sering dijumpai pada usia dewasa.¹ Status gizi adalah salah satu prediktor kualitas sumberdaya manusia.² Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia mengenai status gizi menurut IMT penduduk usia >18 tahun menunjukkan bahwa sebesar 8,7% mengalami gizi kurang, 13,5% mengalami gizi lebih, dan 15,4% mengalami obesitas. Jawa Tengah merupakan salah satu propinsi yang memiliki angka prevalensi gizi kurang lebih tinggi dari prevalensi nasional untuk penduduk usia >18 tahun, yakni sebesar 10%.³

Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain adalah asupan energi, pengetahuan gizi dan *body image*. Menurut Achmad Djaeni, permasalahan gizi terjadi karena perilaku makan seseorang yang tidak tepat, yaitu adanya ketidakseimbangan antara asupan energi dengan angka kecukupannya sehingga akan berdampak pada status gizi.⁴ Sedangkan pada penelitian Merinta Sada terhadap mahasiswa politeknik kesehatan di Jayapura menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan *body image* dengan status gizi menurut IMT.⁵

Pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang mengenai gizi seimbang yang diperlukan oleh tubuh sehingga dapat menjaga kesehatan secara optimal.⁶ Seseorang yang memiliki pengetahuan gizi baik diharapkan memiliki asupan zat gizi yang baik pula. Namun, penelitian Pramadavita Andini pada tahun 2010 terhadap mahasiswa Prodi Ilmu Gizi Universitas Diponegoro mengenai hubungan pengetahuan dengan asupan zat gizi makro dan mikro menunjukkan bahwa 90,8% tingkat pengetahuan gizi responden baik, namun tingkat asupan energi, karbohidrat, protein, lemak, besi dan seng tergolong defisiensi.⁷ Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa gizi memiliki tingkat pengetahuan gizi yang baik, belum dapat menjamin bahwa asupan gizinya juga akan baik.^{7,8}

Body image merupakan suatu persepsi seseorang mengenai bentuk tubuhnya.⁹ Setiap orang memiliki penilaian terhadap bentuk tubuhnya masing-masing. Keinginan memiliki tubuh yang langsing dan ideal merupakan suatu hal yang diidamkan oleh sebagian besar kaum wanita. Penelitian Nidya Magdalena terhadap remaja putri di Malang menyebutkan bahwa *body image* mempengaruhi status gizi mereka.¹⁰ Penelitian lain oleh Kusumajaya menyebutkan bahwa sebesar 41,1% responden merasa memiliki berat badan yang berlebih atau beranggapan bahwa dirinya gemuk padahal sebenarnya kurus. Kecenderungan ini lebih

banyak terjadi pada remaja putri yakni sebesar 45,2%.¹¹ Penelitian mengenai citra tubuh dan konsep tubuh ideal terhadap mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya masih bersifat negatif, artinya tidak ada mahasiswi yang menyatakan sudah puas dengan bentuk dan ukuran tubuhnya.¹² Berbeda bagi ahli gizi, *body image* merupakan hal penting yang perlu diperhatikan karena mereka akan berperan sebagai konselor sehingga akan mempengaruhi kepercayaan dari klien dan mempengaruhi keberhasilan dalam konseling yang diberikan.¹³

Pengetahuan gizi dan *body image* merupakan faktor yang dapat mempengaruhi perilaku makan seseorang.¹⁴ Perilaku makan berkaitan dengan konsumsi makanan yang mencakup pemilihan jenis makanan, kebiasaan makan, pola makan, frekuensi makan dan asupan energi. Masalah yang terkait dengan perilaku makan yang utama adalah mengenai kurangnya asupan zat gizi terutama asupan energi dalam sehari. Hal ini terjadi disebabkan karena seringnya meninggalkan waktu sarapan karena padatnya aktivitas, terlalu membatasi makanan, tidak terlalu peduli terhadap pemilihan makanan yang dikonsumsi, jarang mengkonsumsi sayur dan buah, mengikuti trend makanan cepat saji dan sebagainya.¹⁵

Mahasiswi merupakan kelompok usia produktif yang termasuk dalam periode dewasa awal. Dalam perkembangannya mereka memerlukan asupan gizi yang seimbang supaya terhindar dari berbagai penyakit degeneratif yang berdampak pada penurunan produktivitas.¹⁶ Namun periode ini rentan terhadap pembatasan asupan makan karena adanya keinginan memiliki bentuk tubuh yang ideal, adanya perubahan gaya hidup, maupun pengaruh lingkungan dan teman sebaya.¹⁷ Mahasiswi Program Studi Ilmu Gizi dianggap memiliki pengetahuan yang baik mengenai gizi karena menempuh pendidikan berbasis gizi. Mereka dianggap memiliki pengetahuan gizi yang baik dibandingkan dengan jurusan selain gizi.

Berdasarkan uraian masalah tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi dan status gizi pada mahasiswi gizi dan non gizi.

METODE

Sampel yang dipilih adalah mahasiswi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran dan mahasiswi Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. Dipilih mahasiswi Fakultas Hukum karena mereka diasumsikan sangat memperhatikan penampilan saat kuliah. Sebanyak 80 subjek penelitian yang terdiri dari 40 mahasiswi gizi dan 40 mahasiswi non gizi. Subjek penelitian diambil dengan cara *simple random sampling*, yaitu dengan menggunakan

kuesioner penyaringan, kemudian dipilih sesuai dengan kriteria penelitian. Kriteria inklusinya antara lain adalah mahasiswi program studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran dan mahasiswi Fakultas Hukum semester 4 yang berusia 19-24 tahun, tidak sedang menjalani program diet tertentu, tidak menderita penyakit infeksi terkait gizi dalam 2 minggu terakhir, tidak sedang menggunakan obat-obatan tertentu yang dapat mempengaruhi asupan makanan dan bersedia menjadi sampel serta bersedia mengisi *informed consent*. Pengambilan data penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2014.

Variabel yang diteliti meliputi pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi dan status gizi. Untuk variabel pengetahuan gizi, *body image* dan asupan energi diukur menggunakan kuesioner. Pengetahuan gizi merupakan pemahaman mahasiswi tentang ilmu gizi, meliputi sumber-sumber zat gizi dalam makanan, serta fungsi dan manfaatnya bagi tubuh. Pengambilan data menggunakan kuesioner pengetahuan, dengan bentuk pertanyaan *multiple choice* berjumlah 20 soal, skor 1 untuk jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban salah, dikategorikan menjadi pengetahuan gizi kurang (<60% jawaban benar), pengetahuan gizi sedang; (60-80% jawaban benar), dan pengetahuan gizi tinggi (>80% jawaban benar).¹⁸ *Body image* merupakan persepsi mahasiswi mengenai penampilan bentuk tubuhnya. Diukur dengan menggunakan kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ) yang berisi 34 pertanyaan dengan rentang skala 1 (tidak pernah) sampai 6 (selalu), dengan total skor 34 - 204.¹⁹ Dikategorikan menjadi persepsi tubuh positif; apabila skor ≤ 110 dan persepsi tubuh negatif; apabila skor > 110 .²⁰ Asupan energi merupakan total asupan makanan dan minuman mahasiswi selama sehari. Diperoleh menggunakan *recall* 3x24 jam. Dikategorikan menjadi kurang (apabila asupan energi <80% dari AKG), cukup (apabila asupan energi 80 - 100% dari AKG) dan lebih (apabila asupan energi >100% dari AKG).²¹ Status gizi merupakan keadaan kesehatan fisik yang merupakan ekspresi dari konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi. Pengukuran berat badan dan tinggi badan dilakukan menggunakan timbangan injak digital dan *microtoise*. Status gizi akan dinilai dengan indikator antropometri IMT menggunakan rumus $IMT = BB \text{ (kg)} / TB^2 \text{ (m)}$. Dikelompokkan menjadi gizi kurang (apabila $IMT < 18,5$), gizi baik (apabila $IMT 18,5 - 22,9$) dan gizi lebih (apabila $IMT > 23$).

Pengolahan dan analisis data dilakukan menggunakan komputer dengan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan dengan menyajikan data tabel distribusi. Analisis dilakukan terhadap data pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi dan status gizi. Data kemudian diuji normalitasnya dengan *Kolmogorov-Smirnov*. Kemudian analisis bivariat dilakukan untuk melihat beda antara masing-masing variabel meliputi pengetahuan gizi, *body*

image, asupan energi dan status gizi mahasiswa gizi dan non gizi menggunakan uji *Mann Whitney*.

