HUBUNGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 GIZI STIKES MITRA KELUARGA

SKRIPSI

Oleh :
Amaliafani Puspitadewi
NIM. 201902001

PROGRAM STUDI S1 GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA
BEKASI
2023

HUBUNGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 GIZI STIKES MITRA KELUARGA

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi (S.Gz)

Oleh :
Amaliafani Puspitadewi
NIM. 201902001

PROGRAM STUDI S1 GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA
BEKASI
2023

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini, saya yang bernama:

Nama : Amaliafani Puspitadewi

NIM : 201902001

Program Studi : S1 Gizi

menyatakan bahwa Skripsi dengan judul "Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga" adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan bebas dari plagiat.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Bekasi, 26 Juni 2023

Amaliafani Puspitadewi

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang disusun oleh:

Nama : Amaliafani Puspitadewi

NIM : 201902001

Program Studi : S1 Gizi

Judul : "Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga"

Telah diujikan dan dinyatakan lulus dalam sidang Skripsi di hadapan Tim Penguji pada tanggal 26 Juni 2023.

Ketua Penguji

(Guntari Prasetya, S.Gz., M.Sc)

NIDN. 0307018902

Anggota Penguji I

(Tri Marta Fadhilah, S.Pd., M.Gizi)

NIDN. 0315038801

Anggota Penguji II

(Arindah Nur Sartika, S.Gz., M.Gizi)

NIDN. 0316089301

Mengetahui,

Koordinator Program Studi S1 Gizi

STIKes Mitra Keluarga

(Arindah Nur Sartika, S.Gz., M.Giz)

NIDN. 0316089301

KATA PENGANTAR

Dengan mengucap syukur kehadirat Allah SWT karena hanya dengan limpahan rahmat serta karunia-Nya penulis mampu menyelesaikan Skripsi yang berjudul "Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga" dengan baik. Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana gizi (S.Gz). Dengan terselesaikannya Skripsi ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Susi Hartati, S.Kp., M.Kep., Sp. Kep. An selaku Ketua STIKes Mitra Keluarga yang telah memberikan saya kesempatan menuntut ilmu di STIKes Mitra Keluarga
2. Ibu Arindah Nur Sartika, S.Gz., M.Gizi selaku Koordinator Program Studi S1 Gizi dan sebagai dosen pembimbing skripsi yang dengan baik membimbing, mencurahkan waktu dan senantiasa memberi arahan selama penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Noerfitri, SKM, MKM selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan motivasi dalam proses penyusunan Skripsi.
4. Ibu Guntari Prasetya, S.Gz, M.Sc dan Ibu Tri Marta Fadhilah, S.Pd., M.Gizi selaku dosen penguji skripsi saya yang telah memberikan saran, kritik, motivasi guna penyempurnaan penulisan skripsi ini.
5. Seluruh staf Dosen Program Studi S1 Gizi yang telah mendidik dan mengajarkan berbagai ilmu yang bermanfaat kepada penulis selama mengikuti pendidikan di STIKes Mitra Keluarga.
6. Kedua orang tua yang selama ini telah banyak memberikan dorongan dan kasih sayang, serta semangat juang yang besar dengan hati yang ikhlas dalam memenuhi segala kebutuhan penulis selama penyusunan Proposal Skripsi ini.

7. Sahabat-sahabat saya Insan, Nandhi, Laily, Vini, Aul yang telah memberikan dukungan dan semangat serta menjadi tempat berkeluh kesah selama proses penulisan skripsi ini
8. Teman-teman seperjuangan Gizi angkatan 2019 dan semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu atas semangat dan motivasi yang diberikan selama proses penulisan skripsi.
9. Pihak-pihak yang terkait dengan penelitian, yang bersedia dan telah mengizinkan saya melakukan penelitian untuk skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penulisan Skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis membuka diri untuk kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi semua.

Bekasi, 26 Juni 2023

Penulis

HUBUNGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 GIZI STIKES MITRA KELUARGA

Amaliafani Puspitadewi
NIM.201902001

ABSTRAK

Pendahuluan: Masa dewasa awal adalah masa terjadi adanya perubahan komposisi tubuh dan kebutuhan gizi. Kebutuhan gizi pada usia dewasa mengalami perubahan sesuai dengan kelompok usia individu. Peran gizi pada usia dewasa penting untuk pencegahan penyakit dan peningkatan kualitas hidup yang lebih sehat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga.
Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*. Jumlah sampel sebanyak 101 mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga yang dipilih menggunakan teknik *Consecutive Sampling.* Pengumpulan data menggunakan F*ood Choice Questionnaire* (FCQ). Data tersebut dianalisis dengan uji *Chi-Square*.
Hasil: Sebanyak 60,4% mahasiswa memiliki status gizi normal diketahui p-value = 0,002 (p<0,05) dengan *Odds Ratio* sebesar 5,393.
Kesimpulan: Kesimpulan penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga.

Kata Kunci: Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan, Status Gizi, Dewasa Awal

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE BEHAVIOR OF CHOOSING SNACKS WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS OF THE NUTRITION STUDY PROGRAM S1 STIKES MITRA KELUARGA

ABSTRACT

Early adulthood is a time of changes in body composition and nutritional needs. Nutritional needs in adulthood change according to the age group of the individual. The role of nutrition in adulthood is important for disease prevention and improving the quality of a healthier life. This study aims to analyze the relationship between the behavior of choosing snacks with the nutritional status of students of the S1 Nutrition study program at STIKes Mitra Keluarga. The research method used was quantitative with a Cross Sectional design. The research sample was students of the S1 Nutrition study program at STIKes Mitra Keluarga using consecutive sampling technique. Data were collected using a food choice questionnaire (FCQ). The results of the bivariate analysis using the chi-square test showed that the p-value = 0.002 (p <0.05). The conclusion is that there is a significant relationship between the behavior of choosing snacks and the nutritional status of students of the S1 Nutrition study program at STIKes Mitra Keluarga.

***Key words**: Selection of Snacks, Nutritional Status, Earlu Adullthood*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS III
HALAMAN PENGESAHAN IV
KATA PENGANTAR V
ABSTRAK VII
ABSTRACT VIII
DAFTAR ISI IX
DAFTAR TABEL X
DAFTAR GAMBAR XI
DAFTAR LAMPIRAN XII
ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN XIII
BAB I PENDAHULUAN 14
A .Latar Belakang 14
B. Perumusan Masalah 16
C. Tujuan Penelitian 16
D. Manfaat Penelitian 17
E. Keaslian Penelitian 18
BAB II TELAAH PUSTAKA 20
A.Tinjauan Pustaka 20
B. Kerangka Teori 36
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN 37
A. Kerangka Konsep Penelitian 37
B. Hipotesis Penelitian 37
BAB IV METODE PENELITIAN 38
A. Desain Penelitian 38
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 38
C. Populasi dan Sampel 38
D. Variabel Penelitian 40
E. Definisi Operasional 41
F. Instrumen Penelitian 44
G. Alur Penelitian 45
H. Pengolahan dan Analisa Data 46
I. Etika Penelitian 48
BAB V HASIL PENELITIAN 50
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 50
B. Analisis Univariat 50
C. Analisis Bivariat 54
BAB V PEMBAHASAN 56
A. Gambaran Karakteristik Responden 56
B. Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi 58
C. Keterbatasan Penelitian 59
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN 60
DAFTAR PUSTAKA 62
LAMPIRAN 66

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian 18
Tabel 2. 1 Kategori Kategori Status Gizi Berdasarkan IMT Menurut P2PTM Kemenkes RI 36
Tabel 4.1 Besar Minimal Sampel 41
Tabel 4. 2 Definisi Operasional 42
Tabel 4. 3 Analisis Univariat dan Bivariat 48
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden 51
Tabel 5. 2 Karakteristik Responden 52
Tabel 5. 3 Sebaran Pemilihan Makanan Jajanan 53
Tabel 5. 4 Sebaran Status Gizi 54
Tabel 5. 5 Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi ..55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori 37
Gambar 3.1 Kerangka Konsep 37
Gambar 4. 1 Alur Penelitian 45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent 66
Lampiran 2 Lembar Persetujuan 69
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian 70
Lampiran 4 Kuesioner Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan 73
Lampiran 5 Hasil Data Karakteristik Responden 76
Lampiran 6 Hasil Data Pemilihan Makanan Jajanan 77
Lampiran 7 Hasil *Output* SPSS 78
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian 81
Lampiran 9 Surat Pengantar Penelitian Utama 82
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian 84

ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

KEP : Kekurangan Energi Protein
AKG : Angka Kecukupan Gizi
PGS : Pesan Gizi Seimbang
FAO : Food and Agricultural Organization
BPOM :Badan Pengawasan Obat dan Makanan
TCM : Traditional Chinese Medicine
IMT : Indeks Massa Tubuh
FCQ : Food Choice Questionnaire

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa dewasa awal adalah masa terjadi adanya perubahan komposisi tubuh dan kebutuhan gizi. Kebutuhan gizi pada usia dewasa mengalami perubahan sesuai dengan kelompok usia individu. Peran gizi pada usia dewasa penting untuk pencegahan penyakit dan peningkatan kualitas hidup yang lebih sehat. Namun, periode ini seringkali rentan terhadap pembatasan asupan makanan karena jadwal aktivitas yang padat, dan individu seringkali baru menyadari pentingnya kesehatan tubuh ketika mereka sedang mengalami masalah kesehatan (Anjani, 2013). Menurut WHO (2018) usia 15-24 tahun merupakan masa transisi usia remaja menuju dewasa. Seseorang berada dalam tahap transisi dari remaja ke dewasa, dan perilaku cenderung berubah yang merupakan usia kritis untuk perkembangan (Bonnie *et al*., 2015)

Di Indonesia isu gizi masih menjadi tantangan yang belum sepenuhnya teratasi, baik dalam kasus gizi kurang maupun gizi lebih. Keadaan di mana seseorang memiliki berat badan di bawah normal (*underweight*), berat badan berlebih *(overweight*), dan obesitas memiliki dampak negatif terhadap beban penyakit secara global (WHO, 2015). Overweight dan obesitas merujuk pada akumulasi lemak berlebih dalam tubuh yang berkontribusi pada masalah kesehatan (Praditasari dan Sumarnik, 2018). Menurut hasil Riskesdas (2013), prevalensi obesitas pada populasi dewasa di Indonesia sebesar 15,4%, dengan prevalensi obesitas pada pria dewasa sebesar 19,7% dan pada wanita dewasa sebesar 32,9% (Kemenkes, 2013). Di Jawa Barat, prevalensi gizi lebih pada populasi dewasa mencapai 26,9%, dengan prevalensi obesitas tertinggi di Kota Bekasi mencapai 34,03% dari total kasus obesitas di Jawa Barat sebesar 8,45% (Kesehatan RI, 2018).

Status gizi mencerminkan kondisi tubuh yang dipengaruhi oleh pola makan dan pemanfaatan zat gizi dari makanan dalam jangka waktu yang panjang. Penilaian status gizi dapat dilakukan melalui penggunaan indeks massa tubuh (IMT) atau Body Mass Index (BMI), yang merupakan metode sederhana untuk memantau kekurangan atau kelebihan berat badan pada orang dewasa. Kelebihan berat badan (*overweight*) dan obesitas meningkatkan risiko penyakit degeneratif, sedangkan kekurangan berat badan (*underweight)* meningkatkan risiko penyakit infeksi (Bening, 2014).

Perilaku pemilihan makanan jajanan sering dikaitkan dengan status gizi, disarankan untuk makan makanan ringan dua atau tiga kali setiap hari, dengan kontribusi energi 50-100 kkal per porsi (Chung *et al*., 2013). Kontribusi makanan jajanan terhadap asupan energi mencapai lebih dari 300 kkal/hari, energi yang diperoleh dari makanan jajanan tersebut memiliki pengaruh positif terhadap kondisi gizi individu (Harvi dkk, 2017). Salah satu aspek penting dari kebiasaan jajan adalah pemilihan jajanan. Tiap individu memiliki berbagai pertimbangan yang berkaitan dengan apa yang mereka pilih dan konsumsi. Adapun faktor yang memengaruhi perilaku dapat berasal dari internal maupun eksternal. Faktor internal terdiri dari pengetahuan, terutama tentang gizi, kecerdasan, persepsi, dan emosi, sedangkan faktor eksternal terdiri dari lingkungan, budaya, dan motivasi (Rivani, Zain, dan Indah, 2015).

Mahasiswa yang belajar dalam bidang kesehatan perlu mengadopsi gaya hidup sehat agar mendapatkan kepercayaan dari masyarakat sebagai representasi dari tenaga kesehatan (Puspasari, 2020). Pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat mempengaruhi perilaku, dan pengetahuan tentang gizi sangat penting bagi individu atau masyarakat karena kesalahan dalam memilih makanan dapat berdampak negatif pada kesehatan (Laenggeng, 2015). Bentuk, rasa, aroma, dan harga makanan jajanan sangat beragam. Makanan jajanan yang sehat, diolah dan dikemas dengan aman, memiliki daya tarik sendiri bagi masyarakat (Ranie, 2015). Menurut penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kesehatan

di India dan Malaysia, tingkat kelebihan gizi mencapai 30,1% (Gudegowda et al., 2018; Labban, 2014).

Berdasarkan uraian hal-hal di atas, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana hubungan perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi di STIKes Mitra Keluarga. Mahasiswa program studi S1 Gizi memiliki keahlian dalam bidang gizi yang didapat melalui pendidikan yang mereka jalani dengan pengetahuan yang mereka miliki dalam mata kuliah gizi memberikan dasar yang kuat untuk memahami konsep gizi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Peneliti memilih lokasi STIKes Mitra Keluarga sebagai lokasi penelitian karena reputasinya sebagai perguruan tinggi yang berkualitas dan telah terakreditasi dengan predikat Sangat Baik. STIKes Mitra Keluarga berlokasi di daerah perkotaan yang diharapkan dapat mewakili populasi mahasiswa usia dewasa awal di Kota Bekasi. Keberadaan lokasi yang strategis ini juga akan mendukung kelancaran pelaksanaan penelitian.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

Bagaimana hubungan perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan ntuk menganalisis hubungan perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga.

