

HUBUNGAN PEGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN SELAMA PANDEMI COVID-19 TERHADAP STATUS GIZI MAHASISWA FISIOTERAPI POLTEKKES KEMENKES MAKASSAR

The Relationship Of Nutritional Knowledge And Dieting During The Covid-19 Pandemic To The Nutritional Status Of Physiotherapy Students Poltekkes Kemenkes Makassar

Sunarto*, Adriyani Adam, Wahdatuljannah Hasanuddin

Poltekkes Kemenkes Makassar

Email: [*sunarto@poltekkes-mks.ac.id](mailto:sunarto@poltekkes-mks.ac.id)

ABSTRACT

Nutrient intake is a major concern in maintaining the immune system. During the COVID-19 pandemic, fulfilling nutritional needs can start with a good diet and good knowledge about nutrition. This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge and good eating patterns during the covid-19 pandemic in students of the Physiotherapy Department of the Health Polytechnic of the Ministry of Health Makassar. This research is a quantitative research. The sample is students of the Department of Physiotherapy, Poltekkes, Ministry of Health, Makassar, totaling 71 people and selected by random sampling. Nutritional knowledge data was obtained by filling out a questionnaire form, eating pattern data was obtained by filling out food frequency and nutritional status data obtained by anthropometric measurements of Body Weight and Height. To determine the relationship between the variables of nutritional knowledge and eating patterns on nutritional status, a chi-square test was performed using the SPSS program. The results showed that there was no relationship between nutritional knowledge and nutritional status with a calculated p-value of $0.396 > 0.05$ and there was a relationship between diet and nutritional status with a p-value of $0.038 < 0.05$. Suggestions in this study are that it is necessary to maintain the level of nutritional knowledge and further research needs to be done on other factors such as physical activity, economy and other factors.

Keywords: Covid-19, Nutrition Knowledge, Diet and Nutritional Status

ABSTRAK

Asupan zat Gizi menjadi perhatian utama dalam menjaga sistem kekebalan tubuh. Dimasa pandemi covid-19, pemenuhan kebutuhan gizi bisa dimulai dengan pola makan yang baik dan juga pengetahuan yang baik tentang gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan pola makan yang baik selama pandemi covid-19 pada mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Sampel adalah mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar yang berjumlah 71 orang dan dipilih secara random sampling. Data pengetahuan gizi diperoleh dengan pengisian form kuesioner, data pola makan diperoleh dengan pengisian food frequency dan data status gizi diperoleh dengan pengukuran antropometri Berat Badan dan Tinggi Badan. Untuk mengetahui hubungan antara variabel pengetahuan gizi dan pola makan terhadap status gizi dilakukan uji chi-square dengan menggunakan program spss. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi terhadap status gizi dengan nilai hitung $p\text{-value } 0,396 > 0,05$ dan terdapat hubungan antara pola makan terhadap status gizi dengan nilai $p\text{-value } 0,038 < 0,05$. Saran pada penelitian ini adalah perlu dipertahankan pada tingkat pengetahuan gizi dan perlu dilakukan penelitian lanjutan pada faktor lain seperti aktifitas fisik, ekonomi dan faktor lainnya.

Kata kunci: Covid-19, Pengetahuan Gizi, Pola Makan dan Status Gizi

PENDAHULUAN

Pada bulan Desember tahun 2019 tepatnya di Kota Wuhan Provinsi Hubei China dihebohkan dengan berita munculnya wabah yang tidak diketahui penyebabnya. Pasien dari wabah pneumonia ini berawal dari pedagang di pasar Huanan yang menjual hewan hidup di Kota Wuhan. Tepat pada 7 Januari 2020 para peneliti berhasil mengidentifikasi penyebab wabah pneumonia ini yaitu jenis novel coronavirus. Secara resmi, WHO menamakan penyakit ini Covid-19 (Corona Virus Disease 2019) dan nama virus tersebut adalah SARS-CoV-2 (*Severe acute respiratory syndrome coronavirus*). Virus ini dapat menyebabkan infeksi paru-paru, gangguan ringan pada sistem pernapasan bahkan dapat menyebabkan kematian. Penyebab COVID-19 yang terjadi di Indonesia semakin bertambah dan menyebar diberbagai wilayah maupun negara, diikuti dengan kasus kematian yang jumlahnya makin