HASIL

Karakteristik subjek yang terdiri dari usia, tempat tinggal besarnya uang saku per bulan, pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi dan status gizi digunakan untuk mendeskripsikan subjek penelitian secara jelas. Dari 80 subjek penelitian yang berasal dari mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Fakultas Hukum Universitas Diponegoro, karakteristik subjek penelitian disajikan dalam Tabel 1. Karakteristik Subjek

Karakteristik Subjek	Mahasiswi Gizi (n=40)	Mahasiswi Hukum (n=40)	%
Usia			
19 tahun	6	10	20
20 tahun	29	27	70
21 tahun	5	3	10
Tempat Tinggal			
Kos	30	31	76.25
Rumah	10	9	23.75
Uang Saku			
≤ 1.000.000	30	24	67.5
> 1.000.000	10	16	32.5
Pengetahuan Gizi			
Tinggi (> 80)	36	6	52.5
Sedang (60-80)	4	25	36.25
Kurang (< 60)	-	9	11.25
<i>Body image</i>			
Persepsi tubuh positif (≤ 110)	35	30	81.25
Persepsi tubuh negatif (> 110)	5	10	18.75
Asupan energi			
Kurang	21	27	60
Cukup	17	11	35
Lebih	2	2	5
Status Gizi			
Kurang (< 18.5)	5	8	16.25
Baik (18.5 – 22.9)	28	26	67.5
Lebih (> 22.9)	7	6	16.25

Sebaran usia dalam penelitian ini berkisar antara 19 – 21 tahun. Rata-rata responden berada pada usia 20 tahun. Sebanyak 72.5% mahasiswi gizi dan 67.6% mahasiswi hukum memiliki usia 20 tahun. Sebagian besar responden tinggal di kos. Sebanyak 75% mahasiswi gizi dan 77.5% mahasiswi hukum tinggal di kos, sedangkan sebanyak 25% mahasiswi gizi dan 23.75% mahasiswi hukum tinggal di rumah.

Rata-rata uang saku mahasiswi hukum sebesar Rp 1.087.500 ± 438.053 perbulan lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata uang saku mahasiswi gizi sebesar Rp 946.250 ± 506.798 perbulan. Uang saku berasal dari orang tua, beasiswa maupun dari sumber lainnya.

Tabel 2. Karakteristik Variabel

Karakteristik	Mahasiswi Gizi	Mahasiswi Hukum	Total
Skor Pengetahuan Gizi	91.37±7.06	66.62±14.90	79.00±17.01
Skor <i>Body Image</i>	82.2±23.84	86.97±32.50	84.58±28.42
Asupan Energi	1766.67±183.31	1639.56±239.68	1702.82±221.36
IMT	20.79±0.38	20.57±0.45	20.68±0.29

Mahasiswi gizi sebagian besar memiliki pengetahuan gizi tinggi yaitu sebesar 90%, sedangkan pada mahasiswi hukum sebagian besar memiliki pengetahuan gizi sedang yaitu sebesar 62.5%. Nilai rata-rata ± standar deviasi skor pengetahuan gizi pada mahasiswi gizi sebesar 91.375 ± 7.069 , sedangkan pada mahasiswi hukum sebesar 66.625 ± 14.909.

Sebesar 81.25% dari seluruh responden memiliki persepsi tubuh positif. Mahasiswi gizi memiliki persepsi tubuh positif sebesar 87.5%, sedangkan mahasiswi hukum memiliki persepsi tubuh positif sebesar 75%. Nilai rata-rata ± standar deviasi skor *body image* pada mahasiswi gizi sebesar 82.200 ± 23.848, sedangkan pada mahasiswi hukum sebesar 86.975 ± 32.506. Sebesar 60% dari seluruh responden memiliki asupan energi kurang. Sebesar 67.5% mahasiswi hukum dan 52.5% mahasiswi gizi memiliki asupan energi kurang.

Sebagian besar status gizi mahasiswi (67.5%) termasuk dalam kategori status gizi baik. Mahasiswi yang memiliki status gizi baik pada kelompok mahasiswi gizi sebesar 70% sedangkan pada kelompok mahasiswi hukum sebesar 67.5%. Terdapat 5 mahasiswi gizi dan 8 mahasiswi hukum yang memiliki status gizi kurang, serta terdapat 7 mahasiswi gizi dan 6 mahasiswi hukum yang memiliki status gizi lebih. Nilai rata-rata ± standar deviasi status gizi mahasiswi gizi sebesar 20.792 ± 2.450 , sedangkan pada mahasiswi hukum sebesar 20.575 ± 2.899.

Tabel 3. Analisis Bivariat

	Mahasiswi Gizi	Mahasiswi Hukum	<i>P</i>
Pengetahuan Gizi			
Tinggi	36 (90%)	6 (15%)	0.000
Sedang	4 (10%)	25 (52.5%)	
Kurang	-	9 (22.5%)	
<i>Body Image</i>			
Positif	35 (87.5%)	30 (75%)	0.155
Negatif	5 (12.5%)	10 (25%)	
Asupan Energi			
Lebih	2 (5%)	2 (5%)	0.162
Cukup	17(42.5%)	11 (27.5%)	
Kurang	21 (52.5%)	27 (67.5%)	
Status Gizi			
Kurang	5 (12.5%)	8 (20%)	0.340
Baik	28 (70%)	26 (65%)	
Lebih	7 (17.5%)	6 (15%)	

Berdasarkan uji *Mann-Whitney* diperoleh angka *significancy* 0.000, maka dapat dikatakan bahwa ada perbedaan bermakna antara pengetahuan gizi kelompok mahasiswi gizi dan pengetahuan gizi kelompok mahasiswi hukum. Sebagian besar mahasiswi berpengetahuan gizi tinggi, sedangkan sebagian besar mahasiswi hukum perngetahuan gizi sedang.

Tidak terdapat perbedaan yang bermakna terhadap *body image* ($p = 0.155$), asupan energi ($p = 0.162$) dan status gizi ($p = 0.340$) antara kelompok mahasiswi gizi dan mahasiswi hukum. Kedua kelompok sebagian besar memiliki *body image* positif, asupan energi kurang dan memiliki status gizi baik.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi merupakan hasil tahu seseorang mengenai segala sesuatu yang berkaitan dengan gizi. Pengetahuan gizi dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya adalah pendidikan mengenai gizi.^{14,22} Dalam penelitian ini, menggunakan dua kelompok sampel berbeda yaitu mahasiswi gizi dan mahasiswi non gizi. Mahasiswi gizi adalah mahasiswi yang berasal dari ilmu gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, dimana selama perkuliahan selalu mendapatkan mata kuliah mengenai gizi, sedangkan mahasiswi non gizi adalah mahasiswi yang berasal dari Fakultas Hukum Universitas Diponegoro, dimana selama perkuliahan tidak pernah mendapatkan mata kuliah mengenai gizi. Hasil

analisa menyebutkan bahwa mahasiswa gizi sebagian besar memiliki pengetahuan gizi tinggi yaitu sebesar 90%, sedangkan pada mahasiswa hukum sebagian besar memiliki pengetahuan gizi sedang yaitu sebesar 62.5%. Nilai rata-rata \pm standar deviasi skor pengetahuan gizi pada mahasiswa gizi sebesar 91.375 ± 7.069 , sedangkan pada mahasiswa hukum sebesar 66.625 ± 14.909 . Berdasarkan uji beda *Mann Whitney* didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan gizi pada kelompok mahasiswa gizi dan hukum. Perbedaan pengetahuan gizi pada kedua kelompok sampel dipengaruhi oleh latarbelakang pendidikan sampel. Sebagai mahasiswa gizi tentunya mereka memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai gizi, karena mereka mendapatkan mata kuliah mengenai gizi dan segala sesuatu yang mereka pelajari tidak jauh dari permasalahan gizi. Sedangkan sebagian besar mahasiswa hukum memiliki pengetahuan gizi yang sedang, hal ini dapat terjadi karena sebelumnya mereka pernah mendapatkan informasi dari pendidikan formal di sekolah maupun non formal yang diperoleh dari buku, internet dan berbagai media massa lainnya.

Body Image

Body image merupakan persepsi seseorang mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri, hal ini dipengaruhi oleh bentuk dan ukuran tubuh aktualnya, perasaannya tentang bentuk tubuhnya serta harapan terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang diinginkannya.^{23,24} Remaja putri cenderung lebih tidak puas dengan penampilan tubuhnya dan cenderung melebih-lebihkan ukuran tubuhnya dibandingkan pria. Dalam penelitian disebutkan bahwa *body image* merupakan salah satu faktor penting yang berkaitan dengan status gizi seseorang.²⁵ Sedangkan bagi seorang ahli gizi, *body image* cukup penting karena mereka akan menemui klien sehingga akan dapat mempengaruhi kepercayaan dari klien dan kesuksesan dalam pemberian konseling.¹³

Sebesar 81.25% dari seluruh responden memiliki persepsi tubuh positif. Mahasiswa gizi memiliki persepsi tubuh positif sebesar 87.5%, sedangkan mahasiswa hukum memiliki persepsi tubuh positif sebesar 75%. Nilai rata-rata \pm standar deviasi persepsi *body image* pada mahasiswa gizi sebesar 82.200 ± 23.848 , sedangkan pada mahasiswa hukum sebesar 86.975 ± 32.506 . Berdasarkan uji beda *Mann Whitney* didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara persepsi *body image* pada kelompok mahasiswa gizi dan hukum. ($p=0.155$)

Mahasiswa yang memiliki persepsi tubuh yang positif akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Individu yang memiliki persepsi tubuh positif akan mempunyai perhatian terhadap persoalan kesehatan seperti pemilihan konsumsi makanan yang sehat. Sebaliknya,

individu yang memiliki persepsi tubuh negatif dinilai merasakan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan berat badan, merasa kurang sehat, dan berpikir bagaimana menjadi ideal yang menyebabkan individu menjadi tidak perhatian terhadap pemilihan konsumsi makanan yang sehat dan membatasi asupan makan.^{12,26}

Asupan Energi

Asupan energi merupakan total asupan makanan maupun minuman selama satu hari. Merupakan respon seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan.^{27,28} Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebesar 60% dari seluruh responden belum memiliki asupan energi yang cukup. Hal ini ditunjukkan dengan asupan energi sebagian besar subjek tidak sesuai dengan angka kecukupan gizi pada wanita usia 19 – 29 tahun menurut AKG tahun 2013 adalah sebesar 2250 kkal. Sebesar 67.5% mahasiswi hukum dan 52.5% mahasiswi gizi memiliki asupan energi kurang. Berdasarkan uji *Mann Whitney* disebutkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara asupan energi kelompok mahasiswi gizi dan hukum.