2. Tujuan Khusus

Secara khusus tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Mendeskripsikan karakteristik meliputi usia, jenis kelamin, uang saku, tempat makan, teman makan, frekuensi makan di luar dalam seminggu pada mahasiswa Program Studi STIKes Mitra Keluarga.
b. Untuk menganalisis perilaku pemilihan makanan jajanan mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga.
c. Untuk menganalisis status gizi pada mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga
d. Untuk menganalisis hubungan perilaku pemilihan makanan jajanan terhadap status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hubungan antara perilaku pemilihan makanan jajanan dan status gizi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan Ilmu Gizi program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga serta memberikan referensi dalam perilaku memilih makanan jajanan untuk meningkatkan kualitas status gizi pada mahasiswa STIKes Mitra Keluarga.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan informasi, meningkatkan pengetahuan, dan pengalaman dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya gizi untuk bahan penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keahlian Penelitian

No	Penelitian Sebelumnya			Desain	Hasil	Keterangan
	Nama	Tahun	Judul			
1.	Rifka Triasari	2015	Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Jajanan Aman Dengan Perilaku Memilih Jajanan Pada Siswa Kelas V SD Negeri Cipayung 2 Kota Depok	*cross sectional*	-Terdapat hubungan antara pengetahuan mengenai jajanan aman dengan perilaku memilih jajanan dengan perolehan *p Value* = 0.000 dan nilai r = 0.471 - Terdapat hubungan bermakna namun berkekuatan lemah antara sikap mengenai jajanan aman dengan perilaku memilih jajanan dengan perolehan *p Value* = 0.015 dan nilai r = 0.273	Lokasi penelitian dilakukan di SD Negeri Cipayung 2 Kota Depok yang terletak di JL. Raya Cipayung Kota Depok. Dilakukan pada 13 mei 2015
2.	Nurohma Hestiani	2014	Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Siswa Kelas X Program Keahlian Tata Boga SMK Negeri 1 Sewon Yogyakarta	*cross sectional*	Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pengetahuan gizi dengan perilaku pemilihan makanan jajanan di mana nilai r hitung lebih besar pada taraf signifikan 5% dan nilai signifikan sebesar 0,000, yang berarti kurang dari 0,05 (0,000<0,05)	Tempat penelitian di SMK Negeri 1 Sewon Yogyakarta pada bulan Februari 2013 sampai dengan bulan Mei 2014

No	Penelitian Sebelumnya			Desain	Hasil	Keterangan
	Nama	Tahun	Judul			
3.	CH. Hilda Wihida	2013	Hubungan Pengetahuan Memilih Makanan Jajanan dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di SDN Karangasem 3 Surakarta	*cross sectional*	- Tidak ada hubungan antara pengetahuan memilih makanan jajanan dengan status gizi siswa sekolah dasar di SDN Karangasem 3 Surakarta. -Tidak ada hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi siswa sekolah dasar di SDN Karangasem 3 Surakarta.	Tempat penelitian di SDN Karangasem 3 Surakarta selama bulan Desember 2012 sampai Juni 2013
4.	Abd. Hakim Laenggeng & Yance Lumalang	2015	Hubungan Pengetahuan Gizi dan Sikap Memilih Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Siswa SMP Negeri 1 Palu	*cross sectional*	-Terdapat hubungan yang sangat rendah antara pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan jajanan dengan status gizi, nilai (R = 0,131) -Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan jajanan dengan status gizi karena Fhitung < Ftabel. maka Ha ditolak dan Ho diterima	Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Palu

BAB II
TELAAH PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Dewasa Awal

a. Definisi Dewasa Awal

Masa dewasa awal adalah fase di mana seseorang telah menyelesaikan tahap pertumbuhan dan mencapai kematangan dalam berbagai aspek kehidupan, baik secara fisik maupun sosial. Pada periode ini, individu telah mencapai kedewasaan dalam hal perkembangan fisik yang mencakup pertumbuhan tubuh dan perubahan hormonal, serta kedewasaan sosial yang melibatkan kemampuan untuk berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan sosial.(Ajhuri, 2019).

b. Faktor yang Memmengaruhi Keadaan Gizi Dewasa Awal

Menurut Damayanti, Pritasari, dan Lestari (2017) faktor yang memengaruhi keadaan gizi dewasa awal, sebagai berikut:

1) Perubahan Fisiologis dan Psikologis

Setelah mencapai usia dewasa, pertumbuhan berhenti dan tubuh mencapai tingkat keseimbangan yang stabil dan statis. Sepanjang hidup, bagian-bagian tubuh tetap seimbang dan melakukan fungsinya. Semua komponen penting tubuh berada dalam kondisi yang relatif konstan, meskipun beberapa jaringan tubuh bekerja lebih aktif daripada yang lain. Metabolisme karbohidrat, lemak, dan terutama protein menunjukkan konsep keseimbangan dinamis ini. Tingkat pemecahan protein tubuh dan sintesis jaringan protein diimbangi untuk mencapai tingkat kestabilan metabolik tubuh orang dewasa. Pada usia dewasa, tingkat pemecahan jaringan protein cenderung secara bertahap melampaui tingkat sintesisnya.

2) Komposisi Tubuh

Komposisi tubuh individu dewasa berbeda tergantung pada jenis kelamin, berat badan, dan usia. Massa tubuh tanpa lemak *lean body mass* (LBM) pria biasanya lebih besar daripada wanita berkiar antara (30%-65% berat badan), sementara kompartemen lemak tubuh wanita cenderung lebih besar (14%-30% berat badan). Persentase lemak tubuh yang lebih tinggi biasanya ditemukan pada individu yang mengonsumsi makanan tinggi lemak dan tidak banyak berolahraga. Kompartemen mineral sebesar (5%–6% berat badan), dan kompartemen air rata-rata 20% berat badan totsl.

3) Pematangan Fisiologis

Kemampuan tubuh, seperti kematangan seksual dan kemampuan reproduksi, telah berkembang sempurna. Pada usia dewasa, kemampuan reproduksi laki-laki biasanya berlangsung selama beberapa tahun, sementara kemampuan reproduksi perempuan berakhir setelah mencapai masa menopause, sekitar usia lima puluh tahun. Pada fase ini, terjadi penurunan bertahap dalam jumlah sel tubuh, disertai dengan penurunan metabolisme seluruh tubuh dan fungsi organ tubuh yang utama.

4) Pematangan Psikososial

Perkembangan psikososial dan pola perilaku seseorang mengalami perubahan saat dewasa sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan yang berbeda. Makanan tidak hanya berfungsi sebagai pemenuhan nutrisi untuk pertumbuhan fisik dan pemeliharaan jaringan, tetapi juga memiliki hubungan dengan perkembangan psikososial individu.

c. Kebutuhan Gizi Dewasa Awal

Kebutuhan gizi orang dewasa bervariasi sesuai dengan faktor-faktor seperti usia, tinggi badan, berat badan, jenis kelamin, dan aktivitas fisik (Almatsier dkk., 2013). Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan gizi harus disesuaikan dengan kebutuhan individu. Pemenuhan tercantum dalam pesan gizi seimbang (Kemenkes, 2014), sebagai berikut:

1) Syukuri dan nikmati aneka ragam makanan

   Keanekaragaman jenis makanan yang di konsumsi memiliki pengaruh terhadap kualitas dan kelengkapan zat gizi. Untuk menjaga keseimbangan gizi, disarankan untuk mengkonsumsi berbagai jenis makanan. Prinsip yang dapat diterapkan adalah mengkonsumsi lima kelompok makanan setiap hari atau setiap makan, yaitu makanan pokok, lauk pauk, sayuran, buah-buahan, dan minuman. Lebih baik jika mengkonsumsi lebih dari satu jenis makanan dalam setiap kelompok tersebut. Selain itu, penting untuk selalu bersyukur dan menikmati makanan yang di konsumsi.

2) Banyak makan sayuran dan cukup buah-buahan

   Sayuran dan buah-buahan mengandung vitamin, mineral, dan serat pangan. Mengkonsumsi banyak sayuran dan buah-buahan adalah salah satu cara mudah untuk menjaga asupan gizi Anda seimbang. Sayuran dan buah-buahan berfungsi sebagai antioksidan, menjaga tekanan darah, kadar gula, dan kolesterol tetap norma. Orang dewasa disarankan mengkonsumsi 400-600 gram buah-buahan dan sayuran setiap hari.

3) Mengkonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi

   Lauk pauk terdiri dari makanan hewani dan nabati. Pangan hewani meliputi daging (seperti sapi, kambing, rusa, dll.), daging unggas (seperti ayam, bebek, dll.), ikan, dan makanan laut. Pangan nabati meliputi kacang-kacangan dan produk olahannya, seperti kedelai, tahu, tempe, dll. Untuk menjaga keseimbangan

gizi, kedua kelompok makanan ini harus di konsumsi bersama dengan kelompok makanan lain setiap hari. Hal ini akan memaksimalkan jumlah dan kualitas zat gizi yang di konsumsi. Disarankan bagi orang dewasa untuk mengkonsumsi dua hingga empat porsi makanan hewani dan nabati setiap hari.

4) Biasakan mengkonsumsi aneka ragam makanan pokok

   Mengkonsumsi makanan yang beragam dalam satu hari merupakan cara untuk memperkaya aneka ragam pola konsumsi makanan pokok.

5) Batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak

   Konsumsi gula harian orang dewasa sebaiknya tidak melebihi empat sendok makan, sementara natrium sebaiknya dibatasi hingga satu sendok teh dan lemak atau minyak sebaiknya tidak melebihi lima sendok makan. per hari.

6) Biasakan sarapan

   Sarapan penting untuk memenuhi antara lima belas hingga tiga puluh persen kebutuhan gizi harian. Tidak sarapan pada orang dewasa dapat berisiko terjadinya kegemukan, sementara konsumsi serat yang cukup dapat mengurangi kecenderungan untuk memilih jajan yang tidak sehat. Memulai hari dengan sarapan yang sehat membantu mempersiapkan tubuh untuk berpikir, bekerja, dan menjalani aktivitas fisik, serta menghindari makan berlebihan sebelum makan siang.

7) Biasakan minum air putih yang cukup dan aman

   Air memiliki peran penting dalam tubuh, antara lain sebagai media transportasi zat gizi dan pembuangan sisa metabolisme, pengatur suhu tubuh, pelarut, serta pembentuk komponen sel dan organ. Ketidakseimbangan cairan tubuh dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit dan gangguan seperti konstipasi, infeksi saluran kemih, batu saluran kemih, gangguan ginjal, dan obesitas.

Oleh karena itu, disarankan untuk mengkonsumsi dua liter atau delapan gelas air setiap hari.

8) Biasakan membaca label pada kemasan

Disarankan untuk membaca label pada kemasan makanan, termasuk informasi tentang kandungan gizi dan tanggal kadaluwarsa, karena hal ini dapat membantu pembeli dalam mengetahui komposisi bahan yang terkandung di dalamnya dan juga memperkirakan risiko yang mungkin timbul bagi individu dengan kondisi kesehatan tertentu.

9) Cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir

Disarankan untuk mencuci tangan sebelum makan dengan sabun dan air mengalir untuk menghindari kuman penyebab penyakit.

10) Aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan normal

Orang dewasa sebaiknya melakukan aktivitas fisik selama 30 menit setiap hari atau minimal 3 hingga 5 hari dalam seminggu. Mencapai berat badan normal, yang sesuai dengan tinggi badan merupakan salah satu indikator penting untuk menunjukkan bahwa tubuh telah mencapai keseimbangan gizi yang baik. Oleh karena itu, memantau berat badan normal adalah bagian penting dari menjalankan pola hidup yang sehat dan seimbang, bersama dengan asupan gizi yang tepat.

2. Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan

a. Definisi Perilaku

Perilaku adalah serangkaian tindakan atau respons yang dilakukan seseorang sebagai tanggapan terhadap suatu hal, dan yang kemudian menjadi kebiasaan berdasarkan nilai-nilai yang diyakini. Pengetahuan, sikap, dan tindakan adalah manifestasi dari perilaku manusia, yang muncul dari interaksi manusia dengan lingkungannya dan mencakup aktivitas atau tindakan yang dapat diamati atau tidak dapat diamati. Secara lebih logis, perilaku dapat didefinisikan sebagai respons tubuh

atau individu terhadap rangsangan eksternal. Ada dua jenis respons ini: respons pasif yang tidak dapat diamati secara langsung oleh orang lain sedangkan respons aktif dapat diamati secara langsung (Triwibowo, 2015).

b. Faktor Terjadinya Perilaku

Menurut Febriyanto (2016), kesehatan dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor perilaku dan faktor non-perilaku. Perilaku kesehatan dikategorikan menjadi tiga faktor, sebagai berikut:

1. Faktor predisposisi (*predisposing factors*) adalah faktor-faktor yang memfasilitasi terjadinya perilaku seseorang, termasuk pengetahuan, sikap, keyakinan, nilai-nilai, tradisi, dan lain-lain.
2. Faktor pemungkin (*enabling factors*) adalah faktor yang memungkinkan atau memfasilitasi terjadinya perilaku tertentu. Faktor ini meliputi sarana dan prasarana, serta fasilitas yang mendukung terjadinya perilaku kesehatan, seperti puskesmas, posyandu, rumah sakit, tempat pembuangan air, tempat pembuangan sampah, tempat olahraga, makanan bergizi, uang, dan lain-lain.
3. Faktor penguat (*reinforcing factors*) merupakan faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya perilaku tertentu. Terkadang, meskipun seseorang memiliki pengetahuan dan kemampuan untuk berperilaku sehat, mereka mungkin tidak melakukannya, seperti ketika ada dorongan atau anjuran dari orang tua, guru, sahabat, dan lainnya.

3. Makanan Jajanan

a. Definisi Makanan Jajanan

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh para penjaja makanan di tempat penjualan dan disajikan sebagai makanan siap konsumsi untuk dijual kepada umum, selain disajikan oleh jasa

boga, rumah makan, restoran dan hotel. Makanan jajanan memiliki peran penting dalam meningkatkan asupan gizi, terutama asupan energi (FAO, 2018). Di Indonesia, makanan jajanan baik yang diproduksi oleh industri rumahan maupun pabrik, telah mengalami kemajuan yang pesat, termasuk makanan jajanan yang dijual di sekolah-sekolah, yang memiliki beragam jenis, bentuk, rasa, dan warna. Makanan jajanan ini tersedia di warung, kantin, kafe, dan juga dijual oleh pedagang jajanan keliling (Hestiani, 2014).

