

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG GIZI
DAN MAKANAN DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWA
PENDERITA GIZI LEBIH DI FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Oleh :
Kauni Nur Islami
16511247008

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, tingkat pengetahuan tentang gizi dan makanan, pola makan, hubungan antara tingkat pengetahuan tentang gizi dan makanan dengan pola makan pada mahasiswa penderita gizi lebih di Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah mahasiswa FT Universitas Negeri Yogyakarta angkatan 2014-2018 dengan IMT \geq 25,0, jenjang S1 dan D3 dengan jumlah populasi 80 mahasiswa. Pengambilan sampel penelitian sebanyak 50 responden dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen tes pengetahuan sebanyak 40 item, angket *food recall* selama 3 hari dan *food frequency* selama 7 hari. Validitas instrumen berupa tes dan angket dilakukan dengan *expert judgment* dan dilanjutkan dengan analisis menggunakan program SPSS versi 24. Analisis data dilakukan dengan statistik korelasi *product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1)Tingkat pengetahuan *tentang* gizi dan makanan pada mahasiswa penderita gizi lebih di Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta menunjukkan 32 responden (64%) termasuk kategori tinggi, kategori cukup 18 responden (36%) dan tidak ada yang berada pada kategori rendah. 2) Pola makan pada mahasiswa penderita gizi lebih di Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta menunjukkan bahwa 27 responden (54%) kategori baik, 23 responden (46%) kategori cukup dan tidak ada responden dengan pola makan kurang. Tingkat konsumsi karbohidrat yang berada pada kategori baik 17 responden (34%), kategori cukup 2 responden (4%), tidak terdapat kategori sedang dan buruk, 31 responden (62%) melebihi dari angka kecukupan karbohidrat. Tingkat konsumsi protein pada semua responden melebihi dari angka kecukupan protein. Tingkat konsumsi lemak pada kategori baik 9 responden (18%), kategori cukup 9 responden (18%), kategori sedang 6 responden (12%) dan tidak terdapat kategori buruk terhadap responden, 26 responden (52%) melebihi dari angka kecukupan lemak. Tingkat kecukupan kalori pada kategori baik 9 responden (18%), kategori cukup 2 responden (4%), tidak terdapat kategori sedang dan buruk, 39 responden (78%) melebihi dari angka kecukupan kalori. 3) Ada hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat pengetahuan tentang gizi dan makanan dengan pola makan pada mahasiswa penderita gizi lebih dengan nilai $r = 0,545$ dan $R^2 = 29,7\%$.

Kata kunci: pengetahuan, gizi dan makanan, pola makan, gizi lebih, mahasiswa

**CORRELATION BETWEEN KNOWLEDGE LEVELS OF NUTRITION
AND FOOD WITH DIETARY HABIT FOR OVERNUTRITION
STUDENTS IN FACULTY OF ENGINEERING
YOGYAKARTA STATE UNIVERSITY**

By :
Kauni Nur Islami
16511247008

ABSTRACT

This study aims to determine the level of knowledge about nutrition, dietary habit, and the correlation between them for over nutrition students in Faculty of Engineering, Yogyakarta State University.

This research is a correlational study. The study population was students of the 2014-2018 Yogyakarta State University with a BMI ≥ 25.0 , Undergraduate and Associate degree with a population of 80 students. Sampling of as many as 50 respondents was carried out using purposive sampling method. Data collection techniques used as many as 40 items of knowledge test instruments, food recall questionnaire for 3 days and food frequency for 7 days. The validity of the instrument in the form of tests and questionnaires was carried out with expert judgment and continued with analysis using SPSS version 24. Data analysis was performed with product moment correlation statistics.

The results showed that: 1) The level of knowledge about nutrition and food for students with over nutrition at the Faculty of Engineering Yogyakarta State University showed 32 respondents (64%) included in the high category, sufficient categories of 18 respondents (36%) and none were in the category low. 2) The dietary habit of students with over nutrition at the Faculty of Engineering, Yogyakarta State University showed that 27 respondents (54%) are in the good category, 23 respondents (46%) are in the adequate category and there are no respondents with a poor diet. The level of carbohydrate consumption that is in the good category 17 respondents (34%), adequate categories 2 respondents (4%), there are no medium and bad categories, 31 respondents (62%) exceed the carbohydrate adequacy rate. The level of protein consumption in all respondents exceeds the protein adequacy rate. The level of fat consumption in the good category is 9 respondents (18%), the sufficient category is 9 respondents (18%), the medium category is 6 respondents (12%) and there is no bad category for respondents, 26 respondents (52%) exceed the fat adequacy rate. Calorie adequacy level in the good category 9 respondents (18%), sufficient categories 2 respondents (4%), there are no medium and bad categories, 39 respondents (78%) exceed the calorie adequacy rate. 3) There is a positive and significant relationship between the level of knowledge about nutrition and food with dietary habit in students with over nutrition with $r = 0.545$ and $R^2 = 29.7\%$.

Keywords: knowledge, nutrition and food, diet, over nutrition students