Asupan energi seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, beberapa diantaranya adalah pengetahuan gizi, *body image*, status tempat tinggal, lingkungan serta besarnya uang jajan.^{29,30} Meskipun mahasiswi gizi rata-rata memiliki pengetahuan gizi tinggi, namun asupan energinya tidak berbeda dengan mahasiswi hukum yang rata-rata memiliki pengetahuan gizi sedang. Kebiasaan makan seperti meninggalkan sarapan pagi, kurangnya frekuensi makan dalam sehari, kurangnya frekuensi makan sayur dan buah, seringnya konsumsi fast food dan kurangnya asupan energi dalam sehari masih banyak ditemukan dalam kedua kelompok baik mahasiswi gizi maupun hukum.

Menurut Khomsan, pengetahuan tentang gizi akan mempengaruhi komposisi dan konsumsi pangan seseorang, akan tetapi seseorang yang memiliki pengetahuan gizi baik, belum tentu dapat mengubah kebiasaan makannya.¹⁸ Pada umumnya seseorang dengan pengetahuan gizi akan memiliki asupan yang lebih baik, akan tetapi meskipun memiliki pengetahuan gizi yang baik, mereka tidak sepenuhnya dapat merubah kebiasaan makan menjadi sehat.

Kurangnya dukungan dari lingkungan, sulitnya mendapatkan makanan yang sehat, maupun kendala lainnya merupakan hambatan seseorang tidak dapat merubah kebiasaan makannya menjadi lebih baik.^{31,32} Penyebab lainnya adalah karena sebagian besar mahasiswi hidup sendiri, dimana sebanyak 75% mahasiswi gizi dan 77.5% mahasiswi hukum tinggal di kos, sedangkan sebanyak 25% mahasiswi gizi dan 23.75% mahasiswi hukum tinggal di

rumah. Diasumsikan bahwa seseorang yang tinggal di kos mengupayakan sendiri makanan yang dikonsumsi. Mereka mengalami ketidakmampuan di dalam menyediakan makanan sehari-hari sehingga mereka harus membeli di warung atau rumah makan, maka makanan yang dikonsumsi tidak beragam. Berbeda dengan mereka yang tinggal di rumah, karena diasumsikan bahwa dengan tinggal di rumah asupannya lebih terjaga, lebih sehat, dan dalam variasi maupun ketersediannya pun juga mencukupi. Selain itu disebabkan karena besarnya uang saku yang beragam dari masing-masing mahasiswi yang diterima setiap bulan mengakibatkan adanya perbedaan dalam hal kemampuan untuk membeli makanan yang akan dikonsumsi setiap harinya, baik dari segi kualitas maupun kuantitas.

Status Gizi

Status gizi merupakan keadaan seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi dari makanan dalam jangka waktu yang lama. Status gizi responden ditentukan dengan Indeks Massa Tubuh (IMT). Berdasarkan uji beda menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara status gizi ($p > 0.05$) pada kedua kelompok mahasiswi gizi dan hukum. Hasilnya menyebutkan bahwa sebagian besar status gizi mahasiswi (67.5%) termasuk dalam kategori status gizi baik. Mahasiswi yang memiliki status gizi baik pada kelompok gizi sebesar 70% sedangkan pada kelompok hukum sebesar 67.5%. Terdapat 5 mahasiswi gizi dan 8 mahasiswi hukum yang memiliki status gizi kurang, serta terdapat 7 mahasiswi gizi dan 6 mahasiswi hukum yang memiliki status gizi lebih. Meskipun dari kedua kelompok baik mahasiswi gizi maupun hukum memiliki tingkat pengetahuan gizi yang berbeda dan memiliki asupan energi kurang, namun sebagian besar dari kedua kelompok responden memiliki status gizi yang baik. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa perilaku makan seseorang akan mempengaruhi status gizinya.⁴ Sebagai seseorang yang beranjak dewasa tentunya sangat memperhatikan penampilan fisiknya terutama bagi kaum perempuan. Mereka akan berupaya menjaga berat badan ideal, meskipun belum menjalankan perilaku makan dengan baik.

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan yang bermakna pada pengetahuan gizi antara kelompok subjek mahasiswi gizi dan non gizi ($p = 0.000$) dengan rerata \pm standar deviasi skor pengetahuan gizi pada mahasiswi gizi sebesar 91.375 ± 7.069 , sedangkan pada mahasiswi non gizi sebesar 66.625 ± 14.909 . Namun tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada *body image* ($p = 0.155$), asupan energi ($p = 0.162$) dan status gizi ($p = 0.340$) antara kelompok subjek

mahasiswi gizi dan non gizi. Sebagian besar subjek memiliki *body image* positif, belum memiliki asupan energi yang cukup dan rata-rata memiliki status gizi yang normal.

SARAN

Dilakukan penelitian dengan mahasiswi seluruh angkatan sehingga dapat diketahui apakah ada perbedaan dari masing-masing angkatan yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

1. Saptawati Badosono. 2009. Masalah Gizi di Indonesia. Departemen Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Majalah Kedokteran Indonesia. Vol. 59, No.1. p.491-494.
2. Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas). 2011. Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2011-2015. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional. p.26,33.
3. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2013. 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. p.223-230.
4. Achmad Djaeni Soediaoetama. 2008. Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Dan Profesi Jilid I. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.
5. Merinta Sada, Veni Hadju, Djunaedi M.Dachlan. 2012. Hubungan *Body Image*, Pengetahuan Gizi Seimbang, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswa Politeknik Kesehatan Jayapura [skripsi]. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, Makassar. Media Gizi Masyarakat Indonesia. Vol.2, No.1.p. 44-48.
6. Rizki Putri Anjani. 2013. Perbedaan Pengetahuan Gizi, Sikap Dan Asupan Zat Gizi Pada Dewasa Awal [skripsi]. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
7. Pramadavita Andini. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro Mahasiswa Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro [skripsi]. 2010. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
8. Christan C. Maharibe, Shirley E.S.Kawengian, Alexander S. L. Bolang. 2013. Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Praktik Gizi Seimbang Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi [skripsi]. Manado.

9. Sari C. E. Paramitha. 2007. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Perilaku Kontrol Berat Badan Dengan Kejadian Kurang Gizi Pada Remaja Putri di SMU Negeri 1 Semarang [skripsi]. Universitas Diponegoro.
10. Nanik Setijowati, Laksmi Karunia T, Nidya Magdalena. Hubungan Antara *Body Image* Dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMA Katolik Frateran Malang [skripsi]. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
11. Kusumajaya.Ngurah.A.A. 2007. Persepsi Remaja Terhadap *Body Image* (Citra Tubuh) Kaitannya dengan Pola Konsumsi Makan dan Status Gizi. Jurnal Skala Husada.
12. Devi Bestiana. 2012. Citra Dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya [skripsi]. Vol.1, No.1.
13. Tejuyuwono T.A.A. 2011. Persepsi Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Kesehatan Terhadap Citra Tubuh Ahli Gizi. Jurnal Klinik Indonesia. 8 (1).
14. Nurmalia Syahriri, Abdul Razak Thaha, Nurhaedar Jafar. 2013. Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Dan Status Gizi Remaja Islam Athirah Kota Makassar Tahun 2013 [skripsi]. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.
15. Irasmi. 2012. Perilaku Mahasiswa Dalam Memilih Jenis Makanan dan Minuman di Makassar Town Square [skripsi]. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin.
16. Kimberly M. Nutrition In The Adult Years. 2004. In: Mahan K, Escott-Stump S. Krause's food, Nutrition And Diet Therapy. 11th edition. Philadelphia: Saunders.
17. Soetjningsih. 2004. Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. p.47-52.
18. Ali Khomsan. 2004. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Bogor: IPB.
19. Cooper PJ, Taylor MJ, Cooper Z, Fairburn CG. 1987. The Development And Validation Of The Body Shape Questionnaire. Int Eat Disord. 6(4):485-94.
20. Dewi Diana Septiani, Briawan D. 2010. Penggunaan Metode Body Shape Questionnaire (BSQ) Dan Figure Rating Scale (FRS) Untuk Pengukuran Persepsi Tubuh Remaja Perempuan. *Jurnal Gizi Indon*. 33 (1): 29-36.
21. A. Wawan, Dewi M. . 2010. Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia. Yogyakarta. Nuha Medika. p.12-14, 48.
22. Ruka Samakaki, Kenji Toyama, Rie Amamoto, Chuan-Jun Liu, Naotaka Shinfuku. 2005. Nutritional Knowledge, Food Habits and Health Attitude of Chinese University Students-A Cross Sectional Study. Nutrition Journal.