Menurut penelitian Bo *et al*., (2014), frekuensi konsumsi makanan jajanan sebanyak 2-3 kali dalam sehari berkaitan dengan tingginya prevalensi obesitas pada remaja. Studi tersebut menunjukkan bahwa anak-anak yang mengkonsumsi 20% kalori dari makanan jajanan dan yang mengkonsumsi makanan jajanan lebih dari tiga kali sehari memiliki prevalensi obesitas yang lebih tinggi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sulchan (2014) juga menunjukkan adanya kontribusi makanan jajanan terhadap kejadian obesitas pada remaja di Semarang. Selain itu, penelitian Warsiti (2015) di Yogyakarta mengungkapkan bahwa remaja yang mengonsumsi *fast food* lebih dari 3 kali seminggu memiliki risiko 6 kali lebih tinggi untuk mengalami obesitas.

b. Jenis Makanan Jajanan

Makanan jajanan dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu makanan utama (main dish), panganan (snack), minuman, serta buah-buahan segar (Winarno, 2016). Makanan jajanan dapat memberikan kontribusi dalam pemenuhan zat gizi dari konsumsi makanan seseorang. Secara umum, makanan jajanan dapat memberikan sekitar 10% hingga 25% dari total konsumsi harian asupan energi dan zat gizi yang dibutuhkan. (Safriana, 2012).

c. Fungsi Makanan Jajanan

Makanan jajanan dapat menjadi alternatif untuk memenuhi kebutuhan zat gizi yang kurang dari konsumsi harian. Penting untuk memperhitungkan kontribusi zat gizi dari makanan jajanan yang dikonsumsi (Candra, 2013). Selain berfungsi sebagai makanan selingan, makanan jajanan juga berperan dalam meningkatkan status gizi masyarakat. Selain itu, makanan jajanan juga memiliki peran lainnya, sebagai berikut:

1) Makanan jajanan dapat dijadikan sebagai opsi untuk sarapan pagi yang praktis dan cepat
2) Makanan jajanan dapat menjadi pilihan sebagai camilan di antara waktu makan utama. Dengan memilih jajanan yang sehat dan bergizi, dapat mengatasi rasa lapar dan memberikan energi tambahan.
3) Makanan jajanan dapat berfungsi sebagai alternatif untuk makan siang, terutama bagi mereka yang sibuk dan tidak memiliki waktu untuk makan di rumah. Memilih jajanan yang mengandung gizi yang seimbang dapat memastikan asupan gizi yang mencukupi.

d. Pengaruh Positif dan Negatif Makanan Jajanan

Kebiasaan jajan dapat memberikan manfaat yang dengan syarat makanan yang dibeli memenuhi standar kesehatan. Dengan memilih jajanan yang memenuhi standar kesehatan, dapat melengkapi kebutuhan gizi yang diperlukan tubuh, serta mencegah terjadinya rasa lapar yang berlebihan. Secara umum, setiap 3-4 jam dari waktu makan, seseorang akan merasakan lapar, dan perasaan lapar tersebut dapat berdampak pada konsentrasi yang dapat mengganggu aktivitas yang sedang dijalankan (Mavidayanti, 2016).

Sebagian besar makanan jajanan memiliki kandungan karbohidrat yang cukup tinggi, hal tersebut memberikan dampak rasa kenyang secara

cepat, namun kebersihan dan standar gizi dari makanan tersebut masih meragukan. Kebiasaan makan saat masa remaja akan berpengaruh pada kesehatan di masa dewasa. Remaja yang sering mengkonsumsi jajanan cenderung mengurangi makanan utama mereka dibandingkan dengan remaja yang tidak sering mengkonsumsi jajanan (Karmila dkk., 2019).

e. Kriteria Makanan Jajanan

Makanan jajanan dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu jajanan yang sehat dan jajanan yang tidak sehat. Jajanan sehat tersebut harus bebas dari debu dan kotoran agar terjamin kebersihan dan keamanannya. Selain itu, jajanan sehat juga harus tidak mengandung lalat, semut, atau hewan lain yang dapat menjadi penyebab penyebaran kuman dan penyakit. Di samping itu, penting juga bahwa jajanan sehat tidak mengandung bahan kimia berbahaya seperti formalin, boraks, zat pengawet, zat pewarna, dan pemanis buatan yang dapat berdampak negatif pada kesehatan (Sihadi, 2017)

f. Cara Memilih Makanan Jajanan yang Sehat

Berikut beberapa tips aman memilih makanan yang sehat menurut Suhartini (2016) pastikan produknya telah terdaftar di Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) yang dapat dilihat melalui label yang tertera pada kemasan, amati komposisinya, perhatikan kualitasnya karena hal ini dapat menunjukkan makanan tersebut terdapat kerusakan atau kontaminasi oleh mikroorganisme, cium aromanya apakah terdapat bau apek atau tengik pada makanan tersebut , amati warnanya apakah makanan tersebut berwarna mencolok hal tersebut jika makanan memiliki warna mencolok ada kemungkinan telah ditambahkan zat pewarna yang tidak aman, lalu cicipi rasanya jika makanan yang tidak aman umumnya terasa tajam misalnya sangat gurih membuat tenggorokkan gatal.

4. Status Gizi

a. Definisi Status Gizi

Pola konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi dalam tubuh menentukan status gizi, yang juga ada pada tingkat individu dan dipengaruhi secara langsung oleh asupan makanan, baik dari segi jumlah makanan yang dikonsumsi, jenis makanan yang dipilih, maupun kondisi infeksi yang terjadi. Status gizi juga dapat didefinisikan sebagai kondisi fisik yang ditentukan oleh satu atau lebih ukuran gizi. Tubuh perlu mendapatkan asupan zat gizi yang cukup dengan efisiensi yang tinggi untuk mencapai status gizi yang ideal, yang akan memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kinerja kognitif yang optimal (Lait dan Baba, 2021).

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik secara langsung maupun tidak langsung. Faktor langsung meliputi asupan makanan dan infeksi, sedangkan faktor tidak langsung meliputi ketahanan pangan keluarga, pola pengasuhan, dan lingkungan kesehatan.(Bakri dkk., 2013)

1) Faktor Langsung

a) Asupan Makanan

Makanan yang dikonsumsi dapat memberikan dampak langsung pada kondisi tubuh seseorang. Ini disebabkan oleh kandungan zat-zat yang terdapat dalam makanan, baik yang bermanfaat maupun yang berpotensi berbahaya bagi tubuh.

b) Infeksi

Infeksi dapat mengakibatkan kekurangan gizi, sementara kekurangan gizi akan memperlemah sistem pertahanan tubuh, yang dapat membuat seseorang lebih rentan terhadap penyakit infeksi.

2) Faktor Tidak Langsung

a) Ketahanan Pangan Keluarga

Ketahanan pangan melibatkan upaya untuk memastikan kesejahteraan keluarga, termasuk memastikan ketersediaan pangan yang cukup, Stabilitas pangan adalah upaya untuk memastikan bahwa konsumsi pangan rata-rata rumah tangga tetap stabil dan tidak mengalami penurunan di bawah kebutuhan yang seharusnya.

b) Pola Pengasuhan

Pola asuh makan berkaitan dengan status gizi. Praktik pengasuhan yang memadai sangat penting untuk daya tahan dan perkembangan fisik dan mental yang optimal. Pengasuh juga berkontribusi pada kesejahteraan, kebahagiaan, dan kualitas hidup yang baik.

c) Lingkungan Kesehatan

Lingkungan kesehatan merujuk pada keadaan lingkungan yang mendukung terciptanya kesehatan yang optimal, Masalah kesehatan yang berkaitan dengan lingkungan disebabkan oleh kondisi lingkungan yang kurang memadai baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya serta kesadaran dalam berperilaku hidup sehat yang rendah.

c. Penilaian Status Gizi

Menurut Supariasa dkk., (2016) penilaian status gizi dibagi menjadi dua cara, yaitu:

1) Penilaian status gizi secara langsung

a) Antropometri

Metode pengukuran yang dapat digunakan untuk mengukur dimensi tubuh manusia adalah antropometri. Dalam bidang gizi, antropometri gizi digunakan untuk mengukur dimensi dan komposisi tubuh pada berbagai rentang usia dan status

gizi. Penggunaan antropometri memberikan informasi yang penting mengenai pertumbuhan, perkembangan, dan status gizi seseorang. Dengan melakukan pengukuran seperti tinggi badan, berat badan, lingkar lengan, atau lipatan kulit, antropometri gizi memberikan pandangan yang holistik dan obyektif mengenai keadaan status gizi individu atau populasi.

b) Klinis

Metode pemeriksaan klinis digunakan untuk mengevaluasi status gizi suatu populasi dengan melakukan pemeriksaan fisik, termasuk pengamatan tanda dan gejala serta riwayat penyakit, sehingga memberikan informasi tentang tingkat status gizi individu. Dalam pemeriksaan klinis, perhatian utama difokuskan pada jaringan epitel seperti kulit, mata, rambut, mukosa, dan organ-organ yang berada di dekat permukaan tubuh, seperti kelenjar tiroid, untuk menilai status gizi.

c) Biokimia

biokimia digunakan dalam penilaian status gizi untuk menganalisis spesimen tubuh melalui pengujian laboratorium. Hal ini membantu dalam mengidentifikasi adanya kekurangan atau kelebihan zat gizi tertentu yang dapat mempengaruhi kesehatan seseorang. Metode ini juga berguna dalam menentukan diagnosis dan menggambarkan gejala fisik yang mungkin tidak spesifik. Contoh spesimen yang diuji termasuk darah, urine, dan jaringan tubuh seperti otot dan hati.

d) Biofisik

Pengukuran biofisik digunakan untuk menentukan status gizi dengan memeriksa perubahan dalam fungsi dan struktur jaringan tubuh. Metode ini sering digunakan dalam situasi khusus, seperti ketika mengidentifikasi masalah penglihatan

pada kondisi pencahayaan rendah. Tes adaptasi gelap adalah salah satu metode yang digunakan untuk menguji kemampuan adaptasi mata dalam kondisi minim cahaya.

2) Penilaian status gizi secara tidak langsung

Menurut Supariasa dkk., (2016) penilaian status gizi secara tidak langsung dibagi menjadi tiga, yaitu:

a) Survei Konsumsi Makanan

Metode survei konsumsi makanan adalah salah satu pendekatan tidak langsung untuk mengevaluasi status gizi dengan memperhatikan pola dan jumlah zat gizi yang dikonsumsi. Dalam survei ini, data dikumpulkan untuk memberikan gambaran tentang pola konsumsi zat gizi pada tingkat masyarakat, keluarga, atau individu. Survei ini berperan penting dalam mengidentifikasi adanya kelebihan atau kekurangan zat gizi yang terjadi.

b) Statistik Vital

Dengan menganalisis data statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan kelompok usia, angka kejadian penyakit yang terkait dengan gizi, dan data lain yang relevan dengan gizi, statistik vital digunakan untuk mengukur status gizi secara tidak langsung.

c) Faktor Ekologi

Pengukuran aspek ekologi dianggap sangat penting untuk memulai program intervensi gizi, penting untuk mengukur faktor ekologi. Selain itu, ketersediaan makanan bergantung pada kondisi ekologi seperti iklim, tanah, irigasi, dan sebagainya. Dengan memahami faktor-faktor ekologi ini, kita dapat mengidentifikasi dan mengatasi permasalahan gizi secara lebih efektif dalam masyarakat.

d. Indeks Antropometri

Indeks antropometri melibatkan pengukuran beberapa parameter yang dapat digunakan untuk memperoleh informasi tentang kondisi tubuh seseorang, Salah satu contohnya adalah Indeks Massa Tubuh (IMT), yang digunakan untuk memantau status gizi pada orang dewasa terkait dengan masalah berat badan. IMT adalah rasio antara berat badan dan tinggi badan seseorang, dan dapat digunakan untuk mengidentifikasi kelebihan atau kekurangan berat badan. IMT hanya dapat diterapkan pada orang dewasa yang berusia 18 tahun ke atas (Supariasa dkk., 2016).

1) Berat Badan

Pengukuran berat badan merupakan salah satu metode yang umum digunakan untuk menentukan massa tubuh seseorang. Hal ini dapat memberikan gambaran tentang komposisi zat gizi seperti protein, lemak, air, dan mineral dalam tubuh. Namun, terdapat beberapa keterbatasan dalam pengukuran berat tubuh, seperti kebutuhan akan data usia yang akurat, kemungkinan terjadi kesalahan interpretasi jika terdapat kondisi tertentu seperti asites atau edema, serta pengaruh pakaian atau gerakan saat proses pengukuran.

2) Tinggi Badan

Pengukuran tinggi badan merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengukur panjang tubuh dan dapat mencerminkan pertumbuhan tulang seseorang.

3) Lingkar Lengan Atas (LILA)

Lingkar lengan atas adalah parameter natropometri yang mencerminkan kondisi otot dan lapisan lemak di bawah kulit. Parameter lingkar lengan atas memiliki sifat yang sangat dinamis dan dapat berubah dengan cepat. Penggunaan indikator lingkar lengan atas dapat memberikan gambaran mengenai kondisi seseorang pada saat ini.

4) Tebal Lemak Bawah Kulit

Ukuran lemak tubuh dapat ditentukan dengan mengukur ketebalan lemak bawah kulit (*skinfold*) pada berbagai area tubuh, seperti lengan atas (trisep dan bisep), lengan bawah (forearm), tulang belikat (subskapular), garis ketiak tengah (midaxillary), dada (pectoral), perut (abdominal), paha, di atas lutut (suprapatellar), dan pertengahan betis (medial calf).

5) Rasio Lingkar Pinggang dengan Pinggul

Lemak di area perut menunjukkan perubahan metabolik dalam tubuh, seperti resistensi insulin dan peningkatan produksi asam lemak bebas. Perubahan metabolik ini menunjukkan risiko penyakit yang terkait dengan distribusi lemak yang berbeda dalam tubuh. Perbandingan lingkar pinggang dan pinggul adalah cara yang sering digunakan untuk mengetahui hal ini.