meningkat. Oleh karena itu untuk mencegah penyebaran virus corona pemerintah memberikan anjuran melalui Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2020 dalam usaha untuk mencegah Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) yang semakin bertambah, maka Menteri kesehatan menerapkan pembatasan sosial, seperti meliburkan kegiatan sekolah dan juga tempat kerja, membatasi kegiatan keagamaan, membatasi kegiatan yang ada ditempat umum, membatasi kegiatan social dan budaya, serta pembatasan moda transportasi dan juga kegiatan lainnya. Dengan adanya Peraturan Menteri kesehatan untuk pembatasan sosial berskala besar ini maka sangat berpengaruh pada mahasiswa yaitu kegiatan dan aktifitas mahasiswa dan ini juga akan berdampak pada makanan yang mahasiswa konsumsi selama masa pandemi COVID19 (Kemenkes 2020).

Setiap mahasiswa perlu memiliki pemahaman yang lebih mengenai COVID-19 dan ikut serta mencegah penyebaran virus dengan cara mengimplementasikan pengetahuan yang dimiliki tersebut ke dalam suatu upaya pencegahan (Agam, dkk, 2020). Pengetahuan gizi sangat diperlukan bagi mahasiswa karena Pada periode ini kebutuhan akan zat gizi semakin meningkat untuk membantu tumbuh dan kembang tubuh, diikuti oleh perubahan gaya hidup yang mempengaruhi kebiasaan makan, sehingga rentan terjadi masalah gizi (Damayanti, dkk., 2017). Selain pengetahuan gizi pola makan juga sangat perlu diperhatikan karena apabila Ketidakseimbangan dalam pengaturan pola makan tidak seimbang akan mengakibatkan zat gizi yang masuk kedalam tubuh juga tidak seimbang (Andriani M, Wiratmaji B. 2016).

Pola makan adalah informasi yang menggambarkan berbagai macam dan jumlah makanan yang dikonsumsi sehari oleh seseorang. Pola makan sebagai salah satu indikator gaya hidup, memiliki pengaruh terhadap sistem imun seseorang. Pola makan yang sehat, yaitu tinggi serat dan rendah lemak, dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh manusia. Menjaga pola makan sehat bergizi dan seimbang adalah bagian penting untuk mendukung sistem daya tahan tubuh. (Mahardini, 2020). Pola makan adalah kebiasaan makan yang dapat berpengaruh terhadap status gizi. Jika makanan di konsumsi dengan jumlah, kualitas, dan jenis makanan yang cukup untuk memenuhi berbagai zat gizi yang dibutuhkan tubuh, tubuh dapat mencapai status gizi yang baik (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. 2018).

Status gizi kurang apabila terjadi kekurangan karbohidrat, lemak, protein, dan vitamin. Status gizi lebih jika terdapat ketidakseimbangan antara konsumsi energi dan pengeluaran energi. Asupan energi yang berlebihan dapat menimbulkan overweight dan obesitas. Menurut Riskesdas 2018 menunjukkan 25,7% remaja dengan status gizi pendek dan sangat pendek, 8,1% dengan status gizi kurus dan sangat kurus, 13,5% obesitas (Riskesdas 2018).

Gaya hidup dan perilaku individu bila tidak didukung dan tidak diperhatikan untuk makan makanan yang bergizi dan sehat maka hal tersebut dapat berpengaruh

pada kesehatan individu (Miko, 2016). Dalam Permenkes RI nomor 41 tahun 2014 dikatakan masyarakat Indonesia dalam hal mengkonsumsi pangan masih belum sesuai dengan peran gizi seimbang. Penelitian dari Riskesdas 2010 menyatakan penduduk di Indonesia masih banyak yang tidak mengkonsumsi sayur dan buah. Riskesdas 2018 95,5% konsumsi sayur dan buah masih di bawah anjuran (Riskesdas 2018).

METODE

Jenis dan Desain penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Dalam penelitian ini, data diperoleh dengan menggunakan kuesioner yang diakses dengan google form, lembar food frequency dan pengukuran antropometri.

Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian dilakukan di kampus Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar pada Bulan Mei 2022

Jumlah sampel dan cara pengambilan sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Fisioterapi tingkat 1 prodi DIII berjumlah 48 mahasiswa dan prodi Sarjana terapan Fisioterapi berjumlah 39 mahasiswa. Adapun besar sampel yang ditentukan dengan rumus slovin tingkat kesalahan 5% sebanyak 71 sampel. Cara pengambilan sampel yaitu dengan acak sederhana (*Simple random sampling*).

Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan meliputi data pengetahuan gizi, data pola makan dan data status gizi. Data pengetahuan gizi diperoleh dengan pengisian form kuesioner, data pola makan diperoleh dengan pengisian food frequency dan data status gizi diperoleh dengan pengukuran antropometri Berat Badan dan Tinggi Badan.

Pengolahan dan analisis data

Data tentang pengetahuan gizi diolah dengan cara menghitung rata-rata jawaban dari responden yang telah diskoring, data tentang pola makan selama pandemi covid-19 menggunakan FFQ, dan data tentang status gizi dikumpulkan dengan pengukuran langsung pada Tinggi Badan dan Berat Badan. Selanjutnya dilakukan entri data SPSS. Data yang telah diolah selanjutnya dianalisis secara deskriptif dan

analitik. Analitik dilakukan melalui uji statistic yaitu untuk menguji hubungan antara pengetahuan gizi dan pola makan selama pandemi covid-19 pada mahasiswa fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar. Uji statistik menggunakan uji Chi square dengan tingkat kepercayaan 95 (alpa 5%).

HASIL PEMBAHASAN

Berdasarkan pengukuran tingkat pengetahuan gizi dengan menggunakan kuesioner melalui google form yang berisikan 15 pertanyaan tentang pengetahuan gizi, didapatkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa semester II Jurusan Fisioterapi memiliki tingkat pengetahuan gizi baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya pada mahasiswa semester IV FKM UNSRAT, Sulawesi Utara pada tahun 2020 yang dilakukan oleh Sefania J.Selaindong dkk (2020) dengan hasil proporsi responden dengan tingkat pengetahuan gizi baik lebih banyak dibandingkan tingkat pengetahuan gizi kurang yaitu 40%. Pengetahuan gizi seseorang dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikannya yang dapat menunjukkan cara berpikir dan pengetahuan yang dimiliki orang tersebut (Emilia, 2008).

Pengetahuan gizi mempengaruhi konsumsi seseorang melalui makanan yang dipilih. Seseorang dengan pengetahuan gizi yang rendah akan memilih makanan yang menarik melalui panca indera dan tidak memilih makanan berdasarkan nilai gizinya. Penelitian yang dilakukan oleh Wowor dkk (2018) pada pelajar di Sekolah sehingga mengancam kesehatan dari tiap individu yang ada termasuk mahasiswa sebagai seorang remaja. Karena itu, diperlukan pengetahuan gizi yang baik mengenai pola makan konsumsi gizi seimbang seperti mencukupi asupan sayur dan buah, mengonsumsi makanan bergizi seimbang sesuai isi piringku, membatasi gula, garam dan lemak, serta memastikan lauk yang dimasak matang dengan baik. Berdasarkan pengetahuan gizi tersebut, disertai dengan praktek yang benar, maka dapat memperkuat imunitas tubuh terhindar dari penularan Covid-19 tetapi juga penyakit lain (Kemenkes RI, 2020).

Dari total 71 responden yang telah dilakukan penelitian mengenai pengetahuan gizi Responden umumnya memiliki tingkat

pengetahuan baik dan kurang. Pengetahuan gizi baik yaitu sebanyak 53 orang (74,6%) dan tingkat pengetahuan gizi kurang yaitu sebanyak 18 orang (25,4%). Terdapat 15 pertanyaan pada kuesioner yang diberikan dan presentase pada setiap pertanyaan berbeda-beda. Presentase benar terbanyak yaitu pada pertanyaan nomor 6 mengenai salah satu sumber vitamin c dengan presentase benar 97,2% salah 2,8% dan presentase salah terbanyak yaitu pada pertanyaan nomor 1 mengenai pedoman Konsumsi makanan dengan komposisi lengkap dengan presentase benar 4,2% dan salah 95,8%.

Responden umumnya banyak mengetahui pertanyaan tentang sumber-sumber vitamin dilihat dari pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan sumber vitamin yaitu pada pertanyaan 6 sampai 8 dimana presentase jawaban benar lebih banyak daripada jawaban salah dan responden umumnya masih banyak yang belum mengetahui mengenai porsi-porsi yang dikonsumsi dalam sehari dilihat dari pertanyaan 3 sampai 5 dimana presentase jawaban salah lebih banyak daripada jawaban benar.