23. Ansari W.E., Clausen S.V., Mabhala A., C. Stock. 2010. How do I look? Body Image Perceptions Among University Students From England And Denmark. *Int. J. Environ. Res Public Health*. p. 7: 583-595.
24. Irwanto. 2002. *Psikologi Umum*. Jakarta: PT Prenhallindo, Jakarta. p.71-85.
25. Kakekshita. S. Idalina, Almeida. S. Sebastiao. 2008. The relationship between body mass index and body image in brazilian adults. *Journal Psychology & Neuroscience*. 1(2): 103-7.
26. Fitria Meriyanti. 2013. *Pengaruh Pengetahuan Gizi, Persepsi Body Image, Kebiasaan Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Status Gizi Mahasiswi Gizi dan Non Gizi IPB [skripsi]*. Institut Pertanian Bogor.
27. Dedeh Kurniasih, Hilman Hilmansyah, Marfuah Panji Astuti, Seful Imam. 2010. *Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang*. Jakarta: Kompas Gramedia. p. 93-94.
28. Gibson S. Rosalind. 2005. *Principles of Nutritional Assessment*. New York: Oxford University Press.
29. Soekirman. 2006. *Hidup Sehat Gizi Seimbang Dalam Siklus Kehidupan Manusia*. PT. Primamedia Pustaka: Jakarta.
30. Soekidjo Notoatmodjo. 2003. *Pendidikan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. edisi 1. Jakarta: Rineka Cipta.
31. N.H.Abdull Hakim, N.D.Muniandy, Ajau Danish. Nutritional Status and Eating Practid 2012. *Universitiy among University Students in Selected Universities in Selangor, Malaysia*. *Asian Journal of Clinical Nutrition*. 4 (3): 77-87.
32. Rubina A. Sajnawi, Sana Shoukat, Rushna Raza, Muhammad Muhyeuddin Shiekh, Quratulain Rashid. 2009. Knowledge and Practice of Healthy Lifestyle and Dietary Habits in Medical and Non-Medical Students of Karachi, Pakistan. *Department of Community Health Sciences*. Vol. 59.

MASTER TABEL DATA

No.	Nama	Fakultas	Umur	Tinggal	Uang Saku	BB	TB	IMT	Status Gizi	Skor Peng	Tingkat Peng	Skor Persepsi	Tingkat Persepsi	Asupan Energi
1	Hirda Rahmah	Hukum	19	Kos	1600000	50.10	167.20	17.92	Gizi Baik	60	sedang	83	positif	cukup
2	Bella	Hukum	19	Rumah	800000	45.70	163.00	17.20	Gizi Kurang	70	sedang	45	positif	cukup
3	Marina Kurniawati	Hukum	19	Rumah	400000	55.20	157.10	22.36	Gizi Baik	80	tinggi	152	negatif	kurang
4	Fitria	Hukum	20	Kos	1000000	48.50	153.30	20.63	Gizi Baik	70	sedang	109	positif	kurang
5	Elita Inas P.	Hukum	19	Rumah	200000	50.20	156.50	20.49	Gizi Baik	55	kurang	36	positif	cukup
6	Hilda Agustina W.	Hukum	20	Kos	1000000	42.80	160.00	16.71	Gizi Kurang	65	sedang	62	positif	kurang
7	Vilda Riyan	Hukum	20	Kos	1000000	49.30	158.20	19.69	Gizi Baik	60	sedang	38	positif	cukup
8	Dewi Puji Astuti	Hukum	20	Kos	2000000	49.40	157.50	19.91	Gizi Baik	70	sedang	80	positif	kurang
9	Dede Fitriani C.	Hukum	20	Kos	1500000	46.60	165.00	17.11	Gizi Kurang	55	kurang	54	positif	kurang
10	Vania Natalie	Hukum	20	Kos	1500000	51.30	153.20	21.85	Gizi Baik	80	sedang	126	negatif	kurang
11	Weirasi Enginte	Hukum	20	Kos	1000000	50.50	158.20	20.17	Gizi Baik	55	kurang	86	positif	kurang
12	Gherys Apria P.	Hukum	21	Kos	1000000	43.40	159.00	17.16	Gizi Kurang	60	sedang	42	positif	cukup
13	Aldila Arumita S.	Hukum	19	Kos	1000000	45.30	150.10	20.10	Gizi Baik	65	sedang	112	negatif	kurang
14	Rahajeng Kinasih	Hukum	20	Rumah	300000	70.20	172.20	23.67	Gizi Lebih	35	kurang	111	negatif	lebih
15	Diannita Anjar P.	Hukum	20	Rumah	500000	75.10	168.00	26.60	Gizi Lebih	65	sedang	128	negatif	kurang
16	Sari Pratama	Hukum	20	Kos	1200000	55.00	156.00	22.60	Gizi Baik	75	sedang	72	positif	kurang
17	Cut Helmi	Hukum	20	Kos	1200000	40.70	156.50	16.61	Gizi Kurang	45	kurang	81	positif	kurang
18	Siva Nur Azahro	Hukum	20	Kos	1500000	62.40	160.20	24.31	Gizi Lebih	65	sedang	128	negatif	lebih
19	Muthia	Hukum	20	Kos	1500000	47.30	148.00	21.59	Gizi Baik	50	kurang	137	negatif	kurang
20	Emelia Siahaan	Hukum	20	Kos	1000000	43.40	160.10	16.93	Gizi Kurang	60	sedang	53	positif	cukup
21	Corry A.	Hukum	19	Kos	1200000	63.20	160.30	24.59	Gizi Lebih	65	sedang	108	positif	kurang
22	Iluk Reskiyana	Hukum	21	Rumah	500000	45.20	152.00	19.56	Gizi Baik	55	kurang	55	positif	cukup
23	Nita Fatmawati	Hukum	20	Kos	1000000	68.10	153.00	29.09	Gizi Lebih	65	sedang	109	positif	kurang
24	Fadhila Restyana L.	Hukum	20	Kos	1000000	53.30	158.50	21.21	Gizi Baik	65	sedang	82	positif	kurang
25	Ariza Hasna	Hukum	20	Kos	1000000	55.40	160.20	21.58	Gizi Baik	100	tinggi	95	positif	kurang
26	Syaviana Isviantina	Hukum	20	Kos	1500000	55.20	166.50	19.91	Gizi Baik	85	tinggi	69	positif	kurang
27	Syafira Citra Delina	Hukum	20	Kos	1500000	50.30	164.00	18.70	Gizi Baik	70	sedang	71	positif	cukup
28	Lolita Anastasia M.W	Hukum	20	Rumah	800000	56.50	165.40	20.65	Gizi Baik	70	sedang	124	negatif	cukup
29	Agustin	Hukum	20	Kos	700000	48.60	158.30	19.39	Gizi Baik	80	sedang	68	positif	kurang

30	Monica Belinda O.	Hukum	20	Kos	1200000	50.80	160.70	19.67	Gizi Baik	20	kurang	98	positif	kurang
31	Rivia Nugraheni	Hukum	20	Rumah	600000	47.10	168.40	16.60	Gizi Kurang	75	sedang	56	positif	cukup
32	Isabela Tuames	Hukum	20	Rumah	1500000	47.40	156.20	19.42	Gizi Baik	70	sedang	47	positif	kurang
33	Siti Osadanaros Deli	Hukum	20	Kos	2000000	51.30	167.00	18.39	Gizi Kurang	85	tinggi	63	positif	kurang
34	Bunga Lirvina Sori	Hukum	19	Kos	2000000	53.70	155.40	22.23	Gizi Baik	70	sedang	108	positif	kurang
35	Ayu Ida Sentanu	Hukum	20	Kos	1000000	47.30	156.60	19.28	Gizi Baik	80	sedang	57	positif	kurang
36	Anggun Mayangsari	Hukum	19	Kos	600000	53.80	165.30	19.68	Gizi Baik	85	tinggi	90	positif	kurang
37	Nadia Nur Fitriani	Hukum	19	Kos	1000000	50.40	155.00	20.97	Gizi Baik	95	tinggi	115	negatif	kurang
38	Mega Rizkiani	Hukum	20	Kos	1200000	75.20	167.10	26.93	Gizi Lebih	65	sedang	164	negatif	cukup
39	Fihan	Hukum	19	Kos	1000000	56.70	160.30	22.06	Gizi Baik	55	kurang	93	positif	kurang
40	Musrifah A.F	Hukum	21	Kos	1000000	48.90	158.30	19.51	Gizi Baik	70	sedang	72	positif	kurang
41	Prettika Juhan A.	Kedokteran	20	Kos	1000000	39.40	152.30	16.98	Gizi Kurang	90	tinggi	46	positif	cukup
42	Gardinia Nugrahani	Kedokteran	20	Rumah	200000	67.60	165.90	24.56	Gizi Lebih	90	tinggi	101	positif	cukup
43	Aprilia A.	Kedokteran	20	Kos	1500000	50.00	158.00	20.02	Gizi Baik	100	tinggi	102	positif	cukup
44	Siti Sa'adah	Kedokteran	19	Kos	1500000	50.00	153.00	21.35	Gizi Baik	90	tinggi	111	negatif	cukup
45	Khory Afifah I.	Kedokteran	20	Rumah	500000	45.00	160.00	17.57	Gizi Kurang	100	tinggi	44	positif	cukup
46	Nurul Riau Dwi Safit	Kedokteran	20	Kos	700000	49.30	156.20	20.20	Gizi Baik	85	tinggi	81	positif	kurang
47	Ayu Widiawati Agusti	Kedokteran	20	Kos	1500000	45.00	148.00	20.54	Gizi Baik	95	tinggi	77	positif	kurang
48	Bike Masyahputri	Kedokteran	20	Kos	800000	39.00	147.00	18.04	Gizi Kurang	100	tinggi	46	positif	kurang
49	Zulfah Asy Syahidah	Kedokteran	21	Rumah	400000	44.60	153.00	19.05	Gizi Baik	95	tinggi	104	positif	kurang
50	Annisa Asprilia	Kedokteran	19	Kos	1500000	50.20	156.20	20.57	Gizi Baik	95	tinggi	65	positif	cukup
51	Putri Permata Sari	Kedokteran	21	Kos	800000	66.00	163.00	24.84	Gizi Lebih	100	tinggi	76	positif	cukup
52	Fitria Widhi Wardani	Kedokteran	20	Kos	800000	46.70	155.10	19.41	Gizi Baik	95	tinggi	41	positif	cukup
53	Renny Setyandari	Kedokteran	20	Kos	1000000	48.20	152.40	20.75	Gizi Baik	90	tinggi	84	positif	kurang
54	Anisa Nur A.	Kedokteran	21	Kos	1000000	45.00	153.50	19.09	Gizi Baik	100	tinggi	50	positif	kurang
55	Ermawati Sundari	Kedokteran	20	Rumah	300000	45.60	152.60	19.58	Gizi Baik	70	sedang	77	positif	cukup
56	Radhesia Iriani P.	Kedokteran	20	Kos	1500000	52.20	152.20	22.53	Gizi Baik	80	sedang	95	positif	kurang
57	Lussi Wahyu P.U.	Kedokteran	20	Kos	750000	51.50	154.80	21.49	Gizi Baik	95	tinggi	88	positif	cukup
58	Lien Meilya	Kedokteran	20	Kos	200000	61.00	157.00	24.74	Gizi Lebih	85	tinggi	92	positif	kurang
59	Lintang Prinkaniswar	Kedokteran	19	Kos	800000	54.00	168.00	19.13	Gizi Baik	85	tinggi	78	positif	kurang
60	Nur Islami Dini Hani	Kedokteran	20	Kos	800000	51.10	155.00	21.26	Gizi Baik	80	sedang	83	positif	kurang
61	Eka Endah Yuniasri	Kedokteran	21	Kos	800000	45.20	150.90	19.84	Gizi Baik	85	tinggi	67	positif	cukup
62	Hermina Pratiwi Utar	Kedokteran	20	Kos	1000000	40.20	164.00	14.94	Gizi Kurang	95	tinggi	52	positif	kurang

