

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 *Food Choice Questionnaire* (FCQ). Data tersebut dianalisis dengan uji *Chi-Square*.

Hasil: Sebanyak 60,4% mahasiswa memiliki status gizi normal diketahui $p\text{-value} = 0,002$ ($p < 0,05$) 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 $p\text{-value} = 0.002$ ($p < 0.05$). 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, Early Adulthood*