Berdasarkan tabel 7 diperoleh nilai hitung p-value $0,396 > 0,05$ yang berarti tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi. Hal ini mempunyai makna semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi tidak mempunyai arti dalam menunjukkan semakin baik juga status gizi mahasiswa. Dari 71 mahasiswa yang memiliki pengetahuan gizi baik dengan status gizi normal sebanyak 32 responden (45,1%) status gizi gemuk sebanyak 9 orang (12,7%) dan status gizi kurus sebanyak 12 orang (16,9%). Sedangkan dengan pengetahuan gizi kurang yang memiliki status gizi normal sebanyak 11 orang (15,5%), status gizi gemuk sebanyak 1 orang (1,4%) dan status gizi kurus sebanyak 6 orang (8,5%).

Analisis korelasi dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel yang diteliti yaitu pengetahuan gizi sebagai variabel independen dan status gizi sebagai variabel dependen dengan menggunakan uji chi square. Hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi diketahui dengan menggunakan kuesioner dan dikelompokkan dalam dua kategori pengetahuan gizi baik dan kurang. Tingkat pengetahuan gizi ditemukan hampir

seluruhnya dalam kriteria baik yaitu sebesar 74,6%.

Hal ini setara dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi dengan status gizi dimana nilai $p > 0,127 > 0,05$ (Riani T dkk) Mahasiswa yang memiliki tingkat pengetahuan gizi baik belum tentu menerapkan pola makan yang baik sehingga status gizinya dapat menjadi tidak baik. Status gizi adalah proses tubuh dalam mencerna dan mengonsumsi makanan serta penyerapan zat gizi yang dibedakan menjadi tiga status yaitu gizi baik, kurang dan lebih menurut Almtsier (seperti kutipan Roring dkk, 2020).

Status gizi merupakan cerminan dari akibat makanan yang diasup setiap hari. Asupan makanan merupakan faktor langsung yang mempengaruhi gizi, sedangkan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung. Menurut hasil pada tabel status gizi bahwa sebagian besar sampel memiliki status gizi normal sebanyak 43 orang (60,6%).

Hubungan pola makan terhadap status Gizi

Hasil penelitian pola makan dengan menggunakan metode food frequency menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki pola makan yang baik sebanyak 64 dari 71 responden dengan presentase 90,1% dan pola makan kurang baik dengan presentase 9,9%. Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa sebagian besar sampel yang diteliti memiliki pola makan yang baik sebanyak 16 orang dari 38 sampel dengan presentase 42,1%. (Riani E. Tiha dkk, 2016).

Pola makan yang berlebih dapat menjadi faktor terjadinya obesitas. Obesitas terjadi jika seseorang mengonsumsi kalori melebihi jumlah kalori yang dibakar. Pada hakikatnya, tubuh memerlukan asupan kalori untuk kelangsungan hidup dan aktivitas fisik, namun untuk menjaga berat badan perlu adanya keseimbangan antara energi yang masuk dan energi yang keluar. Keseimbangan energi yang terjadi dapat mengarah pada kelebihan berat badan dan obesitas (Riani T, 2016).

Berdasarkan tabel 8 diperoleh nilai hitung $0,038 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara pola makan dengan status gizi. Hubungan antara pola makan dengan status gizi terlihat bahwa semakin kurang

baik pola makan mahasiswa maka semakin besar kemungkinan untuk memiliki status gizi kurus dan lebih. Dari 71 mahasiswa yang memiliki pola makan baik yang memiliki status gizi normal sebanyak 39 responden (54,9%) status gizi gemuk sebanyak 7 orang (9,9%) dan status gizi kurus sebanyak 18 orang (25,4%). Sedangkan dengan pola makan kurang baik yang memiliki status gizi normal sebanyak 4 orang (5,6%), status gizi gemuk sebanyak 3 orang (4,2%) dan status gizi kurus sebanyak 0 orang (0,0%).

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agnes Grace (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi. Penelitian lain di Amerika yang menyatakan ada hubungan antara pola konsumsi dengan status gizi pada siswa remaja dengan total sampel sebanyak 48 responden. Pegujian data menggunakan analisis Chi Square dan Pspearman (Tombs, 2009). Pada dasarnya status gizi seseorang ditentukan berdasarkan konsumsi gizi dan kemampuan tubuh dalam menggunakan zat-zat gizi tersebut. Pola makan remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Remaja lebih menyukai makanan dengan kandungan natrium dan lemak yang tinggi tetapi rendah vitamin dan mineral. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa responden dengan status gizi lebih dan kurang didapat hasil responden lebih menyukai makanan cemilan dan fast food dibanding dengan makanan pokok yang seimbang dan dianjurkan untuk dikonsumsi sehari-hari, sehingga rasa suka yang berlebihan terhadap makanan tertentu menyebabkan kebutuhan gizi tidak terpenuhi dengan optimal.