63	Rohmah Syahitdah	Kedokteran	20	Kos	600000	51.40	154.60	21.50	Gizi Baik	95	tinggi	92	positif	kurang
64	Sofia Arum A.	Kedokteran	19	Kos	800000	44.80	150.40	19.80	Gizi Baik	100	tinggi	118	negatif	kurang
65	Andrea Putri Sekar T	Kedokteran	20	Kos	600000	49.70	161.80	18.98	Gizi Baik	85	tinggi	76	positif	kurang
66	Valendra Haamiim	Kedokteran	20	Kos	1000000	52.00	150.20	23.04	Gizi Lebih	100	tinggi	117	negatif	lebih
67	Siti Majidah	Kedokteran	19	Kos	600000	50.00	165.00	18.36	Gizi Kurang	90	tinggi	60	positif	cukup
68	Dhani Latifani	Kedokteran	20	Rumah	600000	53.10	163.00	19.98	Gizi Baik	90	tinggi	55	positif	cukup
69	Trisna Suryaningrum	Kedokteran	20	Rumah	800000	58.20	160.90	22.48	Gizi Baik	80	sedang	78	positif	cukup
70	Annisa Ratih S.	Kedokteran	20	Kos	1000000	50.00	160.00	19.53	Gizi Baik	100	tinggi	118	negatif	kurang
71	Weida Devita Putri	Kedokteran	20	Kos	600000	50.00	150.00	22.22	Gizi Baik	90	tinggi	108	positif	kurang
72	Ruth Hanani	Kedokteran	21	Kos	800000	59.00	158.50	23.48	Gizi Lebih	90	tinggi	136	negatif	lebih
73	Ratih Paramastuti	Kedokteran	20	Rumah	200000	68.00	164.00	25.28	Gizi Lebih	100	tinggi	83	positif	cukup
74	Ikhfina Oktokenia Ro	Kedokteran	20	Kos	1800000	44.70	150.40	19.76	Gizi Baik	85	tinggi	43	positif	kurang
75	Maulidya Puspitasari	Kedokteran	20	Kos	2000000	65.00	157.70	26.13	Gizi Lebih	90	tinggi	98	positif	kurang
76	Anindya Selviana P.	Kedokteran	20	Rumah	600000	62.00	157.00	25.15	Gizi Lebih	85	tinggi	90	positif	kurang
77	Tri Andianne Putri	Kedokteran	20	Kos	2500000	45.00	152.50	19.34	Gizi Baik	95	tinggi	88	positif	kurang
78	Laeli Ardiani Putri	Kedokteran	20	Kos	1500000	53.00	160.00	20.70	Gizi Baik	95	tinggi	68	positif	kurang
79	Nindya Martha G.P.	Kedokteran	19	Rumah	1000000	47.60	155.90	19.58	Gizi Baik	90	tinggi	104	positif	cukup
80	Fatih Az- Zahra	Kedokteran	20	Rumah	1500000	51.00	160.00	19.92	Gizi Baik	95	tinggi	96	positif	cukup

No.	Nama	Fakultas	Recall 1	Recall 2	Recall 3	Rata-rata
1	Hirda Rahmah	Hukum	1564	2056	1972	1864.00
2	Bella	Hukum	1528	1987	1888	1801.00
3	Marina Kurniawati	Hukum	1397	1501	1443	1447.00
4	Fitria	Hukum	1470	1212	1690	1457.33
5	Elita Inas P.	Hukum	1794	1832	2003	1876.33
6	Hilda Agustina W.	Hukum	1233	1476	1498	1402.33
7	Vilda Riyan	Hukum	1830	1765	1877	1824.00
8	Dewi Puji Astuti	Hukum	1578	1461	1284	1441.00
9	Dede Fitriani C.	Hukum	1452	1699	1523	1558.00
10	Vania Natalie	Hukum	1596	1489	1378	1487.67
11	Weirasi Enginte	Hukum	1672	1566	1351	1529.67
12	Gherys Apria P.	Hukum	1858	1901	1790	1849.67
13	Aldila Arumita S.	Hukum	1657	1432	1511	1533.33
14	Rahajeng Kinasih	Hukum	2305	1987	2549	2280.33
15	Diannita Anjar P.	Hukum	1276	1065	1345	1228.67
16	Sari Pratama	Hukum	1358	1207	1576	1380.33
17	Cut Helmi	Hukum	1577	1291	1108	1325.33
18	Siva Nur Azahro	Hukum	2029	2459	2275	2254.33
19	Muthia	Hukum	1276	1490	1322	1362.67
20	Emelia Siahaan	Hukum	1794	1943	1777	1838.00
21	Corry A.	Hukum	1883	1520	1665	1689.33
22	Iluk Reskiyana	Hukum	1890	1798	1932	1873.33
23	Nita Fatmawati	Hukum	1559	1617	1511	1562.33
24	Fadhila Restyana L.	Hukum	1435	1566	1197	1399.33
25	Ariza Hasna	Hukum	1670	1529	1774	1657.67
26	Syaviana Isviantina	Hukum	1661	1478	1672	1603.67
27	Syafira Citra Delina	Hukum	1890	1791	2007	1896.00
28	Lolita Anastasia M.W	Hukum	2130	1832	1733	1898.33
29	Agustin	Hukum	1734	1522	1635	1630.33
30	Monica Belinda O.	Hukum	1367	1724	1520	1537.00
31	Rivia Nugraheni	Hukum	1893	1778	2023	1898.00
32	Isabela Tuames	Hukum	1345	1765	1609	1573.00
33	Siti Osadanaros Deli	Hukum	1540	1732	1391	1554.33
34	Bunga Lirvina Sori	Hukum	1609	1429	1390	1476.00