6) Indeks Massa Tubuh (IMT)

Indeks Massa Tubuh (IMT) diperoleh dari perhitungan berat badan (BB) seseorang dalam kilogram dengan tinggi badan (TB) dalam meter, yang kemudian dikuadratkan. IMT adalah alat sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa (Dhara & Chatterjee, 2015)

Rumus penggunaan indeks massa tubuh (IMT):

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m2)}}$$

Keterangan : IMT : Indeks Massa Tubuh (Kg/m^2)

BB : Berat Badan (kg)

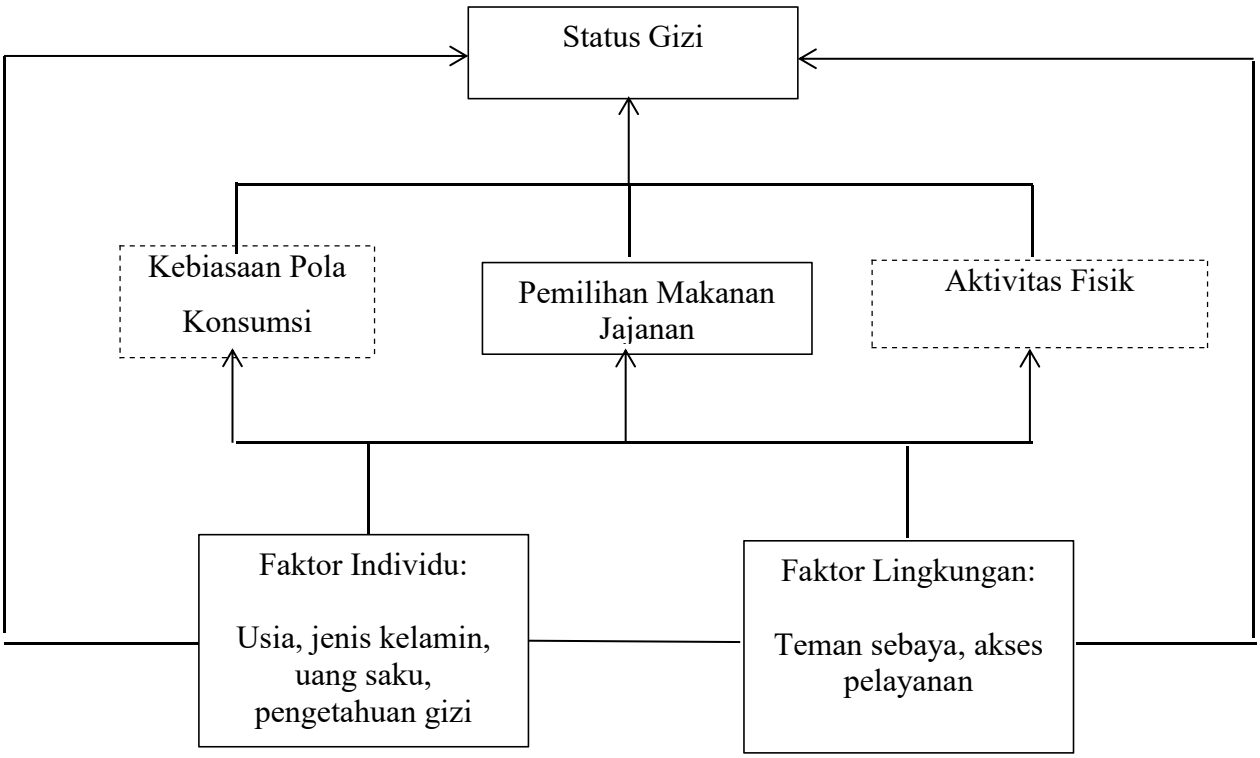
TB : Tinggi Badan (m^2)

Tabel 2. 1 Kategori Status Gizi Berdasarkan IMT Menurut P2PTM Kemenkes RI

Kategori	IMT (kg/m^2)
Underweight	<18,5
Normal	18,5 – 22,9
Overweight	23-24,9
Obesitas I	25 – 29,9
Obesitas II	≥30

Sumber: P2PTM Kemenkes RI, 2018

B. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : Modifikasi dari Rini (2019) dan Fitria (2017)

Keterangan :

: Variabel yang diteliti

: Variabel yang tidak diteliti

BAB III
KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

A. Kerangka Konsep Penelitian

Gambar 3.1 Kerangka Konsep

B. Hipotesis Penelitian

1. Terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga

BAB IV
METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain cross sectional, studi ini menghubungkan dua variabel pada kelompok situasi atau subjek yang bertujuan untuk mencari hubungan antara variabel dependen dan variabel independen yang diukur dalam satu waktu atau secara bersamaan (Nursalam, 2017).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di STIKes Mitra Keluarga yang berlokasi di Jl. Pengasinan Jl. Rw. Semut Raya, RT.004/RW.012, Margahayu, Kec. Bekasi Timur, Kota Bekasi, Provinsi Jawa Barat 17113. Penelitian ini memiliki rentang waktu pelaksanaan dari bulan Maret hingga Agustus 2023. yaitu dimulai dengan penyusunan proposal, seminar proposal, pengurusan etik, penelitian, analisis data hingga penyusunan laporan akhir.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

a. Populasi target penelitian ini adalah seluruh mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga.
b. Populasi terjangkau penelitian ini adalah mahasiswa aktif program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga.

2. Sampel Penelitian

Menurut Kemenkes RI (2018) menyatakan sampel adalah sebagian jumlah dari populasi sebenarnya yang diteliti. Subjek penelitian adalah mahasiswa di program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga yang masih berstatus aktif sebagai mahasiswa. Pada penelitian ini, penggunaan teknik

consecutive sampling digunakan sebagai metode pengambilan sampel. Metode ini melibatkan pemilihan sampel secara berurutan sesuai dengan kriteria penelitian hingga mencapai jumlah sampel yang telah ditentukan (Nursalam, 2017). Sampel penelitian ini terdiri dari mahasiswa program studi S1 Gizi di STIKes Mitra Keluarga yang memenuhi serangkaian kriteria berikut ini:

a. Kriteria Inklusi :

1) Mahasiswa program studi S1 Gizi yang terdaftar aktif di STIKes Mitra Keluarga.

2) Mahasiswa bersedia menjadi responden dalam penelitian.

b. Kriteria Eksklusi :

1) Mahasiswa tidak hadir saat penelitian.

2) Sedang sakit atau menjalani diet tertentu seperti diet penurunan berat badan.

3. Besar Sampel

Besar sampel dapat dihitung dengan rumus uji beda proporsi sebagai berikut:

$$n = \frac{\left(z_{1-\alpha/2}\sqrt{2\bar{P}(1-\bar{P})} + z_{1-\beta}\sqrt{P_1(1-P_1)+P_2(1-P_2)}\right)^2}{(P_1-P_2)^2}$$

Keterangan :

n : besar sampel minimum

P1 : proporsi status gizi mahasiswa dengan perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik

P2 : proporsi status mahasiswa dengan perilaku pemilihan makanan jajanan yang tidak baik

P : Selisih P1 daln P2

Z1-α/2 : Nilai Z pada tingkat kemaknaan = 5%, sebesar 1,96

Z1-β : Nilai Z pada kekuatan uji 80% sebesar 0,84

Z 1- α /2 : Tingkat kepercayaan 95% (1,96)

Z 1-β/2 : Menggunakan kekuatan uji 80% (0,84)

Dengan menggunakan rumus diatas, maka hasil besar sampel minimal sebagai berikut:

Tabel 4.1 Besar Minimal Sampel

Variabel	P1	P2	n	2n
Pemilihan Makanan Jajanan	0,87	0,53	28	68

Sumber : Angiruling, 2019

n minimum = 62

n minimum + 10% = 62 + 6,2

= 68

Dalam penelitian ini, subjek penelitian adalah mahasiswa yang sedang menempuh program studi S1 Gizi di STIKes Mitra Keluarga pada tingkat satu hingga empat. Jumlah minimum responden yang akan diteliti adalah 68 orang, sementara total sampel yang terlibat dalam penelitian ini adalah sebanyak 101 responden.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas (independen)

   Perilaku pemilihan makanan jajanan merupakan variabel bebas yang diteliti dalam penelitian ini.

2. Variabel Terikat (dependent)

   Status gizi merupakan variabel terikat dalam penelitian ini.

E. Definisi Operasional

Tabel 4. 2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Karakteristik Responden					
Usia	Periode yang mencakup dari saat kelahiran sampai saat ini.	Kuesioner	Pengisian kuesioner diisi secara mandiri	Tahun	Rasio
Jenis Kelamin	Klasifikasi biologis yang mencakup aspek fisik, hormonal, dan reproduksi	Kuesioner	Pengisian kuesioner diisi secara mandiri	1= Laki-laki 2= Perempuan	Nominal
Uang Saku	Jumlah uang yang diberikan kepada subjek yang diterima setiap bulan.	Kuesioner	Pengisian kuesioner diisi secara mandiri	≤ Rp. 1000.000 Rp. 1000.001 – Rp. 2000.000 Rp. 2000.001 – Rp. 4000.000 ≥ Rp. 4000.000 (Azalia J, 2018)	Ordinal
Tempat Makan	Tempat yang menyediakan dan menyajikan makanan serta minuman	Kuesioner	Pengisian kuesioner diisi secara mandiri	Makanan Cepat Saji Restoran (Jepang,Cina,Western,Italia,Korea) Depot/Warung Lain-lain (Azalia J, 2018).	Nominal
Teman Makan	Seorang yang memberikan dukungan fisik dan emosional, serta memberikan informasi kepada seseorang	Kuesioner	Pengisian kuesioner diisi secara mandiri	Keluarga Teman Pacar Lain-lain (Azalia J, 2018).	Nominal

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Frekuensi Makan Di Luar Rumah Dalam Seminggu	Intensitas kegiatan di area/tempat kerja di luar rumah	Kuesioner	Pengisian kuesioner diisi secara mandiri	1 kali dalam seminggu 2-3 kali dalam seminggu 4-5 kali dalam seminggu >5 kali dalam seminggu (Azalia J, 2018).	Ordinal
Variabel Independen					
Perilaku Pemilihan makanan jajanan	Keputusan individu dalam memilih jenis makanan jajanan yang akan dikonsumsi.	Kuesioner *Food Choice Questionnaire* (FCQ)	Pengisian kuesioner diisi secara mandiri	Skor : 1. Baik : 1 2. Tidak baik : 2 Kategori : Baik : Hasil presentase 76 – 100% Tidak Baik : Hasil presentase <56-75% (Azalia J, 2018).	Ordinal
Variabel Dependen					
Status Gizi	Penilaian keadaan tubuh melalui pendekatan antropometri	Timbangan digital (kg). *microtoise*	Dengan IMT (rumus=BB(kg)/TB^2 (m^2), diukur berat badan dan tinggi badan	Skor : 1. Normal : 1 2. Tidak normal : 0 Kategori : -*Underweight* <18,5 -Normal 18,5-22,9 -*Overweight* 23-24,9	Ordinal

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
				-Obesitas 25-29,9 -Obesitas II >30 (P2PTM Kemenkes RI,2018)	

F. Instrumen Penelitian

Kuesioner dianggap sebagai instrumen penelitian yang penting dalam pengumpulan data, karena berfungsi sebagai alat pengukur yang terstruktur dengan baik. Kelebihan kuesioner terletak pada fakta bahwa responden hanya perlu memberikan jawaban yang mencerminkan keadaan sebenarnya, sehingga memastikan konsistensi dan objektivitas dalam pengumpulan data. (Notoatmodjo, 2014)

1. Kuesioner identitas diri dan hasil pengukuran responden

   Formulir tersebut untuk memperoleh data diri dan dilakukan pencatatan hasil pengukuran berat badan, tinggi badan, serta status gizi (IMT/U) responden.

2. Timbangan digital

   Timbangan digital digunakan sebagai alat pengukur untuk mengukur berat badan responden.

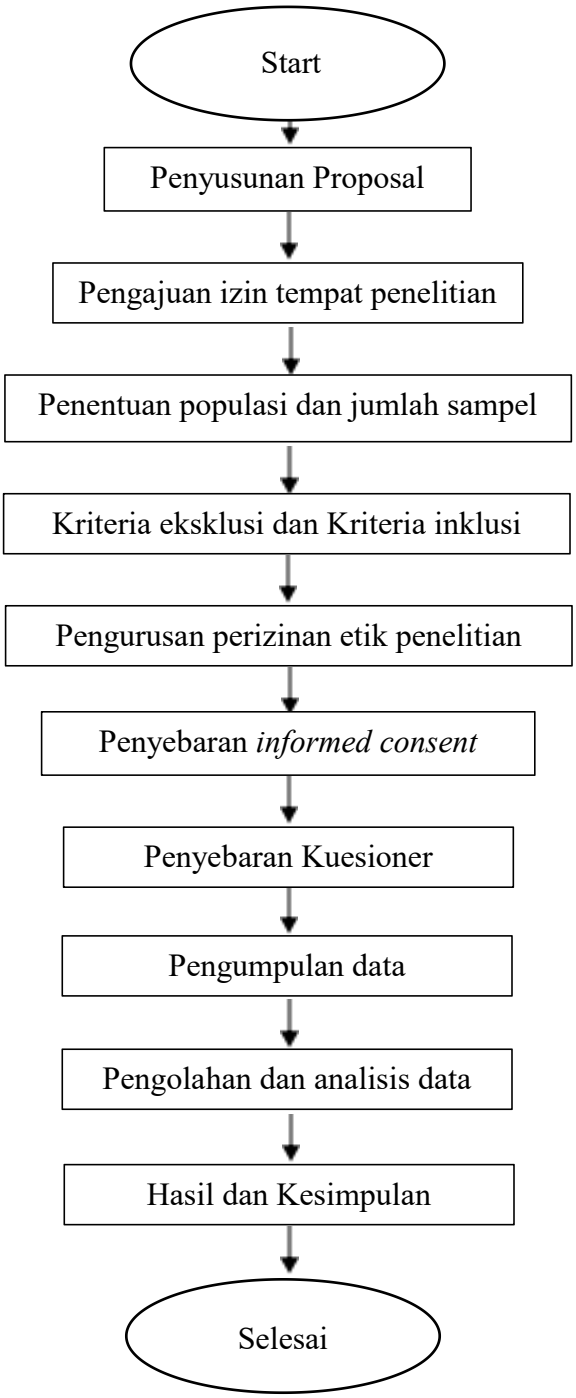
3. *Microtoise*

   Microtoise digunakan sebagai alat pengukur untuk mengukur tinggi badan responden.

4. *Food Choice Questionnaire* (FCQ)

   Dalam menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi pemilihan makanan sehat, pendekatan yang digunakan adalah melihat alasan atau motif yang mendasari pemilihan makanan sehat oleh responden dengan menggunakan *food choice questionnaire* (FCQ). Pada kuesioner *food Choice questionnaire* (FCQ) terdapat lima aspek yang dijadikan tolak ukur sebagai alasan seseorang dalam menentukan pilihan makan diantaranya ialah keakraban, kandungan gizi, kandungan alami, harga, masalah etika. Kuesioner *food Choice questionnaire* (FCQ) telah teruji validitas dan reliabilitas dengan menghasilkan nilai Cronbach' Alpha (> 0,6) yaitu 0,835 (Sagala, 2020)

H. Alur Penelitian



Gambar 4. 1 Alur Penelitian

H. Pengolahan dan Analisa Data

1. Pengolahan Data

Menurut Hastono (2018) pengolahan data diproses dengan beberapa tahapan, sebagai berikut :

a. *Editing*

Data yang telah diperoleh melalui kuesioner yang diisi oleh responden akan melalui tahap pengecekan kelengkapan. Jika terdapat data yang kurang lengkap atau tidak tepat, langkah selanjutnya adalah meminta responden untuk melengkapi kembali kuesioner tersebut.

b. *Coding*

Dalam penelitian ini, dilakukan pengkodean data yang melibatkan proses pengkategorian dan pemberian kode khusus, umumnya berupa angka, pada setiap jawaban. Tujuan dari pengkodean ini adalah untuk mempermudah analisis data.