Kebiasaan makan yang sering terlihat pada remaja antara lain makanan cemilan, melewati waktu makan terutama sarapan pagi, waktu makan tidak teratur, sering makan *fast food*, jarang mengonsumsi sayur, buah ataupun produk peternakan (*dairy food*) serta pemantauan berat badan yang salah pada remaja putri. Hal tersebut dapat mengakibatkan asupan makanan tidak sesuai kebutuhan dan gizi seimbang dengan akibatnya gizi kurang atau lebih (Irianto, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar sampel memiliki status gizi normal sebanyak 43 orang (60,6%). Hal ini

setara dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agnes G, 2017) mayoritas mahasiswa TPB SBM –ITB memiliki status gizi normal dengan presentase 62,03%. Status gizi merupakan salah satu faktor terpenting dalam pembentukan kesehatan. Status gizi adalah suatu keadaan yang disebabkan oleh keseimbangan antara penyerapan zat gizi tubuh. Status gizi sangat diperoleh oleh asupan makanan. Penggunaan zat gizi dalam tubuh dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu primer dan sekunder. Faktor primer adalah kondisi yang mempengaruhi asupan makanan karena komposisi makanan yang dikonsumsi tidak tepat dan faktor sekunder adalah zat gizi yang tidak memenuhi kebutuhan tubuh karena terganggunya penggunaan zat gizi tubuh (Candra, 2020).

KESIMPULAN

1. Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi selama pandemi covid-19 dengan status gizi mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes kemenkes Makassar.
2. Ada hubungan antara pola makan dengan status gizi mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes kemenkes Makassar

SARAN

1. Tingkat pengetahuan gizi setiap mahasiswa perlu dipertahankan agar dapat memberikan informasi pada remaja dan mengaplikasikannya dengan harapan status gizi yang baik tercapai.
2. Mahasiswa perlu memperhatikan mengenai pedoman Konsumsi makanan dengan komposisi lengkap dan porsi yang sesuai
3. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti tentang faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti variabel aktifitas fisik, ekonomi dan faktor lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Gugus Covid, (2021) 'Dengan Instrumen Penelitian Berupa', *Hubungan Pengetahuan Dengan Pola Hidup Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Ums 2018 Sebelum Dan Selama Pandemi*, Pp. 47–58.

Selaindoong, S. J. Dll. (2020) 'Description Of Nutrition Knowledge Of Fourth Semester Students Of The

Faculty Of Public Health, Sam Ratulangi University During The Social Restrictions In Covid-19 Pandemic', *Jurnal Kesmas*, 9(6), Pp. 8–16.

Unimush. (2011) 'Pola Makan, Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan', Pp. 1–14.

Tanti, M. Y. (2013) *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kebiasaan Makan Peserta Didik Kelas Xi Jasa Boga SMKN 6 Yogyakarta, Skripsi*.

Ughude, R., Kapantow, N. and Amisi, M. (2021) 'Gambaran Pola Makan Mahasiswa Fkm Unsrat Semester Iv Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19', *Kesmas*, 10(2), pp. 98–106.

Levani, Prastya and Mawaddatunnadila (2021) 'Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Patogenesis, Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi', *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 17(1), pp. 44–57. Available at: <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK/article/view/6340>.

Nasruddin, R. and Haq, I. (2020) 'Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dan Masyarakat Berpenghasilan Rendah', *SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*, 7(7). doi: 10.15408/sjsbs.v7i7.15569.

Raming, C. J. E. dll. (2021) 'Asupan Energi dan Status Gizi Mahasiswa Saat Pandemi COVID-19', *Jurnal Biomedik (Jbm)*, 13(2), p. 175. doi: 10.35790/jbm.13.2.2021.31776.

Romadhoni, W. N. Dll. (2020) 'Pentingnya Pola Makan Bergizi Dan Seimbang Di Era Pandemi Covid-19', *Pentingnya Pola Makan Bergizi Dan Seimbang Di Era Pandemi Coromadhoni, W. N., Sari, D. P., Serafina, M., Ginting, B., Mahendra, R. I., Khoiriyah, T., Semarang, U. N. (2020). Pentingnya Pola Makan Bergizi Dan Seimbang Di Era Pandemi Covid-19*. 1(2), Pp. 2–6.

Syarifudin, A. (2020) 'Menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2022', 2507(February), pp. 1–9.