35	Ayu Ida Sentanu	Hukum	1677	1513	1374	1521.33
36	Anggun Mayangsari	Hukum	1555	1431	1390	1458.67
37	Nadia Nur Fitriani	Hukum	1459	1673	1496	1542.67
38	Mega Rizkiani	Hukum	1907	1894	2148	1983.00
39	Fihan	Hukum	1467	1766	1589	1607.33
40	Musrifah A.F	Hukum	1464	1409	1567	1480.00
41	Prettika Juhan A.	Kedokteran	1868	1777	1909	1851.33
42	Gardinia Nugrahani	Kedokteran	1973	1890	1754	1872.33
43	Aprilia A.	Kedokteran	1876	2135	1903	1971.33
44	Siti Sa'adah	Kedokteran	1768	2034	1860	1887.33
45	Khory Afifah I.	Kedokteran	1822	1980	1791	1864.33
46	Nurul Riau Dwi Safit	Kedokteran	1563	1782	1420	1588.33
47	Ayu Widiawati Agusti	Kedokteran	1590	1799	1641	1676.67
48	Bike Masyahputri	Kedokteran	1644	1534	1702	1626.67
49	Zulfah Asy Syahidah	Kedokteran	1545	1679	1666	1630.00
50	Annisa Asprilia	Kedokteran	1832	2098	1855	1928.33
51	Putri Permata Sari	Kedokteran	1998	2091	1740	1943.00
52	Fitria Widhi Wardani	Kedokteran	1854	1733	2134	1907.00
53	Renny Setyandari	Kedokteran	1456	1778	1640	1624.67
54	Anisa Nur A.	Kedokteran	1655	1786	1459	1633.33
55	Ermawati Sundari	Kedokteran	1877	2019	1766	1887.33
56	Radhesia Iriani P.	Kedokteran	1554	1670	1499	1574.33
57	Lussi Wahyu P.U.	Kedokteran	1880	2023	1761	1888.00
58	Lien Meilya	Kedokteran	1530	1417	1619	1522.00
59	Lintang Prinkaniswar	Kedokteran	1650	1377	1597	1541.33
60	Nur Islami Dini Hani	Kedokteran	1744	1540	1667	1650.33
61	Eka Endah Yuniasri	Kedokteran	1899	1750	2001	1883.33
62	Hermina Pratiwi Utar	Kedokteran	1668	1521	1670	1619.67
63	Rohmah Syahitdah	Kedokteran	1799	1470	1643	1637.33
64	Sofia Arum A.	Kedokteran	1579	1445	1762	1595.33
65	Andrea Putri Sekar T	Kedokteran	1746	1502	1740	1662.67
66	Valendra Haamiim	Kedokteran	2405	2311	2060	2258.67
67	Siti Majidah	Kedokteran	1887	1823	1786	1832.00
68	Dhani Latifani	Kedokteran	2098	1778	1809	1895.00
69	Trisna Suryaningrum	Kedokteran	2023	1860	1735	1872.67

70	Annisa Ratih S.	Kedokteran	1567	1779	1809	1718.33
71	Weida Devita Putri	Kedokteran	1690	1701	1530	1640.33
72	Ruth Hanani	Kedokteran	2406	2334	2130	2290.00
73	Ratih Paramastuti	Kedokteran	1770	2210	1797	1925.67
74	Ikhfina Oktokenia Ro	Kedokteran	1553	1701	1666	1640.00
75	Maulidya Puspitasari	Kedokteran	1534	1709	1655	1632.66
76	Anindya Selviana P.	Kedokteran	1546	1410	1644	1533.33
77	Tri Andianne Putri	Kedokteran	1761	1609	1577	1649.00
78	Laeli Ardiani Putri	Kedokteran	1450	1672	1599	1573.67
79	Nindya Martha G.P.	Kedokteran	1870	1754	1832	1818.67
80	Fatih Az- Zahra	Kedokteran	1788	2030	1872	1896.67

LAMPIRAN

Case Processing Summary

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Umur Responden	Hukum	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
	Kedokteran	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
Tempat Tinggal Responden	Hukum	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
	Kedokteran	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
Jumlah Uang Saku Per Bulan	Hukum	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
	Kedokteran	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
Indeks Massa Tubuh	Hukum	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
	Kedokteran	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
Skor Pengetahuan Gizi	Hukum	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
	Kedokteran	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
Body Image	Hukum	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
	Kedokteran	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
Rata2_asupan	Hukum	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
	Kedokteran	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%

Descriptives

Asal Fakultas			Statistic	Std. Error
Umur Responden	Hukum	Mean	19.83	.087
		95% Confidence Interval for Mean		
		Lower Bound	19.65	
		Upper Bound	20.00	
		5% Trimmed Mean	19.81	
		Median	20.00	
		Variance	.302	
		Std. Deviation	.549	
		Minimum	19	
		Maximum	21	
Range	2			

		Interquartile Range		1	
		Skewness		-.098	.374
		Kurtosis		.159	.733
	Kedokteran	Mean		19.98	.084
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	19.81	
			Upper Bound	20.14	
		5% Trimmed Mean		19.97	
		Median		20.00	
		Variance		.281	
		Std. Deviation		.530	
		Minimum		19	
		Maximum		21	
		Range		2	
		Interquartile Range		0	
		Skewness		-.032	.374
		Kurtosis		.887	.733
Tempat Tinggal Responden	Hukum	Mean		1.23	.067
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1.09	
			Upper Bound	1.36	
		5% Trimmed Mean		1.19	
		Median		1.00	
		Variance		.179	
		Std. Deviation		.423	
		Minimum		1	
		Maximum		2	
		Range		1	
		Interquartile Range		0	
		Skewness		1.369	.374
		Kurtosis		-.135	.733
	Kedokteran	Mean		1.25	.069
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1.11	
			Upper Bound	1.39	
		5% Trimmed Mean		1.22	
		Median		1.00	

		Variance		.192	
		Std. Deviation		.439	
		Minimum		1	
		Maximum		2	
		Range		1	
		Interquartile Range		1	
		Skewness		1.200	.374
		Kurtosis		-.592	.733
Jumlah Uang Saku Per Bulan	Hukum	Mean		1087500.00	69262.368
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	947403.64	
			Upper Bound	1227596.36	
		5% Trimmed Mean		1083333.33	
		Median		1000000.00	
		Variance		1.919E11	
		Std. Deviation		438053.679	
		Minimum		200000	
		Maximum		2000000	
		Range		1800000	
		Interquartile Range		650000	
		Skewness		.208	.374
		Kurtosis		-.022	.733
	Kedokteran	Mean		946250.00	80131.852
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	784168.03	
			Upper Bound	1108331.97	
		5% Trimmed Mean		915277.78	
		Median		800000.00	
		Variance		2.568E11	
		Std. Deviation		506798.334	
		Minimum		200000	
		Maximum		2500000	
		Range		2300000	
		Interquartile Range		775000	
		Skewness		.967	.374
		Kurtosis		1.098	.733

Indeks Massa Tubuh	Hukum	Mean		20.5758	.45694
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	19.6515	
			Upper Bound	21.5000	
		5% Trimmed Mean		20.3833	
		Median		20.0050	
		Variance		8.352	
		Std. Deviation		2.88992	
		Minimum		16.60	
		Maximum		29.09	
		Range		12.49	
		Interquartile Range		3.16	
		Skewness		.970	.374
		Kurtosis		1.127	.733
		Kedokteran	Hukum	Mean	
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound			20.0092	
	Upper Bound			21.5763	
5% Trimmed Mean				20.7883	
Median				20.1100	
Variance				6.003	
Std. Deviation				2.45013	
Minimum				14.94	
Maximum				26.13	
Range				11.19	
Interquartile Range				3.06	
Skewness				.348	.374
Kurtosis				.099	.733
Skor Pengetahuan Gizi	Hukum			Mean	
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	61.8567	
			Upper Bound	71.3933	
		5% Trimmed Mean		67.0833	
		Median		65.0000	
		Variance		222.292	
		Std. Deviation		14.90945	
		Minimum		20.00	

		Maximum		100.00	
		Range		80.00	
		Interquartile Range		15.00	
		Skewness		-.546	.374
		Kurtosis		1.893	.733
	Kedokteran	Mean		91.3750	1.11785
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	89.1139	
			Upper Bound	93.6361	
		5% Trimmed Mean		91.8056	
		Median		90.0000	
		Variance		49.984	
		Std. Deviation		7.06993	
		Minimum		70.00	
		Maximum		100.00	
		Range		30.00	
		Interquartile Range		10.00	
		Skewness		-.746	.374
		Kurtosis		.611	.733
Body Image	Hukum	Mean		86.9750	5.13978
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	76.5788	
			Upper Bound	97.3712	
		5% Trimmed Mean		85.8056	
		Median		82.5000	
		Variance		1056.692	
		Std. Deviation		32.50679	
		Minimum		36.00	
		Maximum		164.00	
		Range		128.00	
		Interquartile Range		52.25	
		Skewness		.395	.374
		Kurtosis		-.564	.733
	Kedokteran	Mean		82.2000	3.77070
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	74.5730	
			Upper Bound	89.8270	

		5% Trimmed Mean		81.9444	
		Median		83.0000	
		Variance		568.728	
		Std. Deviation		23.84802	
		Minimum		41.00	
		Maximum		136.00	
		Range		95.00	
		Interquartile Range		34.75	
		Skewness		-.016	.374
		Kurtosis		-.579	.733
Rata2_asupan	Hukum	Mean		1639.5660	37.89830
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1562.9095	
			Upper Bound	1716.2225	
		5% Trimmed Mean		1624.8328	
		Median		1560.1650	
		Variance		57451.248	
		Std. Deviation		239.68990	
		Minimum		1228.67	
		Maximum		2280.33	
		Range		1051.66	
		Interquartile Range		383.75	
		Skewness		.861	.374
		Kurtosis		.520	.733
	Kedokteran	Mean		1766.0743	28.98450
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1707.4476	
			Upper Bound	1824.7009	
		5% Trimmed Mean		1751.0825	
		Median		1697.5000	
		Variance		33604.059	
		Std. Deviation		183.31410	
		Minimum		1522.00	
		Maximum		2290.00	
		Range		768.00	
		Interquartile Range		260.33	