1) Pemilihan makanan jajanan, diberi kode 1= baik dengan kategori baik bila skor persentase 76-100% dan kode 0= tidak baik dengan kategori tidak baik bila skor persentase <56-75% (Anggiruling, 2019).
2) Status gizi, diberi kode 1 = normal dengan kategori IMT 18,5-22,9 dan kode 0 = tidak normal dengan kategori IMT <18,5, IMT 23-24,9, IMT 25-29,9, IMT >30 (P2PTM, 2018).

c. *Entry* Data

Data dari kuesioner (angket) diolah dengan memasukkan atau memindahkannya ke dalam program pengolah data guna meningkatkan efisiensi dan akurasi dalam pengolahan dan analisis data.

d. Cleaning

Data yang masuk dilakukan pemeriksaan ulang oleh peneliti guna memastikan keakuratan dan kebenaran data yang telah di-entry. Guna menghindari kesalahan atau ketidaktepatan yang mungkin terjadi selama proses entry data

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Menurut Sugiyono (2017) analisis univariat menggambarkan data yang telah terkumpul secara objektif tanpa tujuan untuk membuat kesimpulan yang dapat digeneralisasi (Sugiyono, 2017). Analisis univariat pada penelitian ini melibatkan data umum seperti tingkat, usia dan jenis kelamin, jumlah uang saku per bulan, tempat makan yang sering dikunjungi, teman makan, frekuensi makan di luar dalam seminggu, serta data spesifik yang mencakup pemilihan makanan jajanan dan status gizi.

b. Analisis Bivariat

Menurut Notoatmodjo (2018), analisis bivariat digunakan untuk menguji hubungan atau korelasi antara dua variabel yang diduga berhubungan. Pada penelitian ini, analisis bivariat dilakukan untuk menganalisis hubungan antara perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga. Karena kedua variabel yang digunakan termasuk golongan data kategorik.

Tabel 4. 3 Analisis Univariat dan Bivariat

Variabel	Uji Statistik
Analisis Univariat	
Tingkat Usia Jenis Kelamin Uang Saku Per bulan Tempat Makan Teman Makan Frekuensi makan Di luar Pemilihan Makanan Jajanan	Deskriptif (frekuensi dan persentase)
Analisis Bivariat	
Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi	*Chi-square*

I. Etika Penelitian

Etika penelitian, menurut Hidayat (2014), menjadi hal yang penting guna mencegah terjadinya praktik-praktik tidak etis dalam melakukan penelitian. Komponen etika penelitian diajukan kepada Komisi Etika Penelitian Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka untuk memastikan bahwa penelitian ini layak dengan menitikberatkan pada etika penelitian. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka dengan nomor 03/23.03/02345, menandakan bahwa penelitian ini telah mematuhi standar etika yang berlaku.

1. Lembar Persetujuan (*Informed consent*)

   Dokumen yang memberikan penjelasan terperinci mulai dari tujuan penelitian, metode, manfaat , serta kemungkinan risiko yang terkait.

2. Anonimitas

   Upaya untuk menjaga kerahasiaan responden, peneliti akan menggunakan kode-kode identifikasi pada lembar persetujuan ini, hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa identitas dan privasi responden tetap terlindungi. Hanya peneliti yang berwenang yang memiliki akses ke data yang memungkinkan untuk menghubungkan kode identifikasi dengan identitas asli responden. Kode identifikasi tersebut akan disimpan secara terpisah dari data yang dikumpulkan, untuk memastikan bahwa anonimitas responden tetap terjaga. Dengan menggunakan kode identifikasi, peneliti berharap dapat memberikan rasa aman dan privasi kepada responden dalam berpartisipasi dalam penelitian ini.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

   Kerahasiaan dan privasi subyek penelitian akan dijaga, data yang diperoleh disimpan dalam bentuk yang aman, dengan mengamankan akses terhadap data tersebut. Hanya anggota tim penelitian yang memiliki izin dan kebutuhan akan data yang akan diizinkan untuk mengaksesnya.

4. Sukarela

Partisipasi dalam penelitian ini adalah sepenuhnya sukarela. Responden memiliki kebebasan mutlak untuk memutuskan apakah akan berpartisipasi atau tidak tanpa ada paksaan atau tekanan dari pihak kami. Tidak ada konsekuensi negatif atau kerugian yang akan ditanggung oleh responden jika mereka memilih untuk tidak berpartisipasi atau menarik diri setiap saat selama penelitian berlangsung. Jika memutuskan untuk berpartisipasi, peneliti akan menghargai kontribusi responden dan memperlakukan data dan informasi yang responden berikan dengan rasa hormat dan kerahasiaan yang tinggi.

BAB V
HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di STIKes Mitra Keluarga Bekasi yang beralamat Jl. Rw. Semut Raya, RT. 004/RW. 012, Margahayu, Kec. Bekasi Timur, Kota Bekasi, Jawa Barat 17113. STIKes Mitra Keluarga Bekasi adalah Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan yang memiliki akreditasi Baik Sekali. STIKes Mitra Keluarga memiliki 4 program studi salah satunya S1 Gizi. Dalam penyelenggaraan pendidikan STIKes Mitra Keluarga berorientasi pada kualitas lulusan yang sesuai dengan kebutuhan stakeholder. Untuk menunjang kegiatan praktik STIKes Mitra Keluarga memiliki laboratorium untuk program studi S1 Gizi antara lain laboratorium dietetik dan kulinari, laboratorium teknologi pengolahan pangan, dan laboratorium organoleptik. Visi dan misi program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga adalah sebuah pondasi yang berorientasi pada kemajuan yakni menjadikan program studi S1 Gizi unggulan di tingkat Nasional pada tahun 2035 dengan menghasilkan lulusan yang handal dalam inovasi pangan dan gizi.

B. Analisis Univariat

Hasil analisis univariat pada penelitian ini meliputi karakteristik responden, sebaran perilaku pemilihan makanan jajanan dan sebaran status gizi.

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden pada penelitian ini terdiri dari usia, jenis kelamin, tingkat, uang saku, tempat makan, teman makan, dan frekuensi makan. Data yang diperoleh berasal dari mahasiswa aktif program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga. Data pemilihan makanan jajanan diperoleh dari kuesioner penelitian. Informed consent disebarkan pada responden untuk mendapatkan persetujuan pengambilan data penelitian pada mahasiswa.

Tabel 5 1 Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Usia (Tahun)		
18	8	7,9
19	33	32,7
20	28	27,7
21	19	18,8
22	10	9,9
23	3	3,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	5	5,0
Perempuan	96	95,0
Tingkat		
I	26	25,7
II	28	27,7
III	30	39,7
IV	17	16,8
Total	**101**	**100,0**

N=101

Berdasarkan tabel 5.1 karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, tingkat kelas, uang saku perbulan, tempat makan yang sering dikunjungi, teman yang menemani saat makan, dan frekuensi makan di luar rumah dalam seminggu. Dapat dilihat bahwa total mahasiswa yang dijadikan sampel pada penelitian ini yaitu 101 mahasiswa program studi S1 Gizi yang berada ditingkat kelas yang berbeda, didapati hasil terbanyak pada mahasiswa dengan usia 19 tahun (32,7%) dan tingkat kelas kontribusi tebanyak pada tingkat tiga (39,7%). Selain usia dan tingkat kelas terdapat jenis kelamin dimana mayoritas mahasiswa program studi S1 Gizi adalah perempuan (95,0%). Menurut Erawati (2016) mahasiswa perempuan memiliki minat yang tinggi terhadap motivasi belajar, pada mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi akan selalu berusaha untuk belajar sehingga pengetahuannya akan meningkat.

Tabel 5.2 Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Uang Saku Per bulan		
≤ Rp.1000.000	78	77,2
Rp.1000.001-Rp.2000.000	15	14,9
Rp.2000.001-Rp.4000.000	5	5,0
≥Rp.4000.000	3	3,0
Tempat Makan yang Sering Dikunjungi	46	45,5
Makanan cepat saji	10	9,9
Restoran	30	29,7
Depot/warung	15	14,9
Lain-lain		
Teman Saat Makan		
Keluarga	56	55,4
Teman	36	35,6
Pacar	5	5,0
Lain-lain	4	4,0
Frekuensi Makan di luar Rumah dalam Seminggu		
1 kali dalam seminggu	42	41,6
2-3 kali dalam seminggu	47	46,5
4-5 kali dalam seminggu	7	6,9
>5 kali dalam seminggu	5	5,0
Total	**101**	**100,0**

N=101

Pada karakteristik uang saku didapati hasil mayoritas mahasiswa memiliki uang saku ≤ Rp.1000.000 (77,2%) hal tersebut menurut Lutfiah, Hadi, dan Rokhmani (2015) kebanyakan dari mahasiswa yang masuk dalam kategori ini membelanjakan uang sakunya untuk kebutuhan akan barang dan jasa yang benar-benar mereka butuhkan dengan sesekali mengkonsumsi barang dan jasa yang hanya sebagai keinginannya. Pada karakteristik tempat makan yang sering dikunjungi mahasiswa memilih tempat makan cepat saji (45,5%) hal tersebut menurut Mardiyanti dan Surakarta (2017) makanan cepat saji dipilih karena penyajian cepat sehingga hemat waktu dan dapat dihidangkan kapan dan dimana saja, tempat saji dan penyajian yang hihienis, dianggap makanan bergengsi, makanan modern, juga makanan gaul bagi anak muda.

Pada karakteristik teman saat makan mahasiswa mayoritas adalah keluarga (55,4%), menurut Panji (2014) saat keluarga berkumpul disatu ruangan maka secara tidak langsung hal tersebut berdampak baik menciptakan komunikasi berkualitas sehingga hubungan antara orang tua dengan anak menjadi baik. Pada karakteristik frekuensi makan di luar rumah mahasiswa mayoritas 2-3 kali dalam seminggu (46,5). Menurut Fitrayanti (2015) seseorang yang keluar rumah dikarenakan adanya dorongan serta motivasi, kepribadian, konsep diri dan gaya hidup mengacu pada pola konsumsi yang menunjukkan pilihan seseorang dari penghabisan waktu dan uang.

2. Distribusi Sebaran Pemilihan Makanan Jajanan

Instrumen *Food Choice Questionnaire* (FCQ) digunakan untuk melihat alasan atau motif yang mendasari pemilihan makanan sehat pada responden. Sebaran pemilihan makanan jajanan pada responden penelitian disajikan pada tabel 5.3.

Tabel 5. 3 Sebaran Pemilihan Makanan Jajanan

Variabel	n	%
Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan:		
Baik	83	82,2
Tidak Baik	18	17,8
Total	**101**	**100,0**

N=101

Berdasarkan tabel 5.3 diatas, pada sampel dapat dilihat variabel perilaku pemilihan makanan jajanan baik sebesar (82,2%) lebih banyak dibandingkan dengan perilaku pemilihan maaknan jajanan tidak baik sebesr (17,8%). Sejalan dengan penelitian Ratu (2020) kebiasaan konsumsi makanan dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, kehidupan sosial, dan kegiatan diluar rumah. Kebiasaan ini berkaitan dengan mengkonsumsi makanan yang mencangkup jenis

makanan, jumlah makanan frekuensi makanan, distribusi makanan dan cara memilih makanan.

3. Distribusi Sebaran Status Gizi

Responden yang termasuk dalam gizi normal pada penelitian ini adalah responden dengan kategori IMT 18,5 - 22,9 dan yang tidak normal adalah responden dengan kategori IMT <18,5 dan >23.

Tabel 5. 4 Sebaran Status Gizi

Variabel	n	%
Status Gizi (IMT)		
Normal	61	60,4
Tidak Normal	40	39,6
Total	101	100,0

Berdasarkan tabel 5.4 diatas, pada sampel dapat dilihat variabel status gizi yang memiliki status gizi normal sebanyak (60,4%) lebih banyak dibandingkan dengan yang memiliki status gizi tidak normal sebesar (39,6%). Hasil penelitian Sulchan dan Pramono (2014) menyatakan bahwa makanan jajanan menyumbang kontribusi energi yang dapat memengaruhi status gizi sejalan dengan Noviani *et al*., (2014) subyek yang memiliki kebiasaan tidak sering jajan memiliki status gizi normal.

C. Analisis Bivariat

Analisis analisis bivariat pada penelitian ini meliputi hubungan variabel independen dengan dependen menggunakan uji Chi Square, yaitu hubungan perilaku pemilihan makanan jajanan dan status gizi pada mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga.

Tabel 5. 5 Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi

Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan	Status Gizi				Odds Ratio (95% CI)	*p-value*
	Normal		Tidak Normal			
	N	%	N	%		
Baik	56	67,5	27	32,5	5,393 (1,744-16,677)	0,002
Tidak Baik	5	27,8	13	72,2		
Total	61	60,4	40	39,6		

N=101 Uji chi-square; Signifikan jika p-value <0,05

Berdasarkan tabel 5.4 dapat dilihat bahwa sampel yang memiliki status gizi normal cenderung memiliki perilaku pemilihan makanan jajanan dengan kategori baik dibandingkan dengan responden yang memiliki status tidak normal. Namun, masih terdapat responden yang memiliki status gizi normal dengan perilaku pemilihan makanan jajanan tidak baik sebanyak (27,8%). Sedangkan responden yang memiliki status gizi tidak normal dengan perilaku pemilihan jajanan tidak baik sebanyak (72,2%).

Dari hasil uji *chi square* menghasilkan nilai *p-value* = 0,002 sehingga Ho ditolak dan Ha diterima yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi, dengan OR sebesar 5,393, artinya subyek yang memiliki status gizi normal cenderung memiliki perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik dibandingkan dengan subyek yang status gizinya tidak normal. Sejalan dengan penelitian Ratu (2022) pengetahuan berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan, seseorang yang cenderung memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi cenderung menjaga pola makan daripada seseorang yang memiliki pengetahuan kurang tentang gizi dapat mengakibatkan kesalahan dalam memilih makanan jajanan yang akan berpengaruh terhadap status gizi.

BAB VI
PEMBAHASAN

A. Gambaran Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini sebanyak 101 subyek. Berdasarkan karakteristik usia pada sampel sebagian besar mahasiswa berusia 19 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitiaan bonnie *et al*., (2015) yang mengatakan usia dewasa awal berada pada usia antara 18-26 tahun. Usia seseorang juga memengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik (Yunus dan Syukur, 2022).