Susanti, R. and Sri, N. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Mahasiswa Dengan Perilaku Pencegahan Penyebaran

- Virus Covid-19', *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), pp. 160–166.
- Sagala, C. O. and Noerfitri, N. (2021) 'Hubungan Pola Makan dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Gizi Lebih Mahasiswa STIKes Mitra Keluarga', *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 13(1), pp. 22–27. doi: 10.52022/jikm.v13i1.152.
- Tiha, Riani E, Legi, Nonce and Walalangi, Rivolta G. (2016). "Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan dengan Status Gizi Pasa Ibu di Desa Pahaleten Kecamatan Kakas". *Gizido*.
- Wulandari, A. *et al.* (2021) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Universitas Ibn Khaldun Bogor The Relationship Between The Level Of Nutritional Knowledge And Nutritional Status At Ibn Khaldun University Bogor', *TROPHICO: Tropical Public Health Journal*. Pp.18–21.

LAMPIRAN

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar

Jenis kelamin	n	%
Laki-laki	15	21,1
Perempuan	56	78,9
Total	71	100

Sumber : Data Primer, 2022

Pada tabel 1 Jenis kelamin responden sebagian besar yaitu perempuan sebanyak 56 orang (78,9%) dan laki-laki sebanyak 15 orang (21,1%).

Tabel 2
Distribusi Responden Berdasarkan Umur Pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar

Umur	n	%
18 tahun	46	64,8
19 tahun	21	29,6
20 tahun	4	5,6
Total	71	100

Sumber : Data Primer, 2022

Pada tabel 2 umur responden berada pada rentang umur 18 sampai 20 tahun. Sebagian besar responden berumur 18 tahun dengan jumlah 46 orang (64,8%), dan yang paling sedikit berumur 20 tahun dengan jumlah 4 orang (5,6%).

Variabel penelitian .

Tabel 3
Distribusi responden berdasarkan nilai pengetahuan pada mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar

Kategori	N	%
Baik	53	74,6
Kurang	18	25,4
Total	71	100

Sumber : Data primer, 2022

Responden dengan tingkat pengetahuan gizi baik yaitu sebanyak 53 orang (74,6%) dan tingkat pengetahuan gizi kurang yaitu sebanyak 18 orang (25,4%).

Tabel 4
Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan Pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar

Kategori	n	%
Baik	64	90,1
Kurang	7	9,9
Total	71	100

Sumber : Data Primer 2022

Responden umumnya memiliki pola makan baik dan kurang. Pola makan baik sebanyak 64 orang (90,1%) dan pola makan kurang sebanyak 7 orang (9,9%)

Tabel 5
Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar

Kategori	n	%
Kurus	18	25,4
Normal	43	60,6
Gemuk	10	14
Total	71	100

Sumber : Data Primer, 2022

Pada tabel di atas responden umumnya memiliki status gizi normal sebanyak 43 orang (60,6%), sedangkan responden dengan status gizi kurus sebanyak 18 orang (25,4%) dan responden dengan status gizi gemuk sebanyak 10 orang (14,1%).

Tabel 6
Gambaran Pengetahuan Gizi Terhadap Status Gizi Pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar

Pengetahuan gizi	Status gizi						Total		p-value
	Kurus		Normal		Gemuk		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Baik	12	16,9	32	45,1	9	12,7	53	74,6	0,396
Kurang	6	8,5	11	15,5	1	1,4	18	25,4	
Total	18	25,4	43	60,6	10	14,1	71	100	

Sumber : Data Primer, 2022

Hasil uji hubungan antara pengetahuan gizi terhadap status gizi dengan menggunakan uji chi-square didapatkan nilai *p-value* 0,396. Oleh karena itu $p\text{-value } 0,396 > \alpha (0,05)$ sehingga disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan status gizi pada mahasiswa.

Tabel 7
Gambaran Pola Makan Terhadap Status Gizi Pada
Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes
Kemenkes Makassar

Pola makan	Status gizi						Total	p-value	
	Kurus		Normal		Gemuk				
	n	%	n	%	n	%	n		%
Baik	18	25,4	39	54,9	7	9,9	64	90,1	0,038
Kurang	0	0	4	5,6	3	4,2	32	45,1	
Total	18	25,4	43	60,6	10	14,1	71	100	

Sumber : Data Primer, 2022

Hasil uji hubungan antara pola makan terhadap status gizi dengan menggunakan uji chi-square didapatkan nilai *p-value* 0,038. Oleh karena itu $p\text{-value } 0,38 < \alpha (0,05)$ sehingga disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi pada mahasiswa