Skewness	.938	.374
Kurtosis	.931	.733

Tests of Normality

	Asal Fakultas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Umur Responden	Hukum	.375	40	.000	.720	40	.000
	Kedokteran	.369	40	.000	.705	40	.000
Tempat Tinggal Responden	Hukum	.478	40	.000	.517	40	.000
	Kedokteran	.466	40	.000	.539	40	.000
Jumlah Uang Saku Per Bulan	Hukum	.179	40	.002	.947	40	.058
	Kedokteran	.208	40	.000	.913	40	.005
Indeks Massa Tubuh	Hukum	.115	40	.200*	.927	40	.013
	Kedokteran	.132	40	.077	.955	40	.115
Skor Pengetahuan Gizi	Hukum	.135	40	.062	.953	40	.098
	Kedokteran	.171	40	.005	.905	40	.003
Body Image	Hukum	.102	40	.200*	.967	40	.295
	Kedokteran	.097	40	.200*	.973	40	.448
Rata2_asupan	Hukum	.159	40	.012	.926	40	.012
	Kedokteran	.189	40	.001	.880	40	.001

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

1. Uji normalitas pengetahuan gizi

		Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Asal Fakultas		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Tingkat Pengetahuan Gizi	Hukum	.323	40	.000	.771	40	.000
	Kedokteran	.529	40	.000	.345	40	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan uji normalitas data, diperoleh nilai p value sebesar 0.00. Hal ini menunjukkan bahwa data pengetahuan gizi berdistribusi tidak normal karena $p < 0.05$, sehingga menggunakan uji beda *Mann-Whitney*.

2. Uji beda *Mann-Whitney* terhadap pengetahuan gizi pada kelompok mahasiswi gizi dan non gizi

Test Statistics ^a	
	Tingkat Pengetahuan Gizi
Mann-Whitney U	182.000
Wilcoxon W	1002.000
Z	-6.622
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Asal Fakultas

Berdasarkan uji *Mann-Whitney*, diperoleh angka *significancy* 0.00. Karena nilai $p < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan bermakna antara pengetahuan gizi kelompok mahasiswi gizi dan pengetahuan gizi kelompok mahasiswi non gizi.

3. Uji normalitas *body image*

Tests of Normality							
Asal Fakultas		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Body Image	Hukum	.466	40	.000	.539	40	.000
	Kedokteran	.521	40	.000	.389	40	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan uji normalitas data, diperoleh nilai p value sebesar 0.00. Hal ini menunjukkan bahwa data *body image* berdistribusi tidak normal karena $p < 0.05$, sehingga menggunakan uji beda *Mann-Whitney*.

4. Uji beda *Mann-Whitney* terhadap *body image* pada kelompok mahasiswi gizi dan non gizi

Test Statistics ^a	
	Body Image
Mann-Whitney U	700.000
Wilcoxon W	1520.000
Z	-1.423
Asymp. Sig. (2-tailed)	.155

a. Grouping Variable: Asal Fakultas

Berdasarkan uji *Mann-Whitney*, diperoleh angka *significancy* 0.155. Karena nilai $p > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara *body image* kelompok mahasiswi gizi dan *body image* kelompok mahasiswi non gizi.

5. Uji normalitas asupan energi

Tests of Normality							
Asal Fakultas		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Asupan energi	Hukum	.453	40	.000	.559	40	.000
	Kedokteran	.377	40	.000	.629	40	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan uji normalitas data, diperoleh nilai p value sebesar 0.00. Hal ini menunjukkan bahwa data asupan energi berdistribusi tidak normal karena $p < 0.05$, sehingga menggunakan uji beda *Mann-Whitney*.

6. Uji beda *Mann-Whitney* terhadap asupan energi pada kelompok mahasiswi gizi dan non gizi

Test Statistics^a

	Asupan Energi
Mann-Whitney U	680.000
Wilcoxon W	1500.000
Z	-1.398
Asymp. Sig. (2-tailed)	.162

a. Grouping Variable: Asal Fakultas

Berdasarkan uji *Mann-Whitney*, diperoleh angka *significancy* 0.162. Karena nilai $p > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara asupan energi kelompok mahasiswi gizi dan asupan energi kelompok mahasiswi non gizi.

7. Uji normalitas status gizi

Tests of Normality

Asal Fakultas		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Status Gizi	Hukum	.333	40	.000	.760	40	.000
	Kedokteran	.352	40	.000	.742	40	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan uji normalitas data, diperoleh nilai p value sebesar 0.00. Hal ini menunjukkan bahwa data status gizi berdistribusi tidak normal karena $p < 0.05$, sehingga menggunakan uji beda *Mann-Whitney*.

8. Uji beda *Mann-Whitney* terhadap status gizi pada kelompok mahasiswi gizi dan non gizi

Test Statistics^a

	Status Gizi
Mann-Whitney U	717.000
Wilcoxon W	1537.000
Z	-.955
Asymp. Sig. (2-tailed)	.340

a. Grouping Variable: Asal Fakultas

Berdasarkan uji *Mann-Whitney*, diperoleh angka *significancy* 0.340. Karena nilai $p > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara status gizi kelompok mahasiswi gizi dan status gizi kelompok mahasiswi non gizi.

JUDUL PENELITIAN : Perbedaan Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Asupan Energi dan Status Gizi pada Mahasiswi Gizi dan Non Gizi Universitas Diponegoro

INSTANSI PELAKSANA : Prodi Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

Persetujuan Setelah Penjelasan

(*INFORMED CONSENT*)

Berikut ini naskah yang akan dibacakan pada Sdr/i responden penelitian:

Sdr/i Yth :

Permasalahan gizi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia. Masalah gizi kurang maupun gizi lebih merupakan masalah kesehatan yang sering dijumpai pada usia dewasa, termasuk pada mahasiswi. Beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi antara lain adalah pengetahuan gizi, persepsi *body image* dan asupan energi. Mahasiswi merupakan kelompok usia produktif yang rentan terhadap pembatasan asupan makan karena adanya keinginan memiliki bentuk tubuh yang ideal, adanya perubahan gaya hidup, maupun pengaruh lingkungan dan teman sebaya. Mahasiswi yang memiliki pengetahuan gizi baik diharapkan dapat memiliki asupan energi yang baik pula sehingga dapat mencapai status gizi yang optimal. Oleh karena itu perlu adanya penelitian tentang perbedaan pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi dan status gizi pada mahasiswi gizi dan non gizi Universitas Diponegoro.

Metode Penelitian

Apabila Sdr/i setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, kami akan melakukan beberapa pengukuran, yaitu:

1. Pengisian Kuesioner

Sdr/i akan diminta untuk mengisi data identitas diri dan menjawab beberapa pertanyaan dalam kuesioner, yang meliputi kuesioner pengetahuan gizi dan persepsi *body image*.

2. Wawancara

Sdr/i akan diwawancarai dengan menggunakan *food recall* 3x24 jam dan FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) semi kuantitatif untuk mengetahui asupan energi.

3. Pengukuran Antropometri

Sdr/i diminta untuk melakukan pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise* dan berat badan menggunakan timbangan digital.

Adapun data atau hasil yang berhubungan dan diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan tidak akan disebarluaskan kepada pihak lain selain pihak yang berkepentingan dengan penelitian ini

Risiko dan ketidaknyaman dalam penelitian ini

Pada saat pengisian kuesioner, wawancara dan pengukuran antropometri akan sedikit menyita waktu Sdr/i.

Keuntungan

Sdr/i dapat mengetahui informasi mengenai mengenai pentingnya memiliki pengetahuan gizi, *body image* dan asupan energi yang baik, serta status gizi yang optimal.

Terima kasih atas kerjasama Sdr/i.

Setelah mendengar dan memahami penjelasan Penelitian, dengan ini saya menyatakan:

SETUJU / TAK SETUJU

untuk ikut sebagai responden/ sampel penelitian ini.

Semarang, Juni 2014

Saksi

Nama Terang :

Nama Terang :

Alamat :

Alamat :

KUESIONER PENELITIAN

I. Identitas

Nama :
Tempat/Tanggal lahir :
Umur :
Fakultas/Angkatan :
No.HP :
Pekerjaan Orang Tua :
Berat Badan : kg
Tinggi Badan : cm
IMT

II. Daftar Pertanyaan

1. Saat ini anda tinggal dimana
 - a. Rumah dengan orang tua
 - b. Kos
 - c. Lainnya
2. Bagaimana anda menyediakan makanan dirumah
 - a. Membeli bahan makanan kemudian dimasak oleh orang tua
 - b. Membeli dalam bentuk masakan matang
 - c. Memasak sendiri
 - d. Lainnya
3. Berapa rata-rata uang saku anda setiap bulan
.....

KUESIONER PENGETAHUAN

Beri tanda silang (X) pada jawaban yang menurut kalian paling benar ...

1. Pengertian gizi adalah
 - a. Segala sesuatu tentang makanan dan hubungannya dengan kesehatan optimal
 - b. Sesuatu yang berhubungan dengan makanan yang bersih dan sehat
 - c. Sesuatu yang identik dengan makanan
 - d. Segala sesuatu yang berhubungan dengan kesehatan seseorang

2. Tiga sumber makanan yang harus ada dalam menu gizi seimbang adalah ...
 - a. Zat tenaga, Zat pembangun dan Zat pengatur
 - b. Zat tenaga, Zat pembangun dan Zat pelengkap
 - c. Zat tenaga, Zat pelengkap dan Zat pengatur
 - d. Zat pengatur, Zat pelengkap dan Zat energi

3. Zat gizi utama yang menghasilkan tenaga yaitu
 - a. Karbohidrat
 - b. Protein
 - c. Lemak
 - d. Vitamin

4. Berikut ini makanan yang berkontribusi tinggi sebagai sumber zat tenaga adalah
 - a. Kentang, ubi, roti
 - b. Bayam, wortel
 - c. Jeruk, rambutan
 - d. Melon, bayam, sawi

5. Berikut ini makanan yang berkontribusi tinggi sebagai sumber zat pembangun adalah
 - a. Beras, jagung, gandum, ubi, kentang, sagu roti dan mie
 - b. Ikan, tahu, tempe, telur, daging, susu dan hasil olahannya
 - c. Bayam, kangkung, sawi, wortel dan kacang panjang
 - d. Tomat, apel, rambutan, melon, semangka dan pepaya

6. Berikut ini makanan yang berkontribusi tinggi sebagai sumber zat pengatur adalah
 - a. Beras, jagung, gandum, ubi, kentang, sagu roti dan mie
 - b. Ikan, tahu, tempe dan telur
 - c. Daging, susu dan hasil olahannya
 - d. Tomat, apel, rambutan, melon, semangka dan pepaya

7. Vitamin yang larut lemak adalah ...
 - a. Vitamin A, D, E, K
 - b. Vitamin B, C
 - c. Vitamin A, C, D
 - d. Vitamin K

8. Vitamin yang larut air adalah

- a. Vitamin A, D, E, K
 - b. Vitamin B, C
 - c. Vitamin A, C, D
 - d. Vitamin K
9. Berikut ini makanan yang mengandung tinggi protein adalah ...
- a. Jagung, kue, udang
 - b. Ikan, ubi, susu
 - c. Tahu, tempe, daging ayam
 - d. Singkong, nasi, ubi
10. Berikut ini makanan yang mengandung tinggi lemak adalah ...
- a. Susu, mentega
 - b. Kacang-kacangan, bihun
 - c. Telur, bakso
 - d. Udang, jagung
11. Berikut ini makanan yang mengandung tinggi vitamin A adalah ...
- a. Hati sapi
 - b. Kacang hijau
 - c. Kentang
 - d. Kedelai
12. Berikut ini makanan yang mengandung tinggi vitamin C adalah ...
- a. Jambu
 - b. Bayam
 - c. Tahu
 - d. Daging ayam
13. Suatu menu makanan dikatakan bergizi seimbang apabila terdiri dari berbagai sumber bahan makanan yang beraneka ragam. Contoh menu seimbang berikut ini adalah ...
- a. Nasi, ikan goreng, tempe goreng, sop sayur, buah pisang
 - b. Nasi, telur mata sapi, sate ayam, sate usus
 - c. Nasi, bihun, perkedel, kentang goreng
 - d. Mie rebus, telur mata sapi
14. Presentase karbohidrat dalam menu makanan seimbang adalah
- a. 15 – 30 %
 - b. 25 – 35 %
 - c. 40 – 50 %
 - d. 60 – 75 %
15. Presentase protein dalam menu makanan seimbang adalah
- a. 10 – 15 %
 - b. 30 – 40 %

- c. 50 – 60 %
 - d. 55 – 70 %
16. Presentase lemak dalam menu makanan seimbang adalah
- a. 10 – 15 %
 - b. 20 – 30 %
 - c. 35 – 45 %
 - d. 50 – 60 %
17. Sumber serat banyak diperoleh dari
- a. Sayur dan buah
 - b. Lauk nabati
 - c. Kentang, singkong, ubi
 - d. Lauk hewani
18. Jumlah zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh kita adalah....
- a. Berbeda-beda menurut ukuran tubuh dan kegiatan
 - b. Sama untuk setiap orang
 - c. Berbeda-beda menurut umur, tinggi badan dan berat badan
 - d. Berbeda-beda menurut kegiatan, umur dan ukuran tubuh
19. Salah satu gangguan makan yang sering dialami oleh remaja putri adalah
- a. Osteoporosis
 - b. Bronchitis
 - c. Anorexia nervosa
 - d. Anemia
20. Keadaan yang disebabkan karena asupan makan seseorang melebihi dari yang dibutuhkan disebut ...
- a. Obesitas
 - b. Marasmus
 - c. Kwashiorkor
 - d. Gizi kurang

KUESIONER BODY IMAGE

Peneliti bermaksud mengetahui bagaimana anda menilai penampilan anda dalam jangka waktu 1 bulan terakhir. Bacalah pertanyaan-pertanyaan berikut dan **jawablah semua pertanyaan (jangan sampai ada yang terlewatkan)** dengan memberikan *checklist* (√) pada nomor sesuai jawaban anda.

No.	Pertanyaan	(1) Tidak Pernah	(2) Jarang	(3) Kadang- kadang	(3) Sering	(4) Sangat Sering	(5) Selalu
1.	Pernahkah anda berfikir bahwa tubuh anda saat ini terlalu gemuk?						
2.	Pernahkah anda merasa khawatir terhadap bentuk tubuh anda yang terlalu gemuk sehingga anda perlu melakukan diet?						
3.	Pernahkah anda berfikir bahwa paha, pinggul, atau pantat anda terasa terlalu besar dan tidak sesuai dengan ukuran tubuh anda?						
4.	Pernahkah anda merasa takut jika tubuh anda bertambah menjadi gemuk?						
5.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman jika ada bagian tubuh anda yang tidak kencang?						
6.	Pernahkah anda merasa gemuk dalam keadaan kenyang?						
7.	Pernahkah anda merasa sedih karena menganggap bentuk tubuh anda buruk?						
8.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat berlari karena membuat seluruh tubuh anda terguncang?						

No.	Pertanyaan	(1) Tidak Pernah	(2) Jarang	(3) Kadang- kadang	(3) Sering	(4) Sangat Sering	(5) Selalu
9.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat bersama dengan wanita dengan tubuh yang lebih langsing?						
10.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman ketika paha anda tidak bisa menutup rapat saat duduk?						
11.	Pernahkah anda merasa akan menjadi gemuk padahal hanya makan sedikit?						
12.	Pernahkah anda memperhatikan bentuk tubuh wanita lain dan merasa bahwa tubuh anda tidak seindah tubuh wanita tersebut?						
13.	Pernahkah anda merasa bahwa bentuk tubuh anda saat ini membuat anda tidak nyaman saat melakukan berbagai aktivitas?						
14.	Pernahkah anda merasa terlalu gemuk dalam keadaan tanpa busana, misalnya sewaktu mandi?						
15.	Pernahkah anda menghindari mengenakan pakaian yang memperlihatkan lekukan tubuh anda?						
16.	Pernahkah anda merasa ingin mengurangi bagian tubuh tertentu yang terasa berlebih?						
17.	Pernahkah anda merasa menjadi gemuk setelah anda memakan kue, manisan, coklat, dan lainnya?						
18.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman saat bergaul karena merasa bentuk tubuh anda buruk?						

No.	Pertanyaan	(1) Tidak Pernah	(2) Jarang	(3) Kadang- kadang	(3) Sering	(4) Sangat Sering	(5) Selalu
19.	Pernahkah anda merasa bahwa bentuk tubuh anda terlalu besar dan bulat?						
20.	Pernahkah anda merasa malu dengan bentuk tubuh anda saat ini?						
21.	Pernahkah anda merasa bahwa tubuh anda tidak ideal sehingga anda perlu melakukan diet?						
22.	Pernahkah anda merasa lebih senang dengan bentuk tubuh anda ketika perut kosong? (misalnya saat bangun tidur di pagi hari)						
23.	Pernahkah anda merasa bahwa bentuk tubuh anda saat ini disebabkan karena kurang kontrol diri terhadap pola makan?						
24.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman saat orang lain memperhatikan bentuk tubuh anda?						
25.	Pernahkah anda merasa tidak adil jika ada wanita lain yang lebih langsing daripada anda?						
26.	Pernahkah anda memuntahkan apa yang telah anda makan agar merasa lebih langsing?						
27.	Saat anda duduk bersama orang lain, pernahkah anda merasa mengambil tempat duduk terlalu banyak (misal saat duduk di sofa/bus)?						
28.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman pada bagian tubuh yang dirasa kendur/tidak kencang?						

No.	Pertanyaan	(1) Tidak Pernah	(2) Jarang	(3) Kadang- kadang	(3) Sering	(4) Sangat Sering	(5) Selalu
29.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat melihat bayangan anda (misal di cermin)?						
30.	Pernahkah anda mencubit/menarik bagian tertentu pada tubuh anda untuk melihat berapa banyak lemak yang tertimbun didalamnya?						
31.	Pernahkah anda menghindari tempat-tempat dimana orang dapat melihat tubuh anda dengan jelas, misalnya di kolam renang?						
32.	Pernahkah anda mengkonsumsi obat pencahar/pencuci perut agar merasa lebih langsing?						
33.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri ketika bersama dengan sekelompok orang?						
34.	Pernahkah anda merasa khawatir tentang bentuk tubuh sehingga ingin melakukan latihan fisik (olahraga/senam)?						

FOOD RECALL 24 JAM

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Urt	Berat (gr)
Pagi				
Selingan				
Siang				
Selingan				
Malam				