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden diperoleh hasil yang menunjukkan responden terbanyak yaitu perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Mithhra et al., (2018) perbedaan jenis kelamin membentuk persepsi yang berbeda hal tersebut disebabkan terdapat bagian otak pada laki-laki cenderung lebih berkembang dan memiliki spasial kompleks dibandingkan dengan perempuan namun perempuan memiliki daya ingat yang cukup baik daripada laki-laki. Berdasarkan tingkat kelas

Berdasarkan data uang saku diperoleh sebagian besar mahasiswa <Rp.1.000.000. Menurut Yulianti (2018) variasi uang saku dapat berkaitan dengan tingkat sosial ekonomi keluarga subjek yang berbeda-beda dengan begitu harga dapat menentukan pemilihan makanan jajanan. Harga yang murah dan enak terkadang menjadi dasar pertimbangan pemilihan jajanan karena semakin murah harga jajanan maka dapat membeli jajanan yang lebih banyak jenisnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Hartanto (2016) uang saku merujuk pada pendapatan yang diperoleh anak dari orang tua mereka, dapat mempengaruhi pola konsumsi individu.

Berdasarkan data tempat makan yang sering dikunjungi responden, diperoleh memilih tempat makanan cepat saji. Menurut Kusumawati, Rimbawan dan Ekayanti (2019) faktor lingkungan dicerminkan dari segi ketersediaan dan aksesibilitas makanan. Remaja lebih nyaman dengan lingkungan yang dekat karena akses nya mudah dan menghemat waktu sehingga mereka memilih jajanan yang sudah tersedia. Hal ini sejalan dengan penelitian Laenggeng dan lumalang (2015) menunjukkan waktu menjadi pertimbangan remaja dalam memilih jajanan. Remaja cenderung memilih makanan yang cepat saji dan warung yang terdekat ketika mereka memiliki waktu yang terbatas.

Berdasarkan data teman makan sebagian besar makan bersama keluarga. Hubungan sosial yang terjalin antara seseorang seperti bercerita atau pemberian saran akan menentukan makanan yang dipilih. Pada hasil penelitian ini responden dengan persentase terbanyak cenderung mempertimbangkan anjuran orang tua dan ajakan teman dalam memilih jajan. Hal ini sjalan dengan oenelitian Aulia (2018) yang menunjukkan bahwa faktor orang tua dan teman memengaruhi seseorang dalam pemilihan jajanan. Faktor orang tua yang berpengaruh yaitu dari pola asuh terhadap anak sedangkan faktor teman adalah paparan informasi.

Berdasarkan hasil data frekuensi makan responden di luar rumah dalam seminggu sebagian besar memilih 2-3 kali dalam seminggu. Menurut Tarigan (2020) bagi seseorang yang memilih konsumsi makan diluar memiliki suatu relevansi terhadap gaya hidup yang berkaitan dengan kajian sosiologis, selera yang dimaksudkan yaitu sesuatu yang dapat berubah dan berfokus pada kualitas, adanya restoran-restoran yang menyajikan makanan siap saji dinilai cukup praktis dalam bentuk pengemasannya, hargannya yang relatif murah.

B. Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi

Berdasarkan tabel dilakukan *uji chi-square* diperoleh nilai *p-value* yaitu 0,002 <(0,05). Hal tersebut menyatakan bahwa terdapat hubungan perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga. Menurut Peltzer (2014) menyebutkan bahwa mahasiswa yang mendapatkan paparan mengenai pengetahuan gizi banyak yang sudah sadar untuk menerapkan pola hidup sehat dengan meningkatkan konsumsi serat dan mengurangi asupan lemak dan kolesterol. Salah satu upaya yang dilakukan agar remaja dapat membedakan makanan yang sehat dan makanan yang tidak sehat yaitu dengan cara memberikan pendidikan kesehatan khususnya pendidikan gizi. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2019), menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pemilihan jajan terhadap remaja Pemilihan jajanan memegang peranan penting dalam kebiasaan jajan (Anggiruling *et al.*, 2019).

Latar pendidikan responden yang seluruhnya merupakan mahasiswa Program Studi S1 Gizi menjadikan pengetahuan mengenai jajanan yang sehat akan mendukung remaja tersebut lebih sering jajan jajanan yang sehat, dengan memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi, seseorang akan mengetahui dan mencoba mengatur jenis jajanan sesuai dengan kebutuhan gizi (gizi seimbang). Diperlukan upaya untuk membawa individu pada kecukupan gizi yang berarti makan makanan yang sehat, tidak makan yang berlebihan maupun kurang. Jenis makanan jajanan baik yang adalah makanan yang mengandung zat penyusun, zat pengatur dan zat energi, karena semua zat gizi diperoleh untuk pemeliharaan, pertumbuhan dan produktivitas serta perkembangan otak, dan dikonsumsi dalam jumlah yang cukup sesuai kebutuhan dalam prinsip gizi seimbang untuk mencapai dan mempertahankan status gizi kesehatan yang optimal.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu peneliti tidak dapat menggunakan metode *simple random sampling* dalam teknik pengambilan sampel dimana setiap orang seluruh populasi target yang memilki kesempatan sama untuk dipilih menjadi sampel. Sementara itu, subjek penelitian yang belum beragam dari beberapa program studi di kampus STIKes Mitra Keluarga.

BAB VII
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden pada penelitian ini yaitu usia responden paling banyak berada di usia 19 tahun yaitu sebanyak 33 mahasiswa (32,7%), berdasarkan jenis kelamin pada responden perempuan lebih banyak daripada laki-laki yaitu sebanyak 96 mahasiswa (95,0%), Tingkat yang paling banyak berpartisipasi tingkat tiga sebanyak 30 mahasiswa (30,7), mayoritas uang saku perbulan <Rp.1.000.000 sebanyak (77,2%), Mayoritas tempat makan yang sering dikunjungi makanan cepat saji sebanyak (45,5), mayoritas teman saat makan adalah keluarga sebanyak (55,4%), mayoritas frekuensi makan diluar dalam seminggu 1 kali dalam seminggu sebanyak (41,6)
2. Mayoritas responden memiliki perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik (76-100%) yaitu sebanyak 83 responden (82,2%).
3. Sebagian besar responden memiliki status gizi normal (IMT 18,5-22,9) yaitu sebanyak 61 responden (60,4%).
4. Terdapat hubungan perilaku pemilihan makanan jajanan dengan status gizi mahasiswa program studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga dengan nilai p-value = 0,002

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

   Mahasiswa disarankan untuk lebih memperhatikan pemilihan makanan jajanan yang sehat sesuai dengan kebutuhan gizi seimbang sesuai dengan pedoman untuk menurunkan risiko terjadinya masalah gizi.

2. Bagi STIKes Mitra Keluarga

   Pihak kampus sebaiknya melakukan sosialisasi terkait perilaku pemilihan makanan jajanan mengikuti prinsip gizi seimbang dan status gizi, baik melalui poster, ceramah atau seminar. Dengan terlaksananya sosialisasi diharapkan dapat memperbaiki perilaku pemilihan makanan jajanan pada mahasiswa terutama dalam menerapkan kebiasaan jajan yang sehat dan pemantauan status gizi

3. Bagi Peneliti Lain

   Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode penarikan sampel menggunakan *simple random sampling* sebab pemilihan sampel dalam *simple random sampling* dilakukan secara acak sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih. Sementara itu pada subjek bagi peneliti selanjutnya dapat memodifikasi subjek penelitan agar cakupan subjek yang di teliti lebih luas dan menjadi beragam di tempat yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, Fitria I dan Weni Al Azizah. 2017. Partisipasi Masyarakat Dalam Posyandu Di Kecamatan Sidoarjo. Jurnal Kebijakan dan Manajemen Publik. Vol. 5 (2)

Ajhuri, M.A, K. F. 2019. Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Yogyakarta: Penebar Media Pustaka.

Almatsier, Sunita. 2013. Prinsip dasar ilmu gizi.Jakarta:PT Gramedia Pustaka Utama

Anggiruling, DO et al 2019 'Analisis Faktor Pemilihan Jajanan , Kontribusi Gizi dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Factors Analysis of Snack Choice , Nutriti', Jurnal MKMI, vol.15, no.1, Maret 2019, hlm. 81–90.

Anjani, R. P., & Kartini, A. 2013. Perbedaan Pengetahuan Gizi, Sikap dan Asupan Zat Gizi Pada Dewasa Awal. Journal of Nutrition College, 2(3), 312–320. Retrieved from http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc.

Aulia, S. G. B. et al. 2018. Perilaku Konsumsi Fast Food Mahasiswa Fakultas. Pertanian Universitas Syiah Kuala Kota Banda Aceh.

Azalia Janeta, Sela Ovina, Santoso, Kristanti, Monika. 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Makanan Pada Remaja di Surabaya. [e-journal] 6 (1): 19-32

Bakri, B., dkk. 2013. Buku Ajar Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan (*Food Service Manajemen*t). Malang : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Bening, S., & Margawati, A. 2014. Perbedaan Pengetahuan Gizi, Body Image, Asupan Energi dan Status Gizi Pada Mahasiswi Gizi dan Non Gizi Universitas Diponegoro. Journal of Nutrition College, 3(4), 715-722. https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6872

Bo, S., Luca, D.C., Elena V., Ilaria F., Maria, M., Franco, D.M., 2014. Impact of Snacking Pattern on Overweight and Obesity Risk in a Cohort of 11 to 13 Year Oold Adolescent. Original Article Hepatology and Nutrition. Volume 59, Number 4

Bonnie RJ, Stroud C, Breiner H, editors. Investing in the Health and Well-Being of Young Adults. Washington: National Academies Press (US); 2015 Jan 27. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK284787/ doi: 10.17226/18869.

C H Hilda Wihida. 2013. Hubungan Pengetahuan Memilih Makanan Jajanan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Di SDN Karangasem 3 Surakarta.

Candra, R N. 2013. Hubungan Pola Konsumsi Makanan Jajanan Dengan Status Kesehatan Anak Usia Sekolah Di SDN Ketintang I Surabaya. Ejournal Boga. 2, (1), 183 – 189.

Chung, C.K., Whitney, R., Thompson, C.M., et al. 2013 Experience with an Enteral-Based Nutritional Support Regimen in Critically Ill Trauma

Patients. Journal of the American College of Surgeons, 217, 1108-1117. http://dx.doi.org/10.1016/j.jamcollsurg.2013.08.006

Damayanti, D., Pritasari& Lestari, N, T. 2017. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Pusdik SDM Kesehatan. https://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/Gizi-Dalam-Daur-Kehidupan -Final-SC.Pdf

Dhara, S., & Chatterjee, K. 2015. A Study Of VO2 Max In Relation With Body Mass Index (Bmi) Of Physical Education Students. Research Journal Of Physical Education Sciences , 9-12

Ekayanti Rukmana, Erni, Dodik Briawan, Ikeu. 2016. Faktor Risiko Stunting Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Kota Bogor. Vol 12, No 3

Erawati. (2015). Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat Umum di Wilayah Jakarta Tentang Bantuan Hidup Dasar (BHD). Tesis. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

FAO. 2018. Fixing Food : Best Practices Towards the Sustainable Development Goals [Available from: https://foodsustainability.eiu.com/whitepaper-2018/.

Febriyanto, M. A. B. 2016. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat Di Mi Sulaimaniyah Mojoagung Jombang: Universitas Airlangga.

Fitrayanti, V. (2015). The Influence of Personal And Psychological Factors Toward Consumer Pur-chase Decision (Case Study: Petersaysdenim, Bandung) (Doctoral dissertation, President University).

Gudegowda, K. S., Vengatesan, S., & Sobagiah, R. T. (2018). Prevalence of overweight and obesity among medical college students, Bengaluru. International Journal Of Community Medicine And Public Health, 5(5), 1881-1886.

Harvi, S. F., Dkk. 2017. The Correlation Between Energy and Fat Of Streer Food Towards The Nutritional Status Of Studenbts Age 13-15 Years Old In West Ungaran. Jurnal Gizi Dan Kesehatan, 9(21), 11–22.

Hastono, S. P. 2018. Analisis Data Pada Bidang Kesehatan. Depok: Rajawali Pers.

Hestiani, N. 2014. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Siswa Kelas X Program Keahlian Tata Boga SMK Negeri 1 Sewon Yogyakarta.

Hidayat A.Aziz Alimul. 2014. Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta : Salemba Medika

Karmila, Farayasi, A. 2019. Kecukupan asupan, kontribusi selingan dan obesitas padasiswa smp di jakarta timur. 50–57

Kemenkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta: Kemeterian Kesehatan Republik Indonesia.

Kemenkes RI. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta : Kementrian KesehatanRI: 2018 Dari : http://www.depkes.go.id/resources/download/ pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf

Labban, L. 2014. The Assosiation Between Physical Activity, Overweight ad an Obecity Among Syrian University Students. Saudi Journal of Sports Medicine, 14(2), 121.

Laenggeng, H dan Lumalang, Y. 2015. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Sikap Memilih Makanan Jajanan dengan Status Gizi Siswa SMP Negeri 1 Palu. Sulawesi Tengah: Jurnal Kesehatan Tadulako Vol. 1 No. 1

Lait D.M, Baba W.N. 2021. Hubungan Pola Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Siswa-siswi Kelas V SDK Napungliti Desa Hepang Kecamatan Lela Kabupaten Sikka. Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat.

Lutfiah, U., S Hadi, Y., & Rokhmani, L. 2015. Pengaruh Jumlah Uang Saku dan. Kontrol Diri Terhadap Pola Konsumsi Mahasaiswa Fakultas Ekonomi.

Mardiyanti, N. L., dan Wulandari, D. T., 2017. Hubungan Antara Asupan. Karbohidrat Dan Lemak Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah 4 Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Jurnal Ilmu Gizi, Vol. 9 No 1

Masturoh dan Nauri Anggita, Imas. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakata.

Mavidayanti, H., & Mardiana. (2016). Kebijakan Sekolah dalam Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar. Journal of Health Education, 1(1), 71–77.

Notoatmodjo, S. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Nurohma, Hestiani 2014, Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Siswa Kelas X Program Keahlian Tata Boga SMK Negeri 1 Sewon Yogyakarta. Skripsi, Yogyakarta: Pendidikan Teknik Boga, Fakultas Teknik

Nursalam. 2017. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.

Panji Hermoyo, R.. 2014. Membentuk Komunikasi Yang Efektif Pada Masa. Perkembangan Anak Usia Dini. FKIP Universitas Muhammadiyah. Surabaya. Jurnal Ppedagogi, Volume 1 Nomor 1

Peltzer, K, Pengpid, S., &. 2014. Prevalence of overweight/obesity and central obesity 50 and its associated factors among a sample of university students in India. Obesity Research and Clinical Practice, 8(6), e558–e570. https://doi.org/10.1016/j.orcp.2013.12.003

Praditasari, J. A., & Sumarmik, S. 2018. Asupan Lemak, Aktivitas Fisik dan Kegemukan Pada Remaja Putri di SMP Bina Insani Surabaya. Media Gizi Indonesia, 13(2), 117. https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.117-122.

Puspasari, D., & Farapti, F. 2020. Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Pada Mahasiswa. Media Gizi Indonesia, 15(1), 45–51.

Putri, Dila Fajrina. 2019. Faktor Risiko Kejadian Obesitas pada Siswa SMA Negeri 1 Jatiwangi Kabupaten Majalengka. Semarang.

Ranie Vienska, A and , Dr.Mutalazimah,SKM.,MKes and , Rustiningsih, SKM., M.Kes 2015 Hubungan Antara Pengetahuan Dan Persepsi Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Balita Di

Wilayah Puskesmas Gilingan Surakarta. Skripsi thesis, Universitas Muhammaiyah Surakarta.

Ratu Triana Mustika. 2022. Pengetahuan dan Sikap Tentang Jajanan Pada Remaja Di SMA Negeri Sulawesi Tenggara dan SMA Negeri Sulawesi Selatan Di Masa Pandemi COVID-19. Skripsi.

Rifka Triasari. 2015. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Jajanan Aman Dengan Perilaku Memilih Jajanan Pada Siswa Kelas V SD Negeri Cipayung 2 Kota Depok. Jakarta : UIN Syarif Hidayatullah.

Rivani, A. A., Zain, H., & Indah, M. F. (2015). Hubungan Pengetahuan Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Pada Murid Di SDN Pemurus Baru 2 Banjarmasin. An-Nadaa: Jurnal Kesehatan, 1–5.

Sagala, Cristin Octavian. 2020. Hubungan Pola Makan dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Gizi Lebih Mahasiswa STIKes Mitra Keluarga. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat. ol 13 No 1 (2021): JIKM Vol. 13, Edisi 1,

Ssihadi, Djaiman Hastoety, P.S., Wardhani, K.N., Sihadi., Sari, K., Putri Kumala, S.D., et al. (2017). Disparitas Balita Kurang Gizi di Indonesia. DOI: https://doi.org/10.22435/mpk.v28i3.219

Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta

Suhartini. 2016. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Anak DalamPemilihan Makanan Jajanan Pada Siswa Kelas V Di SDN Samarinda Ulu. Samarinda: Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Sulchan M, P. Kontribusi Makanan Jajan dan Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja di Kota Semarang. J Indones Nutr Assoc. 2014;37(2):129–36.

Sunggal Kabupaten Deli Serdang. Medan: Institut Kesehatan Belvetia

Supariasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. 2016. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Syah Muhibbin. 2017, Psikologi Belajar.bandung: PT Remaja Rosdakarya

Terstandar. Jakarta : EGC 57

Triwibowo dan M. E. Pusphandani. 2015. Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat. Yogyakarta: Nuha Medika

Warsiti Arlinda, Sheva. 2015 Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Obesitas pada Remaja di SMP Muhammadiyah 10 Yogyakarta. Skripsi thesis, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

Yulianti Sjahriani , Tessa, and Tita . 2018. "Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Lansia Di Uptd Pelayanan Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2018." Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Volume 5 Nomor 2 : 154- 164.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent

INFORMED CONSENT
HUBUNGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 GIZI STIKES MITRA KELUARGA

PENJELASAN PENELITIAN

Dengan hormat, saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Program Studi S1 Gizi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga,

Nama : Amaliafani Puspitadewi

NIM : 201902001

Seperti yang kita ketahui bahwa makanan jajanan sangat erat kaitannya dengan status gizi pada remaja, dengan menjaga konsumsi makanan jajanan berarti juga menjaga status gizi. Maka dari itu saya bermaksud akan melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga". Penelitian ini dibiayai secara mandiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi S1 Gizi di STIKes Mitra Keluarga.

Saya mengajak Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini membutuhkan 101 subjek penelitian, dengan jangka waktu keikutsertaan masing-masing subjek sekitar 30 menit

A. Kesukarelaan untuk ikut penelitian

Keikutsertaan saudara/i dalam penelitian ini adalah bersifat sukarela, dan dapat menolak untuk ikut dalam penelitian.

B. Kewajiban Subjek Penelitian

Saudara/i diminta untuk memberikan jawaban yang sebenarnya terkait dengan pernyataan yang diajukan untuk mencapai tujuan penelitian ini.

C. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan mengisi kuesioner, Saudara/i diminta untuk mengisi kuesioner yang telah disediakan, kemudian kami akan melakukan pengukuran status gizi.

D. Risiko dan Efek Samping

Tidak ada risiko dan efek samping dalam penelitian ini.

E. Manfaat

Adapun manfaat yang bisa diperoleh dari penelitian ini adalah mendapatkan informasi tentang pola makan dan tingkat pengetahuan gizi seimbang.

F. Kerahasiaan

Informasi yang didapatkan dari Saudara/i terkait dengan penelitian ini akan dijaga kerahasiaan nya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah (ilmu pengetahuan).

G. Kompensasi

Saudara/i yang bersedia menjadi subjek penelitian akan mendapatkan rewards berupa barang

H. Pembiayaan

Penelitian ini dibiayai secara mandiri oleh peneliti

I. Informasi Tambahan

Penelitian ini telah lulus uji kaji etik dengan nomor Persetujuan Etik No: . Penelitian ini dibimbing oleh Arindah Nur Sartika, S.Gz, M.Gizi.

Apabila ada pertanyaan dapat menghubungi:

CP : 08568853827 a.n Amaliafani Puspitadewi

Alamat : Perumahan Graha Cikarang Blok E/11 No 1, RT/RW 001/016, Kec. Cikarang Utara, Kab. Bekasi

Lampiran 2 Lembar Persetujuan

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Tingkat/Semester :

Menyatakan bersedia berpartisipasi menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Amaliafani Puspitadewi

NIM : 201902001

Judul Penelitian : Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga

Saya bersedia berperan serta dalam penelitian ini secara sukarela tanpa ada unsur paksaan dari siapa pun. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data responden penelitian ini dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bekasi, Maret 2023

(……..)

Responden

Lampiran 3 Kuesioner Penelitian

KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 GIZI STIKES MITRA KELUARGA

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. No. Responden :
2. Nama :
3. Usia :
4. Tanggal Lahir :
5. Jenis Kelamin :
6. Tingkat/Semester :
7. No. Telp/Email :
8. Tanggal Wawancara :
9. Uang Saku Per bulan :
   ≤ Rp. 1000.000
   Rp. 1000.001 – Rp. 2000.000
   Rp. 2000.001 – Rp. 4000.000
   ≥ Rp. 4000.000
10. Tempat makan yang sering dikunjungi :
    Makanan cepat saji
    Restoran (Jepang, Cina, Western, Italia, Korea)
    Depot/warung
    Lain-lain
11. Makan bersama siapa :
    Keluarga
    Teman
    Pacar
    Lain-lain
12. Seberapa sering makan di luar rumah dalam seminggu :
    1 kali dalam seminggu
    2-3 kali dalam seminggu
    4-5 kali dalam seminggu
    >5 kali dalam seminggu

B. HASIL PENGUKURAN STATUS GIZI

1. Berat Badan : kg
2. Tinggi Badan : cm
3. IMT : kg/m2 Keterangan:

Lampiran 4 Kuesioner Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini akan disajikan beberapa pertanyaan. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti, kemudian anda diminta memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan situasi, kondisi, pengalaman yang saudara alami dan yang paling menggambarkan keadaan diri anda, bukan jawaban yang ideal atau yang seharusnya anda lakukan. Kerjakan seluruh pertanyaan tanpa ada satu nomor pun yang ter lewati, semua nomor harus ter isi.

Adapun keterangan arti pilihan jawaban yang tersedia antara lain:
SS = Bila pertanyaan tersebut Sangat Setuju dengan diri anda
S = Bila pernyataan tersebut Setuju dengan diri anda
N = Bila pernyataan tersebut Netral dengan diri anda
TS = Bila pernyataan tersebut Tidak Setuju dengan diri anda
STS = Bila pernyataan tersebut Sangat Tidak Setuju dengan diri anda

Berilah tanda centang (☑) pada salah satu jawaban dari lima pilihan tersebut. Apabila anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (☑) yang dianggap tidak sesuai, kemudian berilah tanda centang (☑) pada jawaban yang anda anggap lebih sesuai

Food Choice Questionnaire (FCQ)

No	Pertanyaan	SS	S	N	TS	STS
1. *Familiarity, Convenience, and Comfort of Food* (Keakraban, Kenyamanan, dan Kenikmatan)	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut membantu saya agar relaks					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut tidak membuat hati saya senang					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut membantu mengatasi stres					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut memiliki proses masak dan penyajiannya yang cepat					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut sering dimakan					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut terbuat dari bahan yang diketahui					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut seperti apa yang biasa dimakan waktu kecil					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut rendah kalori					
2. *The Nutrition Fact* (Kandungan Gizi)	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut mengandung banyak vitamin dan mineral					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut mengandung serat yang tinggi					
	Saya memilih makanan tertentu					

No	Pertanyaan	SS	S	N	TS	STS
	karena makanan tersebut mengandung protein yang tinggi					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut mengandung bahan yang alami					
3. *The Food Appeal* (Daya Pikat Makanan**)**	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut terlihat menarik					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut rasanya enak					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut aroma nya enak					
4. *The Value for Money* (Nilai Uang Terhadap Makanan)	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut memiliki harga yang ter jangkau					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut memiliki harga sesuai dengan porsi makanan yang didapat					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut memiliki harga sesuai dengan kualitas makanan yang didapat					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut tidak mengandung zat tambahan (contoh : zat pewarna, zat pemanis, zat penyedap)					
5. *The Food Restriction* (Pantangan Makanan)	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut diperbolehkan agama					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut mempunyai sertifikat “halal” dari					

No	Pertanyaan	SS	S	N	TS	STS
	pemerintah					
	Saya memilih makanan tertentu karena makanan tersebut rendah lemak					

Azalia J, Sela O. 2018.

Lampiran 5 Hasil Data Karakteristik Responden

ID Resp	Tingkat	Umur	Jenis Kelamin	Uang Saku Perbulan	Tempat Makan	Teman Makan	Frekuensi Makan Diluar	BB	TB	IMT
35	3	20	Laki-laki	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Lain-lain	>5 kali dalam seminggu	64,9	172	21,9
40	3	20	Perempuan	≤ Rp. 4.000.000	Warung	Keluarga	>5 kali dalam seminggu	98	163	36,8
65	3	21	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	85	160	33,2
70	3	20	Perempuan	Rp. 2.000.001-4.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	>5 kali dalam seminggu	96	166	34,8
95	3	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	50	148	22,8
100	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	4-5 kali dalam seminggu	72	158	28.8
135	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	4-5 kali dalam seminggu	41,5	158,5	16,5
136	3	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	>5 kali dalam seminggu	55	156	22,6
137	3	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	4-5 kali dalam seminggu	55,6	162,5	21,1
138	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	1 kali dalam seminggu	47	159	18,6
139	3	21	Perempuan	≥4.000.000	Restauran	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	52,7	160	20,6
140	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	46,5	155	19,6
141	3	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	64,9	159	25,7
142	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	4-5 kali dalam seminggu	76	148	34,7
143	3	21	Perempuan	Rp. 2.000.001-4.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	55	147	25,5
144	3	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	47,3	154,5	19,8
145	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	1 kali dalam seminggu	51	151	22,4
146	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	55	150	24,4
147	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	1 kali dalam seminggu	72	155	30
148	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	57	156	23,4
149	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	1 kali dalam seminggu	48	150	21,3
150	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	1 kali dalam seminggu	55,1	154,5	23
151	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	40	156	16,4
152	3	23	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain- lain	Keluarga	1 kali dalam seminggu	53	158	21,2
153	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	52	157,5	20,8
154	3	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	1 kali dalam seminggu	43,5	149	19,6
155	3	22	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	78	156	32,1
156	3	20	Perempuan	≥4.000.000	Warung	Keluarga	1 kali dalam seminggu	54	157	21,9
157	3	20	Perempuan	Rp. 2.000.001-4.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	42,3	152	18,3
158	3	20	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	4-5 kali dalam seminggu	72	163	27,1
159	2	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	50	156	20,5
160	2	19	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Lain-lain	Teman	2-3 kali dalam seminggu	55	160	21,5
161	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	4-5 kali dalam seminggu	52	162	20
163	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	1 kali dalam seminggu	41	161	16
164	2	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	55	168	19
165	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	43,5	155	18,10
166	2	20	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Warung	Teman	2-3 kali dalam seminggu	50	163	18,8
167	2	22	Laki-laki	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Teman	2-3 kali dalam seminggu	63	167	22,6
168	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	46	126	19
169	2	19	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	48	154	20
170	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain- lain	Teman	1 kali dalam seminggu	49	158	19,6
171	2	20	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Warung	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	45	156	18,5
172	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain- lain	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	60	152	25,9
173	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Pacar	2-3 kali dalam seminggu	65	154	27
174	2	19	Laki-laki	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Teman	2-3 kali dalam seminggu	66	176	21
175	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	68	150	30
176	2	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Pacar	2-3 kali dalam seminggu	55	15,4	23,1
177	2	22	Laki-laki	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Teman	2-3 kali dalam seminggu	82	182	24,8
178	2	19	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	70	158	28
179	2	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	45	146	21
180	2	21	Perempuan	Rp. 2.000.001-4.000.000	Warung	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	58	149	26
181	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	44,1	155	18,3
182	2	22	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	4-5 kali dalam seminggu	67,5	162	25,7
183	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	57	162	22
184	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Teman	2-3 kali dalam seminggu	59	157	23,9
185	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Restoran	Keluarga	1 kali dalam seminggu	58	156	24
186	2	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Teman	1 kali dalam seminggu	46	154	19,3
187	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	66,8	158	26,4
188	1	18	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Restoran	Pacar	2-3 kali dalam seminggu	53,6	164	19,7
189	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Pacar	1 kali dalam seminggu	69,2	159	27,3
190	1	22	Laki-laki	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Teman	1 kali dalam seminggu	68	180	21
191	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	46,1	160	18
192	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Lain-lain	1 kali dalam seminggu	55	153	23,5
193	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	1 kali dalam seminggu	54	158	21,6
194	1	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	50,6	15,5	19,3
195	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	1 kali dalam seminggu	59,6	157	23,9
196	1	18	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	1 kali dalam seminggu	50	154	21,1
197	1	18	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	70,5	144,5	33,3
198	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Lain-lain	2-3 kali dalam seminggu	44,6	15,3	19,1
199	1	19	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Restoran	Pacar	2-3 kali dalam seminggu	57	148,5	26
200	1	18	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	48,9	152	21,2
201	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	43,5	151	19,1
202	1	18	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Restoran	Keluarga	1 kali dalam seminggu	56	153	23,9
203	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain- lain	Keluarga	1 kali dalam seminggu	54	154	22,8
204	1	20	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	90	155	37,5
205	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	50	149	22,5
206	1	18	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	1 kali dalam seminggu	48	158	19,2
207	1	18	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	61	164	22,7
208	1	22	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	50	152	21,6
209	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Warung	Keluarga	1 kali dalam seminggu	48	154	20,2
210	1	18	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Restoran	Teman	2-3 kali dalam seminggu	55,1	158	22
211	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Restoran	Teman	>5 kali dalam seminggu	51	157,5	20,7
212	1	19	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	54	157	21,9
213	4	21	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Restoran	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	48	155	20
214	4	21	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	55	160	21,5
215	4	22	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	56	159,5	22
216	4	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain-lain	Keluarga	1 kali dalam seminggu	46	157	18,7
217	4	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain-lain	Teman	2-3 kali dalam seminggu	51	165	18,7
218	4	21	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Restoran	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	60	164	22,3
219	4	23	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain-lain	Keluarga	1 kali dalam seminggu	50	156	20,5
220	4	22	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Restoran	Keluarga	2-3 kali dalam seminggu	50	155	20,8
221	4	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain-lain	Keluarga	1 kali dalam seminggu	64	165	23,5
222	4	22	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Keluarga	1 kali dalam seminggu	42,3	163	15,9
223	4	23	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain-lain	Keluarga	1 kali dalam seminggu	65	161	25,1
224	4	22	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain-lain	Keluarga	1 kali dalam seminggu	58	157	23,5
225	4	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Makanan Cepat Saji	Teman	2-3 kali dalam seminggu	54	157	21,9
226	4	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain-lain	Keluarga	1 kali dalam seminggu	48	161	18,5
227	4	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Lain-lain	Teman	2-3 kali dalam seminggu	51	158	20,4
228	4	21	Perempuan	Rp. 1.000.001-2.000.000	Depot/Warung	Lain-lain	1 kali dalam seminggu	58	159,5	22,8
229	4	21	Perempuan	≤ Rp. 1.000.000	Depot/Warung	Teman	1 kali dalam seminggu	55	155	22,9

Lampiran 6 Hasil Data Pemilihan Makanan Jajanan

ID Resp	1.a	1.b	1.c	1.d	1.e	1.f	1.g	1.h	2.a	2.b	2.c	2.d	3.a	3.b	3.c	4.a	4.b	4.c	4.d	5.a	5.b	5.c
35	3	2	3	2	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	5	5	5	3	5	5	3
40	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	5	5	4	5	5	4	4	5	4	3
65	5	2	3	2	4	2	3	3	2	2	5	5	3	2	3	4	4	5	5	3	3	2
70	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	5	5	5	5	5	3	4	4	4	4	3	5
95	4	4	4	3	4	2	2	2	3	3	3	3	4	5	5	4	4	4	3	4	4	3
100	3	1	5	3	3	2	1	1	3	3	3	2	5	5	5	4	4	1	3	5	5	1
135	3	5	4	3	3	5	2	1	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	3
136	4	5	5	3	3	3	2	1	3	3	3	4	4	5	4	3	3	3	3	5	4	4
137	3	1	4	3	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	5	3
138	4	3	5	5	3	3	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	5	3
139	4	2	4	4	4	5	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	5	5	2
140	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	3	3	3	3
141	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3
142	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	3
143	4	3	5	4	3	3	3	2	3	3	3	3	5	5	5	4	4	5	3	2	5	3
144	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	5	3	3	4	4	3	4	5	3
145	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
146	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	5	5	3
147	4	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
148	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5
149	5	4	5	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	5	4	4	5	4	3	5	5	3
150	4	1	5	4	3	3	1	4	3	3	4	3	4	5	5	4	4	4	5	5	4	3
151	5	3	4	3	5	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	5	4	3
152	3	3	4	3	4	4	3	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	4
153	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	3	5	5	4
154	5	3	5	4	3	5	1	1	3	2	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3
155	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4
156	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
157	5	1	4	3	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3
158	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	5	3	3	3	3	5	5	3
159	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3
160	4	3	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5
161	3	2	4	5	5	3	4	5	4	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5
162	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
163	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	5	4	3
164	3	2	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5
165	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	5	5	4	5	5	5	4	5	5	3
166	5	5	3	3	4	5	5	3	3	3	3	5	3	5	4	4	4	4	5	5	5	3
167	3	5	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3
168	3	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	4	3	5	4	3	4	4	4	5	5	3
169	4	4	5	3	5	5	5	3	3	4	4	2	4	5	5	5	3	3	4	5	5	4
170	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	5	4	5	4	5	3	5	5	5
171	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	1	5	4	4
172	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	5	4	5	4	5	5	4	4	3
173	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3
174	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4
175	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
176	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
177	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4
178	3	4	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5
179	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4
180	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3
181	4	4	5	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	5	4	5	4	3	3	5	4	4
182	4	3	4	4	4	3	2	2	2	2	3	4	4	5	4	5	4	4	3	4	4	3
183	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3
184	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
185	3	2	3	5	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3
186	5	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	5	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3
187	5	2	5	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	3	3	3	4	2	3	3	3
188	3	3	5	2	5	2	5	2	4	4	5	3	4	3	4	5	3	3	3	5	4	2
189	5	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	5	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3
190	5	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	5	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3
191	4	2	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	5	3
192	3	2	3	5	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3
193	2	2	3	4	4	4	2	4	5	5	5	3	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5
194	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	3	5	5	4
195	3	2	3	5	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3
196	3	3	5	2	5	2	5	2	4	4	5	3	4	3	4	5	3	3	3	5	4	2
197	3	2	3	5	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3
198	3	3	5	2	5	2	5	2	4	4	5	3	4	3	4	5	3	3	3	5	4	2
199	5	2	3	2	4	2	3	3	2	2	5	5	3	2	3	4	4	5	5	3	3	2
200	4	1	4	5	4	4	3	4	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	2	5	5	4
201	5	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	5	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3
202	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	5	5	3
203	3	2	4	4	5	4	3	3	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3
204	3	2	2	3	4	3	1	4	4	5	3	3	4	5	5	3	3	3	2	3	4	4
205	4	3	5	5	5	5	3	3	4	4	3	5	5	5	5	5	4	4	4	5	3	2
206	3	1	3	4	5	5	2	2	3	2	3	3	4	4	5	4	4	4	3	5	5	2
207	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	5	4	5	3
208	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	3
209	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	5	4	4	4	3	5	3	4	5	3
210	4	4	4	4	3	5	1	3	3	3	3	4	3	4	3	5	5	5	3	5	5	3
211	3	5	4	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5
212	5	5	5	3	3	3	3	2	2	2	2	3	5	5	5	4	4	4	3	5	5	4
213	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	5	3	4	4	5	3	4	3	4
214	4	2	4	4	5	4	4	3	3	4	3	4	3	5	4	4	4	4	4	5	4	3
215	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4
216	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5
217	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3
218	4	4	5	5	3	3	3	5	3	3	3	4	3	3	3	5	5	4	5	5	5	3
219	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5
220	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	5	5	5	3	5	5	3
221	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4
222	1	1	1	3	5	5	5	3	4	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	5	4
223	3	5	5	3	4	5	2	3	4	3	2	4	4	5	4	5	3	5	5	5	4	3
224	4	3	5	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	5	5	4	4	4	3	5	5	3
225	3	1	4	4	5	5	3	3	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3
226	4	2	4	5	5	5	5	5	4	4	4	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5
227	4	2	5	4	4	5	4	3	4	4	3	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3
228	4	1	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4
229	3	2	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5

Lampiran 7 Hasil *Output* SPSS

A. Analisis Univariat

Tingkat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	26	25.7	25.7	25.7
	2	28	27.7	27.7	53.5
	3	30	29.7	29.7	83.2
	4	17	16.8	16.8	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18	8	7.9	7.9	7.9
	19	33	32.7	32.7	40.6
	20	28	27.7	27.7	68.3
	21	19	18.8	18.8	87.1
	22	10	9.9	9.9	97.0
	23	3	3.0	3.0	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	5	5.0	5.0	5.0
	Perempuan	96	95.0	95.0	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Uang Saku Per bulan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	≤ Rp.1000.000	78	77.2	77.2	77.2
	Rp.1000.001-Rp.2000.000	15	14.9	14.9	92.1
	Rp.2000.001-Rp.4000.000	5	5.0	5.0	97.0
	≥Rp.4000.000	3	3.0	3.0	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Tempat Makan yang Sering Dikunjungi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Makanan Cepat Saji	46	45.5	45.5	45.5
	Restoran	10	9.9	9.9	55.4
	Warung	30	29.7	29.7	85.1
	Lain-lain	15	14.9	14.9	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Teman Saat Makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Keluarga	56	55.4	55.4	55.4
	Teman	36	35.6	35.6	91.1
	Pacar	5	5.0	5.0	96.0
	Lain-lain	4	4.0	4.0	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Frekuensi Makan Ddiluar Rumah Dalam Seminggu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1 kali dalam seminggu	42	41.6	41.6	41.6
	2-3 kali dalam seminggu	47	46.5	46.5	88.1
	4-5 kali seminggu	7	6.9	6.9	95.0
	<5 kali seminggu	5	5.0	5.0	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Baik	18	17.8	17.8	17.8
	Baik	83	82.2	82.2	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Status Gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Normal	40	39.6	39.6	39.6
	Normal	61	60.4	60.4	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

B. Analisis Bivariat

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan * Status Gizi	101	100.0%	0	0.0%	101	100.0%

Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan * Status Gizi Crosstabulation

			Status Gizi		
			Tidak Normal	Normal	Total
Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan	Tidak Baik	Count	13	5	18
		Expected Count	7.1	10.9	18.0
		% within Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan	72.2%	27.8%	100.0%
	Baik	Count	27	56	83
		Expected Count	32.9	50.1	83.0
		% within Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan	32.5%	67.5%	100.0%
Total		Count	40	61	101
		Expected Count	40.0	61.0	101.0
		% within Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan	39.6%	60.4%	100.0%

Risk Estimate

		95% Confidence Interval	
	Value	Lower	Upper
Odds Ratio for Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan (Tidak Baik / Baik)	5.393	1.744	16.677
For cohort Status Gizi = Tidak Normal	2.220	1.456	3.386
For cohort Status Gizi = Normal	.412	.193	.880
N of Valid Cases	101		

Lampiran 8 Surat Izin Penelitian

Uhamka	**Komite Etik Penelitian Kesehatan (Non Kedokteran)** **Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka** **Kodefikasi Kelembagaan KEPKK: 3175022S** http://sim-epk.keppkn.kemkes.go.id/daftar_kepk/	**POB-KE.B/008/01.0** Berlaku mulai: 04 Juni 2021 FL/B.06-008/01.0

SURAT PERSETUJUAN ETIK

PERSETUJUAN ETIK
No : 03/23.03/02345

Bismillaahirrohmaanirrohiim
Assalamu'alaikum warohmatulloh wabarokatuh

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komite Etik Penelitian Kesehatan (Non Kedokteran) Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (KEPKK-UHAMKA), setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian oleh reviewer yang bersertifikat, memutuskan bahwa protokol penelitian/skripsi/tesis dengan judul :

"HUBUNGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 GIZI STIKES MITRA KELUARGA"

Atas nama
Peneliti utama : Amaliafani Puspitadewi
Peneliti lain : -
Program Studi : S1 GIZI
Institusi : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA BEKASI

dapat disetujui pelaksanaannya dan **Lolos Kaji Etik (*Ethical Approval*)**. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol.

Pada akhir penelitian, laporan pelaksanaan penelitian harus diserahkan kepada KEPKK-UHAMKA dalam bentuk soft copy ke email kepk@uhamka.ac.id. Jika terdapat perubahan protokol dan/atau perpanjangan penelitian, maka peneliti harus mengajukan kembali permohonan kajian etik penelitian (amandemen protokol).

Wassalamu'alaikum warohmatulloh wabarokatuh

Jakarta, 16 Maret 2023
Ketua Komite Etik Penelitian Kesehatan
(Non Kedokteran) UHAMKA

(Dr. Retno Mardhiati, M.Kes)

Lampiran 9. Surat Pengantar Penelitian Utama

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
MITRA KELUARGA

MEMO INTERNAL

No. : 068/STIKes.MK/BAAK/LPPM-Giz/III/2023
Kepada : Ketua, Waket I, II, dan III
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa S1 Gizi

Dalam rangka penyusunan Skripsi mahasiswa Program Studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga T. A. 2022/2023, dimana untuk mendapatkan bahan penyusunan Skripsi tersebut, mahasiswa perlu melakukan penelitian.

Sehubungan dengan hal tersebut, bersama ini kami sampaikan bahwa nama - nama yang tersebut dalam lampiran akan melakukan penelitian di lingkungan STIKes Mitra Keluarga pada :

Waktu : Bulan Maret s.d. Agustus 2023
Kegiatan : Pengumpulan data dengan kuesioner dan pengukuran antropometri

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Bekasi, 8 Maret 2023
Kepala LPPM

Afrinia Eka Sari, S.TP, M.Si

CC:arsip
NFisy

Kampus A : Jl. Bekasi I No. 15A, Jatinegara, Jakarta Timur 13350, Telp : 021-8563866, Fax : 021-8568430
Kampus B : Jl. Pengasinan, Rawa Semut, Margahayu, Bekasi Timur 17113, Telp : 88345897, 88345997, Fax : 021-88351995
Email : info@stikesmitrakeluarga.ac.id

Lanjutan Surat Pengantar Penelitian Utama

Lampiran 068/STIKes.MK/BAAK/LPPM-Giz/III/2023

Daftar Mahasiswa S1 Gizi

No	NIM	Nama Mahasiswa	Judul Penelitian
1	201902016	Diah Setiastuti	Hubungan Antara Tingkat Stres dan Frekuensi Konsumsi Kopi Instan Terhadap Indeks Massa Tubuh Mahasiswa STIKes Mitra Keluarga
2	201902049	Vini AndrianiTaher	Hubungan Keragaman Konsumsi Pangan dan Pemantauan Berat Badan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Mahasiswa STIKes Mitra Keluarga
3	201902001	Amaliafani Puspitadewi	Hubungan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga

Waktu Penelitian : Kamis, 16 Maret 2023 & Senin, 20 Maret 2023
Tempat : Ruang Kelas dan Laboratorium Penilaian Status Gizi
Metode penelitian : *Cross Sectional*
Intrumen : Kuesioner
Sampel : Mahasiswa Prodi Gizi (tingkat 1-3), Keperawatan, Farmasi dan TLM (tingkat 2 & 3)

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian