



### Given Content

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU  
 PENERAPAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH DENGAN STATUS GIZI  
 PADA MAHASISWA UNIVERSITAS BHAYANGKARA BEKASI

Nurarifah Tazhkia  
 NIM.201902043

Abstrak

Pendahuluan: Masih ada banyak masalah terkait status gizi pada usia dewasa di Indonesia saat ini. Saat memasuki fase dewasa, mahasiswa menghadapi berbagai perubahan dan tantangan baru. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi status gizi termasuk pengetahuan gizi dan pola makan. Pengetahuan gizi individu memainkan peran penting dalam perilaku mereka dalam memilih makanan yang tepat. Selain itu, konsumsi makanan yang kaya serat juga penting untuk menjaga kesehatan tubuh pada usia dewasa, dan serat tersebut umumnya terdapat dalam sayur dan buah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan perilaku konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi.

Metode: Penelitian ini menerapkan metode desain cross-sectional pada sampel terdiri dari 56 mahasiswa dari Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi. Sampel dipilih menggunakan metode consecutive sampling. Data penelitian dikumpulkan melalui pengisian kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ) yang mengukur pengetahuan gizi mengenai sayur dan buah serta perilaku konsumsi makanan.

Hasil: Hasil univariat menunjukkan bahwa pengetahuan gizi mahasiswa tentang sayur dan buah berada dalam kategori baik 31 (50,8%) dan perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah berada dalam kategori cukup 31 (50,8%). Hasil bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi ( $p\text{-value} = 0,153$ ) dan terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi ( $p\text{-value} = 0,011$ ) pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

Kesimpulan: Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi dan ada hubungan antara perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

Kata Kunci : Pengetahuan gizi, perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah, status gizi

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND  
 BEHAVIOR OF IMPLEMENTING VEGETABLE AND FRUIT  
 CONSUMPTION WITH NUTRITIONAL STATUS OF BHAYANGKARA  
 UNIVERSITY STUDENTS

By:

Nurarifah Tazhkia

NIM.201902043

#### ABSTRACT

In Indonesia, there are still many problems with nutritional status in adulthood. Factors that affect nutritional status are nutritional knowledge and food intake. Individual nutritional knowledge affects behavior in food selection. Meanwhile, high fiber food intake in adulthood is important for maintaining a healthy body. High fiber content is found in vegetables and fruits. The purpose of this study was to analyze the relationship between the level of nutritional knowledge and the behavior of implementing vegetable and fruit consumption with nutritional status in Bhayangkara University Bekasi students. This study used a cross sectional design method on 56 students of the Faculty of Communication Sciences at Bhayangkara University Bekasi. Sampling of this study using consecutive sampling method. Data collection includes nutritional knowledge of vegetables and fruits and behavior measured using the Food Frequency Questioner (FFQ) questionnaire. Univariate results on nutritional knowledge related to vegetables and fruits most students in the category of good knowledge 31 students (50.8%). In the behavior of implementing vegetable and fruit consumption, most students are in the category of 31 students (50.8%). The bivariate results using the Chi-Square test showed that there was no significant relationship between nutritional knowledge and nutritional status ( $p$ -value = 0.153) and there was a significant relationship between the behavior of implementing vegetable and fruit consumption with nutritional status ( $p$ -value = 0.011) in Bhayangkara University Bekasi students.

Keywords : Nutritional knowledge, behavior of implementing vegetable and fruit consumption, nutritional status

#### A. LatarBelakang

Mahasiswa adalah kelompok individu yang sedang mengalami transisi menuju dewasa dengan usianya berkisar antara 19–22 tahun. Rentang usia ini termasuk kategori dewasa muda, yang merupakan fase awal masuk ke dalam kategori usia dewasa. Menurut Kemenkes RI tahun 2017 usia dewasa adalah usia 19 – 29 tahun yang disebut dengan dewasa muda (Pritasari, 2017). Mahasiswa adalah mereka yang terdaftar di sebuah Universitas dan telah memenuhi persyaratannya yang ditetapkan oleh Universitas tersebut.

Masalah status gizi pada usia dewasa masih sering ditemui di Indonesia sampai sekarang. Status gizi merujuk pada kondisi tubuh yang mencerminkan asupan makanan dan zat gizi yang berperan dalam menyediakan energi, mendukung pertumbuhan, perkembangan, perbaikan jaringan, dan mengatur metabolisme tubuh (Septikasari, 2018). Pada fase dewasa, penting untuk memperhatikan status gizi. Menurut Data Riskeddas tahun 2018, ditemukan bahwa prevalensi status gizi pada usia 19 tahun mencakup 20,7% dengan status gizi kurang dan 15,5% dengan status gizi berlebih. Sementara itu, pada usia 20-24 tahun, prevalensi status gizi kurang mencakup 15,8% dan status gizi berlebih mencakup 20,5% (Kemenkes RI, 2018). Data pemantauan status gizi Provinsi Jawa Barat tahun 2017 juga menunjukkan bahwa 5,7% orang dewasa berusia lebih dari 18 tahun memiliki status gizi kurus, 14,4% memiliki status gizi gemuk, dan 30,7% memiliki status gizi obesitas (Kemenkes RI, 2017).

Asupan makanan dan infeksi merupakan faktor utama yang secara langsung memengaruhi status gizi. Selain itu, faktor lain yang memengaruhi termasuk pola konsumsi. Mahasiswa sama seperti masyarakat atau rumah tangga lainnya, juga terlibat dalam aktivitas ekonomi sehari-hari, termasuk dalam hal konsumsi makanan (Flinsia, 2015). Pemilihan makanan yang tidak tepat sering kali menyebabkan ketidaknormalan dalam status gizi. Di sisi lain, konsumsi makanan dengan kandungan lemak rendah dan serat tinggi pada usia dewasa sangat penting untuk kesehatan mereka, terutama mengingat jadwal aktivitas yang padat pada usia dewasa (Anjani, 2017). Kandungan serat yang tinggi dapat ditemukan dalam sayuran dan buah-buahan. Menurut rekomendasi Pedoman Gizi Seimbang, disarankan agar seseorang mengonsumsi 400 gram sayur dan buah-buahan setiap hari untuk menjaga kesehatan. Rinciannya adalah 250 gram untuk sayur dan 150 gram untuk

buah-buahan. Di Indonesia, disarankan agar orang dewasa dan remaja mengonsumsi 400 hingga 600 gram sayur dan buah sehari-hari. Lebih baik jika dua pertiga dari jumlah yang direkomendasikan berasal dari porsi sayur (Kemenkes RI, 2014).

Hasil penelitian yang diluncurkan Nenobanu et al (2018) menurut hasil penelitian mayoritas mahasiswa asrama di Universitas Kristen Satya Wacana mengalami kekurangan konsumsi buah dan sayur. Hasil didapatkan sebanyak 33 mahasiswa atau sekitar 66% dari total responden menunjukkan pola konsumsi buah dan sayur yang kurang. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 juga menunjukkan bahwa persentase rendahnya konsumsi buah dan sayur pada kelompok dewasa adalah 96,9%. Pada prevalensi provinsi Jawa Barat terdapat 98,1% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018).

Selain pola konsumsi ada juga yang menjadi faktor lainnya yang mempengaruhi status gizi yaitu pengetahuan gizi. Konsumsi makan pada seseorang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan terkait gizi. Menurut Notoatmodjo (2018) ketidakpahaman mengenai gizi dapat mengakibatkan kebiasaan dan perilaku makan yang tidak teratur, yang pada gilirannya dapat mengakibatkan masalah gizi. Pengetahuan gizi mencakup pemahaman tentang cara memilih dan mengonsumsi makanan dengan baik dan memastikan bahwa semua nutrisi yang diperlukan tubuh untuk berfungsi normal tercukupi (Almatsier, 2015). Pengetahuan gizi seseorang mempengaruhi perilaku mereka dalam memilih makanan yang berdampak pada status gizi individu tersebut.

Mahasiswa Universitas Bhayangkara termasuk mahasiswa non kesehatan yang mana merujuk pada mahasiswa yang program studinya tidak dilatarbelakangi oleh kesehatan. Berdasarkan riset sebagian besar mahasiswa Universitas Bhayangkara ada yang tinggal di kost dan tinggal bersama orang tuanya, dimana perilaku konsumsi sayur dan buah pada mahasiswa yang tinggal di rumah kost cenderung jarang dan hanya mengonsumsi makanan jauh dari ukuran yang aman. Hal ini disebabkan oleh sejumlah faktor, termasuk jadwal aktivitas yang sibuk, kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang pola makan yang sehat. Situasi ini akan mempengaruhi timbulnya berbagai masalah terkait gizi. Di sekitar Universitas Bhayangkara Bekasi terdapat toko swalayan yang menjual berbagai macam sayur dan buah serta ada beberapa pedagang kaki lima yang berjualan buah segar, sehingga mudahnya akses dalam ketersediaan sayur dan buah ini dapat mempengaruhi perilaku dalam mengonsumsi sayur dan buah serta mengurangi terjadinya masalah gizi pada mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan studi mengenai tingkat pengetahuan gizi dan perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah, serta hubungannya dengan status gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

#### B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara tingkat pengetahuan gizi terkait sayur dan buah dan perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi?

#### C. Tujuan Penelitian

##### 1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan gizi dan perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

##### 2. Tujuan Khusus

a. Menganalisis karakteristik Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

b. Menganalisis tingkat pengetahuan gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

c. Menganalisis perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan

status gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

d. Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

e. Menganalisis hubungan antara perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Bagi Masyarakat

Adanya kontribusi pengetahuan serta manfaat yang berguna bagi masyarakat, terutama dalam pemahaman tentang gizi dan perilaku terkait konsumsi sayur dan buah. Hal ini dapat jadi rekomendasi dalam upaya pencegahan masalah yang terkait dengan status gizi di masyarakat.

##### 2. Bagi Instansi

Dapat menjadi referensi berharga dalam bidang ilmu gizi masyarakat untuk mengembangkan penelitian selanjutnya, terutama bagi STIKes Mitra Keluarga dan instansi terkait.

##### 3. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan pemahaman dan memberikan pengalaman praktis dalam mengaplikasikan teori yang telah diperoleh selama perkuliahan.

#### E. Keaslian Penelitian

##### A. Tinjauan Pustaka

##### 1. Dewasa

##### a. Definisi Dewasa

Masa dewasa merupakan periode awal dan penuh tantangan bagi individu dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan baru dan harapan sosial yang baru. Pada fase ini, individu diharapkan untuk melepaskan ketergantungan pada orang tua dan berupaya menjadi mandiri sebagai orang dewasa (Maulidya et al., 2018).

Dewasa awal adalah fase peralihan dari remaja ke dewasa yang dikenal sebagai periode munculnya kedewasaan (emerging adulthood). Terdapat tiga kriteria yang digunakan untuk mendefinisikan dewasa muda, yaitu menerima tanggung jawab atas diri sendiri, mengambil keputusan secara mandiri, dan mencapai kemandirian finansial (Putri, 2018).

Menurut Hasnawati, Susanti, and Panjaitan (2020) dewasa awal adalah sebuah kelompok individu yang sedang mengalami tahap perkembangan sosial yang lebih dekat, menandakan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk membentuk hubungan yang dekat dengan orang lain. Pada tahap ini, individu mulai menyadari adanya masalah-masalah yang ada, sehingga mereka dapat melakukan upaya pencegahan terhadap masalah yang lebih serius di masa depan.

##### b. Kelompok Dewasa

Pada tahun 2017, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengelompokkan usia dewasa menjadi tiga kategori. Kelompok pertama yaitu dewasa muda, yang mencakup usia 19-29 tahun. Kelompok kedua yaitu usia 30-49 tahun, sedangkan kelompok ketiga yaitu usia di atas 50 tahun yang sering disebut sebagai masa setengah tua (Pritasari, 2017).

##### c. Perubahan pada Usia Dewasa

Di usia dewasa, terjadi banyak perubahan. Perubahan fisik tercermin dalam peningkatan berat badan yang mencapai puncaknya pada masa dewasa, serta meningkatnya prevalensi permasalahan berat badan dan tingkat keparahannya. Selain adanya perubahan fisik, ada perubahan fisiologis yang terjadi pada masa ini, termasuk pertumbuhan yang pesat, perkembangan sensual, perubahan bentuk tubuh, dan perubahan hormonal (Hizni, 2016).

Pada usia dewasa, terjadi perubahan psikologis dan sosial yang signifikan. Perubahan ini disebabkan oleh interaksi dengan lawan

jenis, yang membuat penampilan fisik menjadi sangat penting, terutama dalam hal berat badan. Kepedulian terhadap berat badan dapat mempengaruhi perilaku diet, bahkan menyebabkan pembatasan asupan makanan yang tidak sehat, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada kesehatan. Pada fase awal dewasa yang biasanya terjadi sekitar usia 20 tahun, proses pertumbuhan tubuh telah mencapai puncaknya dan organ-organ tubuh sudah mencapai ukuran permanen, kecuali berat badan yang masih dapat berubah karena penumpukan lemak (Hizni, 2016).

## 2. Pengetahuan Gizi terkait Sayuran Buah

### a. Pengetahuan Gizi

#### 1) Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018) pengetahuan mengacu pada informasi yang diperoleh seseorang melalui penggunaan panca inderanya seperti penglihatan, penciuman, pendengaran, dan lainnya, serta pemahaman yang dimiliki tentang suatu objek. Pengetahuan dapat diukur dengan menggunakan metode wawancara atau kuesioner, yang melibatkan pertanyaan kepada subjek penelitian mengenai isi materi yang ingin diukur. Sikap merupakan suatu bentuk perilaku yang belum mencakup tindakan konkret. Pengetahuan adalah kemampuan individu yang mempengaruhi tindakan yang dilakukan oleh individu tersebut.

Faktor pendidikan bukanlah satu-satunya yang memengaruhi pengetahuan, karena pengetahuan juga dapat diperoleh melalui pengalaman yang dialami sebelumnya. Namun, tingkat pendidikan seseorang juga berperan dalam mempengaruhi seberapa mudah seseorang memproses dan memahami informasi yang diterima, yang pada akhirnya membantu dalam pemahaman yang lebih mendalam (Albunsyary, 2020).

#### 2) Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi adalah bidang studi yang mencakup pemahaman tentang semua aspek gizi. Ini melibatkan pemahaman tentang bagaimana memilih bahan makanan yang sehat dan mengkonsumsinya dalam kehidupan sehari-hari, dengan tujuan menyediakan nutrisi yang diperlukan untuk menjalankan fungsi tubuh yang normal. Upaya memilih dan mengonsumsi bahan makanan memiliki dampak yang signifikan terhadap status gizi seseorang (Almatsier, 2015).

Pengetahuan gizi saat ini dapat diakses dengan mudah melalui berbagai sumber berkat kemajuan teknologi dan ketersediaan informasi yang melimpah. Internet dan media informasi lainnya merupakan contoh teknologi yang telah berkembang pesat yang memungkinkan individu untuk dengan mudah mengakses informasi yang mereka perlukan. Pada masa dewasa, generasi saat ini memiliki akses yang akrab dengan teknologi, terutama teknologi informasi dan komunikasi seperti internet, media sosial, dan media informasi lainnya. Hal ini seharusnya memberikan mereka pengetahuan terkini dan up-to-date, serta memperluas wawasan mereka. Tidak hanya memiliki wawasan umum yang kaya, generasi ini juga diharapkan memiliki pengetahuan yang baik tentang kesehatan, terutama dalam hal gizi (Parapat et al., 2021).

Mahasiswa perlu memiliki pengetahuan gizi yang cukup untuk mengimplementasikan perilaku makan sehat. Hal ini penting sebab mereka rentan melakukan pilihan makanan tidak sehat, makanan kemasan, minuman ringan, dan kebiasaan makan yang tidak sehat semacam rendahnya konsumsi buah dan sayur.

Pengetahuan terkait gizi mahasiswa dapat memengaruhi sikap dan perilaku mereka terhadap makanan yang mereka pilih, serta pemahaman mereka tentang manfaat gizi dari makanan yang mereka konsumsi. Dengan pengetahuan yang memadai, mereka dapat menghindari masalah gizi yang mungkin timbul (Selaindoong, 2020).

### 3) Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2014) ada enam tingkatan pengetahuan yang mencakup Tahu (Know), Memahami (Comprehension), Aplikasi (Application), Analisis (Analysis), Sintesis (Synthesis), dan Evaluasi (Evaluation). Dalam penelitian ini, tujuannya adalah untuk mengukur tingkat pengetahuan responden hingga tahap Tahu (Know), yang mengacu pada kemampuan mereka untuk mengingat materi yang telah diketahui sebelumnya. Pada tingkat pengetahuan ini, responden diharapkan dapat mengingat informasi spesifik dari keseluruhan materi yang telah dipelajari atau rangsangan yang diterima.

### 4) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

#### a) Pendidikan

Pendidikan ialah upaya guna membangun karakter serta potensi seseorang, baik didalam maupun diluar lingkungan pendidikan, dan berlaku sepanjang hidup seseorang. Informasi lebih mudah diterima oleh seseorang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi. Melalui pendidikan tinggi, orang lebih suka mencari informasi secara proaktif, baik melalui interaksi dengan orang lain maupun melalui media massa. Banyaknya informasi yang diperoleh terkait kesehatan, semakin baik juga pengetahuan mereka tentang kesehatan.

Pendidikan gizi dalam Universitas Bhayangkara yang termasuk non kesehatan dapat diberikan melalui kegiatan penyuluhan, penyediaan poster, leaflet, atau booklet. Dengan melalui proses pendidikan diharapkan pengetahuan seseorang dapat meningkat dan dengan bertambahnya pengetahuan, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang lebih mengarah pada pola gizi dan kesehatan yang lebih positif (Paat, 2021).

#### b) Mass media/informasi

Perubahan atau peningkatan pengetahuan adalah cara cepat untuk melihat dampak dari informasi. Selain itu, kemajuan teknologi telah menyediakan masyarakat dengan berbagai jenis media massa, yang berdampak pada pemahaman masyarakat tentang kemajuan teknologi.

#### c) Sosial budaya dan ekonomi

Tradisi dan kebiasaan seseorang dapat meningkatkan pengetahuan mereka tanpa perlu memikirkan apakah itu baik atau buruk. Setiap budaya memiliki peran dan nilai yang berbeda untuk makanan. Aspek sosial dan budaya memengaruhi kebiasaan makan seseorang, yang kadang-kadang tidak sesuai dengan prinsip ilmu gizi. Sebagai contoh, dalam suatu budaya tertentu, mungkin masih dianggap tabu untuk mengonsumsi sayur dan buah dengan alasan-alasan tertentu, yang pada gilirannya akan mempengaruhi perilaku konsumsi individu (Milasari, 2020). Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh status ekonomi mereka, yang memengaruhi ketersediaan fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu. Menurut Noor and Ikasari (2014) status sosial ekonomi berperan penting dalam

mempengaruhi kecenderungan pembelian buah dan sayur. Semakin tinggi uang saku yang diberikan kepada mahasiswa, semakin besar kemungkinan mahasiswa tersebut menghabiskan uang saku tanpa memperhatikan skalaprioritas.

#### d) Lingkungan

Lingkungan mencakup semua elemen mengenai individu, baik itu aspek fisik, biologis, dan sosial. Lingkungan berperan dalam mempengaruhi bagaimana individu menerima pengetahuan di dalamnya. Menurut Nenobanuet al(2018)lingkunganyangpositifdapatmempengaruhiataumemotivasiseseoranguntukmengonsumsibuahdansayur.

#### e) Usia

Kemampuan pemahaman dan pola pikir seseorang akan mengalami perkembangan seiring bertambahnya usia., yang akhirnya mempengaruhi peningkatan pengetahuan yang mereka miliki. Pada masa dewasa, individu mulaimemiliki kendali atas apayangmereka konsumsi, sehinggapengaruh terhadap kebiasaan makan mereka menjadi lebih kompleks (Aviana,2021).

#### 5) Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan dapat diukur melalui wawancara atau pengisian angket merupakan serangkaian pertanyaan yang berkaitan dengan subjek penelitian atau responden. (Notoatmodjo, 2018). Salah satu metode untuk mengukur tingkat pengetahuan adalah dengan mengajukan sejumlah pertanyaan dan memberikan poin 1 (satu) jawaban benar dan poin 0 (nol) jawaban salah (Arikunto,2013).

#### b. Pengetahuan Gizi terkait Sayur dan Buah

Salah satu faktor yang memengaruhi kebiasaan konsumsi sayur dan buah adalah pengetahuan tentang sayur dan buah. Pengetahuan ini mencakup pemahaman tentang kandungan gizi, zat gizi, dan manfaatnya bagi tubuh. Tingkat perhatian dan persepsi seseorang terhadap hal-hal tertentu, terutama yang berkaitan dengan sayur dan buah(Saputro,2021).

#### 3. Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

##### a. Perilaku

Dari perspektif biologis,perilakumencakupapayangdilakukanoleh organisme, baik yang dapat diamati secara langsung maupun yang tidak dapat diamati. Perilaku manusia dapat digambarkan sebagai tindakan yang sangat kompleks, seperti berkomunikasi, berpenampilan, bergerak, mempersepsi, merasakan emosi, berpikir, danmemilikimotivasi(Notoatmodjo,2014).

Buku yang ditulis Pakpahan dkk (2021) dalam konteks kesehatan, analisis perilaku manusia dapat dibagi menjadi dua komponen utama, menurut teori Lawrence Green yaitu faktor perilaku dan faktor di luar perilaku. Faktor perilaku ini, pada gilirannya dapat dipengaruhi dan dibentuk oleh hal-hal berikut:

##### 1) Faktor predisposisi (predisposing factor)

Faktor yang mempermudah seseorang berperilaku. Faktordalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi tentang sayur dan buah. Dengan adanya pengetahuan gizi memberikan informasi tentang manfaat kesehatan yang terkait dengan konsumsi sayur dan buah secara teratur. Misalnya, pengetahuan bahwa konsumsi sayur dan buah yang cukup dapat membantu mengurangi risiko penyakit jantung, kanker, dan beberapa penyakit kronis lainnya, dapat menjadi motivasi bagi seseorang untuk membuat perubahan dalam pola makan mereka.

## 2) Faktor pemungkin (enabling factor)

Faktor yang memfasilitasi suatu perilaku. Dalam penelitian faktor ini terwujud dalam tersedia atau tidak tersedianya sayur dan buah serta lingkungan. Dengan adanya ketersediaan sayur dan buah yang baik mempermudah seseorang untuk mendapatkan akses fisik terhadap makanan tersebut. Ketika buah dan sayur mudah ditemukan dan tersedia di toko, pasar, atau tempat-tempat penjualan makanan lainnya, orang lebih mungkin untuk membeli dan mengonsumsinya.

## 3) Faktor penguat (reinforcing factor)

Faktor yang mendorong suatu perilaku. Dalam penelitian faktor ini terwujud dalam sikap dan perilaku dari teman sebaya. Dengan adanya pengaruh teman sebaya yang mendukung dapat memberikan dorongan dan motivasi dalam mengubah perilaku konsumsi sayur dan buah. Ketika teman sebaya secara positif mengkomunikasikan manfaat dan pengalaman mereka terkait dengan konsumsi sayur dan buah, individu akan merasa didorong untuk mengikuti dan mencoba perilaku yang sama.

### b. Konsumsi Sayur dan Buah

Pada masa dewasa, mengonsumsi sayur dan buah secara langsung memberikan manfaat yang lebih baik bagi kesehatan tubuh dibandingkan dengan mengonsumsi suplemen. Menurut Khomsan dkk (2013) apabila tidak mengonsumsi sayur dan buah, kebutuhan gizi seperti vitamin C, vitamin A, kalium, dan folat akan tidak tercukupi. Selain itu, sayur dan buah juga penuh serat, yang membuat rasa kenyang untuk waktu yang lama. Sehingga tubuh cenderung tidak terganggu oleh makanan lain sehingga perasaan kenyang tersebut hilang. Rasa kenyang ini membantu mencegah konsumsi makanan yang berlebihan, yang pada akhirnya dapat memengaruhi status gizi seseorang.

### c. Dampak Kekurangan Sayur dan Buah

#### 1) Meningkatkan Risiko Sembelit (Konstipasi)

Mengonsumsi serat makanan yang berasal dari buah dan sayur, terutama serat tak larut yang tidak dapat dicerna dan tidak larut dalam air, akan menghasilkan tinja yang lembut. Hal ini memungkinkan feses dikeluarkan dengan lancar dengan minimal kontraksi otot. Dengan demikian, konstipasi atau sulit buang air besar dapat dikurangi. Diet dengan kandungan serat yang tinggi juga memiliki peran penting dalam merangsang gerakan peristaltik usus sehingga memfasilitasi proses pembuangan tinja yang lancar. Kurangnya asupan serat dapat mengakibatkan tinja menjadi keras dan memerlukan kontraksi otot yang lebih kuat atau perlu mengejan dengan lebih intens. Situasi ini seringkali mengakibatkan kesulitan dalam buang air besar atau konstipasi. Oleh karena itu, penting untuk memastikan asupan serat yang cukup, terutama dari buah dan sayur (Putra, 2016).

#### 2) Meningkatkan Risiko Kegemukan

Kurangnya konsumsi buah dan sayur dapat meningkatkan risiko obesitas. Seseorang yang mengonsumsi berbagai jenis buah dan sayur akan memperoleh sebagian besar mineral mikro dan serat yang diperlukan untuk mencegah kegemukan (Putra, 2016).

Sayur dan buah mengandung serat larut air, serupa dengan pektin dan beberapa jenis hemiselulosa, yang dapat menyerap air dan menghasilkan campuran kental di saluran pencernaan. Makanan yang tinggi serat membutuhkan waktu lebih lama untuk dicerna oleh lambung, dan serat menarik air yang membuat rasa kenyang lebih lama. Hal ini membantu mengurangi keinginan untuk makan berlebihan atau dalam

jumlah yang berlebihan (Wulandari, 2022).

### 3) Meningkatkan Kolesterol Darah

Banyak vitamin, antioksidan, dan serat yang ada dalam buah dan sayur sangat penting untuk kesehatan tubuh. Vitamin dan antioksidan tersebut memiliki peran penting dalam mencegah oksidasi lemak LDL (kolesterol jahat) dalam pembuluh darah. Dengan mencegah oksidasi LDL, buah dan sayuran membantu mengurangi iritasi pada dinding pembuluh darah dan mencegah terbentuknya plak. Dengan demikian, hal ini membantu mencegah penyumbatan pada pembuluh darah yang disebabkan oleh oksidasi LDL (Pratama, 2019).

### 4) Meningkatkan Risiko Kanker Kolon

Pola makan tinggi lemak dan rendah serat, termasuk kurangnya konsumsi buah dan sayuran, dapat mempertinggi risiko terkena kanker usus besar. Serat makanan diketahui memiliki kemampuan untuk melambatkan penyerapan dan pencernaan karbohidrat, serta mengurangi pelepasan insulin ke dalam pembuluh darah. Kelebihan insulin (hormon yang mengatur kadar glukosa dalam darah) dapat meningkatkan produksi protein dalam darah yang disebut faktor pertumbuhan insulin (IGF), yang dapat meningkatkan risiko kanker. Serat makanan juga dapat mengikat partikel penyebab kanker dan membawanya keluar dari tubuh. Dengan demikian, serat makanan berperan penting dalam menekan risiko terjadinya kanker (Putra, 2016).

#### d. Kebutuhan Sayuran dan Buah

Tubuh membutuhkan mikronutrien untuk menjalankan metabolisme, yang dapat diperoleh dari sayur dan buah. Pedoman Gizi Seimbang menyarankan orang Indonesia untuk makan tiga hingga lima porsi sayur atau setara dengan 250 gram dan dua hingga tiga porsi buah atau setara dengan 150 gram setiap hari. Jika seseorang mengonsumsi setidaknya 5 porsi sayur atau buah per hari, maka sudah dikategorikan sebagai konsumsi yang "cukup". Namun, jika konsumsi sayur dan buah kurang dari ketentuan tersebut, maka dikategorikan sebagai konsumsi yang "kurang" (Kemenkes, 2014).

## 4. Status Gizi

### a. Definisi Status Gizi

Menurut Supriadi (2017) status gizi menunjukkan bagaimana asupan dan kebutuhan zat gizi tubuh seimbang untuk mendukung berbagai proses biologis, termasuk pertumbuhan. Gizi merupakan elemen penting dalam kehidupan dan perkembangan, sehingga pemenuhan kebutuhan gizi yang memadai memiliki peran yang signifikan dalam menentukan kualitas pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini juga berdampak pada potensi sumber daya manusia di masa depan.

### b. Klasifikasi Status Gizi

Menurut Al Matsier (2015) klasifikasi status gizi sebagai berikut:

- 1) Status Gizi Kurang, merujuk pada keadaan dimana tubuh kekurangan salah satu zat gizi penting.
- 2) Status Gizi Baik atau Optimal, mengacu pada kondisi di mana tubuh mendapat cukup nutrisi yang diperlukan.
- 3) Status Gizi Lebih, terjadi ketika tubuh mengonsumsi nutrisi terlalu banyak, yang dapat menyebabkan efek toksik dan berpotensi berbahaya bagi kesehatan.

### c. Pengukuran Status Gizi

#### 1) Penilaian Status Gizi secara Langsung

##### a) Antropometri

Dalam antropometri, ukuran tubuh yang disesuaikan dengan usia dan tingkat gizi digunakan untuk menilai status gizi seseorang. IMT (Indeks Massa Tubuh) adalah salah satu

parameter antropometri yang paling umum digunakan untuk menilai status gizi orang dewasa. Berikut adalah penggunaan IMT (Indeks Massa Tubuh) sebagai alat pengukuran untuk menentukan status gizi seseorang:

Sumber: Kemenkes 2014

#### b) Biokimia

Pengukuran status gizi melalui metode biokimia melibatkan pemeriksaan yang dilakukan di laboratorium terhadap berbagai jaringan tubuh. Tujuannya adalah untuk mendeteksi kekurangan zat gizi yang mungkin terjadi (Ariani, 2017).

#### c) Klinis

Pemeriksaan klinis melibatkan melihat jaringan epitel di area tertentu seperti mata, kulit, rambut, mukosa mulut, dan bagian tubuh lainnya seperti kelenjar thyroid. Dengan melakukan pemeriksaan klinis, kita dapat mengevaluasi status gizi berdasarkan perubahan yang terlihat pada jaringan-jaringan tersebut. Perubahan tersebut sering kali berkaitan dengan kekurangan atau kelebihan asupan gizi. Pemeriksaan ini sering digunakan untuk melakukan survei klinis secara cepat (rapid clinical surveys) (Ariani, 2017).

#### d) Biofisik

Pemeriksaan biofisik adalah metode untuk mengevaluasi status gizi serta mengamati kekuatan fungsional dan transformasi struktural jaringan. Metode ini dapat dikenakan dalam situasi-situasi khusus, misalnya dalam kasus kejadian buta senja, untuk melihat bagaimana kondisi jaringan tersebut secara biologis dan fisik (Susetyowati, 2016).

### 2) Penilaian Status Gizi secara Tidak Langsung

#### a) Survei Konsumsi Makanan

Survei konsumsi makanan adalah salah satu metode untuk menilai status gizi berdasarkan data yang meliputi aspek kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif melibatkan informasi mengenai frekuensi makan serta metode yang digunakan oleh individu atau keluarga untuk memperoleh makanan yang memenuhi kebutuhan gizi. Sementara itu, data kuantitatif melibatkan informasi mengenai jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi (Istianydkk, 2013).

#### b) Statistik Vital

Statistik vital adalah metode yang digunakan untuk mengevaluasi status gizi dengan menggunakan data statistik kesehatan yang berkaitan dengan aspek gizi. Data yang dimanfaatkan meliputi informasi tentang tingkat kejadian penyakit dan kematian yang terkait dengan gizi, angka kematian dalam kelompok usia tertentu, angka penyakit infeksi yang disebabkan oleh kekurangan gizi, serta statistik terkait dengan layanan kesehatan yang berkaitan dengan gizi (Aritonang, 2013).

#### c) Faktor Ekologi

Penilaian status gizi dengan mempertimbangkan faktor ekologi melibatkan penggunaan elemen-elemen ekologi karena adanya permasalahan gizi yang dipengaruhi oleh interaksi antara beberapa faktor ekologi. Faktor-faktor ini meliputi aspek fisik, lingkungan dan budaya, serta faktor biologis.

#### d. Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

##### 1) Faktor Langsung

#### a) Konsumsi Pangan

Metode penilaian konsumsi pangan rumah tangga atau individu adalah pendekatan observasi langsung yang membantu dalam memperoleh pemahaman tentang pola konsumsi masyarakat berdasarkan wilayah, tingkat sosial ekonomi, dan faktor sosial budaya. Penilaian konsumsi pangan adalah salah satu cara untuk mengetahui status gizi individu yang beragam (Istianydkk, 2013).

#### b) Infeksi

Penyakit infeksi dan status gizi memiliki interaksi saling mempengaruhi. Ketika terjadi infeksi, nafsu makan cenderung menurun, sehingga menyebabkan penurunan konsumsi makanan yang berdampak pada kurangnya asupan zat gizi dalam tubuh (Thamaria, 2017).

#### 2) Faktor Tidak Langsung

##### a) Tingkat Pendapatan

Tingkat pendapatan memainkan peran krusial dalam menentukan jenis makanan yang dapat dibeli seseorang. Pendapatan sangat penting dalam menentukan kualitas dan jumlah makanan yang dapat diakses, dan memiliki hubungan yang erat dengan kesehatan gizi seseorang (Syarfaini, 2014).

##### b) Pengetahuan Gizi

Kemampuan seseorang untuk mengolah makanan dan memilih makanan yang mengandung zat gizi yang diperlukan adalah bagian dari pengetahuan gizi. Kemampuan ini sangat penting untuk memilih dan menggunakan bahan makanan dengan benar sehingga dapat mencapai keseimbangan gizi yang ideal (Susetyowati, 2016).

#### B. Kerangka Teori

Sumber : Modifikasi Teori Lawrence Green dalam buku Pakpahan dkk (2021), Notoatmodjo (2014)

Keterangan:

Gambar 2.1 Kerangka Teori

A. Kerangka Konsep

Variabel Independen

Gambar 3.1 Kerangka Konsep

B. Hipotesis Penelitian

1. Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.
2. Terdapat hubungan antara perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

A. Gambaran Umum

Penelitian ini dilakukan di Universitas Bhayangkara Bekasi yang terletak di Jl. Perjuangan, Kel. Marga Mulya, Kec. Bekasi Utara, Kota Bekasi, Jawa Barat. Universitas Bhayangkara Jakarta Raya (Ubhara Jaya) merupakan salah satu perguruan tinggi swasta yang di bawah naungan Yayasan Brata Bhakti sebagai penyelenggara. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dan penerapan perilaku konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara Bekasi.

B. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi umur dan jenis kelamin gizi pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Bekasi.

#### a. Data Numerik

Berdasarkan tabel 5.2 didapatkan data bahwa median usia mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi yaitu 20 tahun, dengan variasi interkuartil sebesar 1 (berada di antara usia 19 tahun sampai dengan usia 20 tahun).

#### b. Data Kategorik

Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan data bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan. Presentase perempuan sebanyak 65,6% atau 40 mahasiswa, sedangkan laki – laki sebanyak 34,4% atau 21 mahasiswa.

#### 2. Pengetahuan Gizi Sayur dan Buah

Berdasarkan tabel 5.3 didapatkan hasil menunjukkan bahwa sebanyak 31 atau 50,8% mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi memiliki pengetahuan gizi yang tergolong baik dan kategori pengetahuan gizi kurang sebanyak 30 atau 49,2% mahasiswa.

#### 3. Perilaku Penerapan Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan tabel 5.4 didapatkan hasil menunjukkan bahwa sebanyak 31 atau 50,8% mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi memiliki perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah yang tergolong cukup serta kategori perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah yang tergolong kurang sebanyak 30 atau 49,2% mahasiswa.

#### 4. Status Gizi

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan hasil menunjukkan bahwa sebanyak 18 atau 29,5% mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi memiliki status gizi masuk kedalam kategori kurus, sebanyak 29 atau 47,5% mahasiswa memiliki status gizi masuk kedalam kategori normal, dan sebanyak 14 atau 23,0% mahasiswa memiliki status gizi masuk kedalam kategori gemuk.

#### C. Analisis Bivariat

##### 1. Hubungan Pengetahuan Gizi Sayur dan Buah dengan Status Gizi

Berdasarkan tabel 5.7 mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara Bekasi dengan pengetahuan yang baik cenderung memiliki status gizi normal, yaitu 16 atau 51,6%, dan mahasiswa dengan pengetahuan kurang cenderung memiliki status gizi normal, yaitu 13 atau 43,3% dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki status gizi kurus dan status gizi gemuk. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan status gizi mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,153 ( $p\text{-value} > 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa  $H_0$  gagal ditolak.

##### 2. Hubungan Perilaku Penerapan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Status Gizi

Berdasarkan tabel 5.8 dapat dilihat bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi yang memiliki perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah kategori cukup cenderung memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 20 atau 64,5%. Kemudian mahasiswa yang memiliki perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah kategori kurang cenderung memiliki status gizi gemuk yaitu sebanyak 11 atau 36,7%. Hasil uji Chi-Square menghasilkan nilai p-value sebesar 0,011 ( $p\text{-value} \leq 0,05$ ) maka  $H_0$  ditolak, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi.

#### A. Analisis Univariat

##### 1. Karakteristik Responden

###### a. Jenis Kelamin

Jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 61 mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi.

Karakteristik responden meliputi jenis kelamin dan usia. Pada hasil penelitian ini diketahui sebanyak 40 atau 65,6% berjenis kelamin perempuan dan sebanyak 21 atau 34,4% berjenis kelamin laki-laki. Berdasarkan hasil wawancara pada saat pengambilan data penelitian di dapatkan mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi paling banyak berjenis kelamin perempuan diketahui bahwa mahasiswa berjenis kelamin perempuan cenderung memiliki minat untuk mengasah keterampilan sosial serta ingin menjadi jurnalistik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Martha dan Flowerina (2022) yaitu dari angkatan 2015-2021 mayoritas mahasiswa yang memilih program studi ilmu komunikasi adalah perempuan dengan jumlah 53 responden, sedangkan responden laki-laki berjumlah 47. Hal ini adalah beberapa faktor yang dapat memengaruhi keputusan siswa tentang program studi, seperti persepsi, minat, kesempatan kerja, fasilitas dan layanan kampus, serta rekomendasi dari orang lain.

#### b. Usia

Berdasarkan hasil penelitian pada karakteristik usia di dapatkan bahwa hasil variasi interquartile range sebesar 1 dimana usia mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi berada diantara usia 19 tahun sampai dengan usia 20 tahun. Pada usia ini dikategorikan sebagai dewasa muda. Pada Kenebkes RI pada tahun 2017 usia dewasa yaitu usia 19 - 29 tahun yang disebut dengan dewasa muda (Pritasari, 2017).

Penelitian ini memiliki kesesuaian dengan penelitian Martha dan Flowerina (2022) yaitu pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Dharma Andalas angkatan 2015 – 2021 sebanyak 54 mahasiswa berusia 18 – 20 tahun dan 1 mahasiswa berusia 24 – 26 tahun. Menurut Hulukati dan Djibran (2018) mahasiswa mengalami transisi menuju dewasa yang umumnya terjadi pada rentang usia 18-25 tahun. Pada masa ini, mahasiswa bertanggung jawab pada perkembangan dirinya sendiri.

Pada masa awal dewasa, individu mengalami transisi dari masa remaja menuju dewasa, yang sering disebut sebagai periode dewasa muda (emerging adulthood). Pada fase ini, kemampuan kognitif individu mencapai tingkat yang baik dan mereka mampu beradaptasi dengan berbagai aspek kehidupan. Sebagai seorang dewasa muda, mereka perlu memiliki keterampilan berpikir logis yang banyak serta mampu beradaptasi dengan berbagai aspek kehidupan. Selain itu, individu dewasa yang memiliki keterampilan motorik yang baik cenderung dapat menyelesaikan tugas atau aktivitas dengan baik (Putri, 2018).

#### 2. Pengetahuan Gizi Sayur dan Buah

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi memiliki pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 31 atau 50,8%. Sedangkan pada pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 30 atau 49,2% mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi. Pada penelitian ini sebagian besar mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi memiliki pengetahuan gizi sayur dan buah masuk kedalam kategori baik. Berdasarkan peneliti sebelumnya Olatona et al (2018) bahwa sebanyak 24,9% responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik pada pengetahuan tentang buah dan sayuran di kalangan orang dewasa di Lagos, Nigeria. Dalam penelitian ini juga terdapat indikasi bahwa pendidikan yang tinggi, pekerjaan profesional, dan tingkat pendapatan yang tinggi secara signifikan berhubungan dengan pengetahuan yang baik.

Menurut Notoatmodjo (2014) tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh seberapa sering individu tersebut terpapar dengan informasi, baik melalui pendidikan formal, media, maupun pengalaman langsung melalui indera. Pengetahuan gizi sayur dan buah yang baik pada mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara ini disebabkan karena terpaparnya media massa atau internet sebagai sumber media informasi mendukung untuk memiliki pengetahuan gizi sayur dan buah yang baik, sehingga pemilihan makanan seperti sayur dan buah dari media massa atau internet mendorong mahasiswa terbiasa memilih untuk mengonsumsi sayur dan buah karena baik bagi kesehatan. Hal ini sesuai dengan Anggraini (2022) sebagai hasil dari penelitian, sebagian besar responden menyatakan bahwa mereka telah terpapar informasi tentang buah dan sayur yang berkaitan dengan kesehatan melalui berbagai jenis media massa, termasuk media massa yang dapat diakses melalui internet. Selain itu, mayoritas siswa menunjukkan keinginan untuk mengonsumsi buah dan sayur setelah mengetahui tentang hal itu melalui media massa, yang membahas hubungan antara konsumsi buah dan sayur dan kesehatan mereka.

### 3. Perilaku Penerapan Konsumsi Sayur dan Buah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara Bekasi memiliki perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah yang cukup sebanyak 31 atau 50,8%, dan perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah yang kurang sebanyak 30 atau 49,2%. Dalam penelitian ini, sebagian besar mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara Bekasi termasuk dalam kategori cukup.

Berdasarkan peneliti sebelumnya Olatona et al (2018) bahwa sebanyak 27,0% responden yang mengonsumsi buah dan sayur dalam jumlah yang cukup (400g atau 5 porsi) setiap hari. Berdasarkan hasil wawancara dilapangan pada saat penelitian perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah yang cukup pada mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara ini disebabkan karena tingkat kesukaan pada sebagian mahasiswa terhadap sayur dan buah. Menurut Pedoman Gizi Seimbang, disarankan untuk makan tiga hingga lima porsi sayur (atau sekitar 250 gram) dan dua hingga tiga porsi buah (atau sekitar 150 gram) setiap hari. Jika seseorang mengonsumsi minimal 5 porsi sayur atau buah per hari, maka dikategorikan sebagai konsumsi yang "cukup" dalam hal sayur dan buah. (Kemenkes, 2014).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Munasiroh et al (2019) ditemukan bahwa pada usia dewasa awal, individu cenderung memiliki kebiasaan konsumsi yang baik. Tubuh dapat memperoleh semua nutrisi yang dibutuhkannya dengan mengonsumsi sayur dan buah, yang kaya akan vitamin, mineral, dan zat gizi penting lainnya. Jika tubuh tidak mengonsumsi sayur dan buah, tubuh tidak akan mendapatkan cukup vitamin C, vitamin A, kalium, dan folat (Khomsandkk, 2013).

### 4. Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa fakultas ilmu komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi memiliki status gizi dalam kategori normal yaitu sebanyak 29 atau 47,5%, sedangkan sebanyak 18 atau 29,5% mahasiswa memiliki status gizi kurang dan sebanyak 14 atau 23,0% mahasiswa memiliki status gizi gemuk. Pada penelitian ini sebagian besar mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi memiliki status gizi dalam kategori normal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Makhrajani et al (2018) yang menemukan bahwa dalam kelompok mahasiswa non-gizi terdapat 33 (80,5%) responden dengan status gizi baik. Terdapat juga 3 (7,3%) responden mahasiswa non-gizi dengan status gizi kurang, dan 5 (12,2%) responden mahasiswa non-gizi dengan status gizi lebih. Hasil analisis

penelitian ini mayoritas mahasiswa non-gizi memiliki status gizi yang tergolong normal. Penting untuk dicatat status gizi seseorang pada dasarnya dipengaruhi oleh asupan gizi yang dikonsumsi dan kemampuan tubuh untuk mengolah dan memanfaatkan nutrisi tersebut.

Faktor yang menyebabkan masih adanya mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara dengan status gizi kurang dan status gizi lebih ini disebabkan karena responden lebih menyukai makanan ringan dibanding dengan makanan pokok, selain itu responden juga jarang sekali mengonsumsi sayur dan buah karena ada rasa ketidaksukaan terhadap sayur dan buah. Hal ini memiliki kesesuaian dengan penelitian Makhrajani et al (2018) berdasarkan temuan dari wawancara dengan beberapa responden yang mengalami status gizi lebih dan status gizi kurang, ditemukan bahwa responden memiliki kecenderungan lebih menyukai makanan cemilan yang tinggi kalori dan makanan cepat saji daripada makanan pokok yang seimbang dan direkomendasikan untuk dikonsumsi secara rutin dalam pola makan harian.

## B. Analisis Bivariat

### 1. Hubungan Pengetahuan Gizi Sayur dan Buah dengan Status Gizi

Pengetahuan merupakan pemahaman atau pengetahuan tentang sesuatu; segala informasi yang diketahui; keahlian atau pemahaman mengenai suatu hal yang berkaitan. Pengetahuan gizi melibatkan kemampuan individu dalam memilih makanan yang kaya gizi serta keahlian dalam mengadopsi pola makan sehat dan konsumsi makanan yang bernutrisi (Nata A, 2018). Pengetahuan gizi sayur dan buah pada penelitian ini merujuk pada pemahaman seseorang tentang manfaat kesehatan dari konsumsi sayuran dan buah-buahan, termasuk nutrisi yang terkandung dalam masing-masing jenis, rekomendasi konsumsi harian yang dianjurkan, dan cara menyiapkan sayur dan buah yang sehat.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan menggunakan uji Chi-Square, yaitu menunjukkan hasil nilai p-value sebesar 0,153 ( $p > 0,05$ ) maka  $H_0$  gagal ditolak, yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi pada mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi. Hasil menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki pengetahuan baik cenderung memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 16 atau 51,6% dan masih ada beberapa mahasiswa yang memiliki status gizi kurus dan gemuk. Kemudian mahasiswa yang memiliki pengetahuan kurang cenderung memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 13 atau 43,3% dan juga masih ada beberapa mahasiswa yang memiliki status gizi kurus dan gemuk.

Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Wulandari et al (2019) di mana analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi lemah antara pengetahuan gizi dan status gizi mahasiswa ( $r=0,124$ ) dengan p-value sebesar 0,319 ( $p > 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan status gizi. Namun, penelitian lain yang dilakukan oleh Florence (2017) menghasilkan temuan yang berbeda, di mana ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan status gizi, dengan nilai hitung sebesar  $35,04 > 30,98$  yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

Berdasarkan wawancara dan pengamatan langsung oleh penelitian, ditemukan bahwa beberapa responden yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang ternyata memiliki status gizi dalam kategori normal. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan makan sehat yang mereka terapkan di rumah. Di sisi lain, terdapat juga mahasiswa yang memiliki pengetahuan gizi yang baik, namun status gizinya berada dalam kategori kurus atau gemuk. Hal ini dikarenakan mereka masih belum menerapkan pola makan yang sehat dan beragam dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Harleli and Yunawati (2023) Pengetahuan gizi tidak secara

langsung menjadi faktor penentu dalam status gizi seseorang. Terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi, seperti asupan makanan, infeksi penyakit, dan pengaruh lingkungan. Namun, pengetahuan gizi individu dapat memengaruhi sikap dan perilaku mereka dalam memilih makanan serta pemahaman mereka tentang manfaat kandungan gizi dari makanan yang mereka konsumsi. Pentingnya seseorang dalam mempraktekkan perilaku makan atau tindakan dalam memilih asupan makanan yang baik serta kebiasaan makan yang baik maka akan mempengaruhi status kesehatan atau gizinya (Selaindoong, 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi tidak mempengaruhi status gizi pada mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi.

## 2. Hubungan Perilaku Penerapan Konsumsi Sayuran Buah dengan Status Gizi

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan menggunakan uji Chi-Square, yaitu menunjukkan hasil nilai p-value sebesar 0,011 ( $p\text{-value} \leq 0,05$ ) maka  $H_0$  ditolak, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi. Hasil menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah kurang cenderung memiliki status gizi dalam kategori gemuk yaitu sebanyak 11 atau 36,7% dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki status gizi kurus dan status gizi normal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yanto dan Verawati (2020) hasil analisis statistik Chi-Square menunjukkan bahwa tingkat signifikansi berada di bawah  $\alpha$  (0,05), dengan nilai p-value sebesar 0,021. Akibatnya hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak menunjukkan hubungan yang signifikan antara jumlah konsumsi buah dengan status gizi yang lebih baik. Selain itu, nilai  $POR = 3,281$  yang lebih besar dari 1, menunjukkan bahwa jumlah konsumsi buah yang kurang memiliki risiko gizi yang lebih besar sebesar 3,281 kali lipat daripada jumlah konsumsi buah yang lebih besar.

Perilaku makan seseorang adalah tindakan yang terkait dengan makanan yang dikonsumsi, termasuk jenis, jumlah, dan waktu makan. Faktor-faktor dalam perilaku makan ini pada akhirnya mempengaruhi kesehatan dan status gizi seseorang (Pujianti et al., 2015). Menurut Hermina (2016) Konsumsi sayuran dan buah –buah sangat diperlukan oleh tubuh. Sayur dan buah memiliki kadar air, mineral, vitamin dan serat pangan yang sangat tinggi, tetapi rendah karbohidrat dan lemak. Serat yang terdapat dalam buah dan sayur dapat menurunkan lipid plasma, mengurangi respon glikemik, dan pengaturan berat badan. Hal tersebut menunjukkan bahwa perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dapat mempengaruhi status gizi pada mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi.

Berdasarkan wawancara dan pengamatan langsung oleh penelitian diketahui bahwa responden yang memiliki perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah kurang dengan status gizi dalam kategori lebih disebabkan karena responden ada yang cenderung tidak suka mengonsumsi sayuran dan buah dan ada responden yang cenderung mengonsumsi sayur dan buah dengan cara diolah seperti digoreng, pecal sayuran, dan jus buah. Sedangkan responden dengan status gizi dalam kategori kurang disebabkan karena selain responden yang cenderung tidak suka mengonsumsi yaitu responden lebih suka mengonsumsi sayur dan buah utuh tidak diolah.

Semakin banyaknya mahasiswa kurang dalam mengonsumsi sayur dan buah, maka semakin tinggi risiko memiliki status gizi gemuk. Hal ini karena sayur dan buah memiliki kandungan tinggi serat. Serat berperan dalam mengurangi risiko kelebihan berat badan dengan membantu menciptakan rasa kenyang karena serat dapat menyerap air dan memperluas volume di perut. Serat juga memperlambat proses pencernaan, sehingga makanan tetap dalam perut lebih lama (Susilowati dan

Kuspriyanto, 2016). Selain itu penambahan bahan makanan lain pada olahan sayur dan buah seperti gula, minyak, kacang, dsb juga dapat menyebabkan responden memiliki resiko gizi lebih. Hal ini karena gula, minyak, kacang mengandung tinggi energi dan lemak.

#### C. Keterbatasan Penelitian

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu pengambilan data saat ingin melakukan uji validitas dan reliabilitas, data diambil dengan 2 metode yaitu secara langsung dan tidak langsung (melalui google form) karena pengambilannya tidak dapat dilakukan secara langsung.

#### A. Kesimpulan

1. Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi berusia berada diantara usia 19 tahun sampai dengan usia 20 tahun dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 40 atau 65,6%.
2. Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi sebagian besar pengetahuan gizi sayur dan buah dengan kategori baik yaitu sebanyak 31 atau 50,8% mahasiswa.
3. Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Bhayangkara Bekasi sebagian besar mempunyai perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah yang tergolong cukup sebanyak 31 atau 50,8% mahasiswa.
4. Berdasarkan uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi nilai p-value sebesar 0,153 ( $p\text{-value} \geq 0,05$ ) pada Mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi.
5. Berdasarkan uji Chi-Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku penerapan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi nilai p-value sebesar 0,011 ( $p\text{-value} \leq 0,05$ ) pada Mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi.

#### B. Saran

1. Bagi Mahasiswa di Universitas Bhayangkara Bekasi diharapkan mempertahankan pengetahuan gizi yang baik dan meningkatkan pengetahuan gizi yang kurang. Mereka juga diharapkan dapat menerapkan pengetahuan ini pada kesehariannya.
2. Agar mencapai status gizi yang baik, mahasiswa diharapkan untuk mempertahankan konsumsi sayur dan buah yang cukup dan meningkatkan konsumsi sayur dan buah yang kurang sesuai dengan rekomendasi gizi seimbang.

0.20%

Selain itu, konsumsi makanan yang kaya serat juga penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Untuk menjaga kesehatan tubuh, konsumsilah makanan dengan mengatur ...

Selain itu, konsumsi makanan yang kaya serat juga penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Untuk menjaga kesehatan tubuh, konsumsilah makanan dengan mengatur ...

<https://camedika.com/apa-itu-kalori>

0.20%

by DT Putri — Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara tingkat ekonomi, dan tingkat kesadaran mandiri dengan frekuensi kunjungan ke Puskesmas Pal ...

by DT Putri — Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara tingkat ekonomi, dan tingkat kesadaran mandiri dengan frekuensi kunjungan ke Puskesmas Pal ...

<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmfarmasi/article/view/51771>

0.20%

by MG Pantaleon · Cited by 48 — bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri ( $p=0,619$ ), dan uji hubungan antara kebiasaan makan ...

by MG Pantaleon · Cited by 48 — bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri ( $p=0,619$ ), dan uji hubungan antara kebiasaan makan ...

<https://media.neliti.com/media/publications/316330-hubungan-pengetahuan-gizi-dan-kebiasaan-a58a9e06.pdf>

0.20%

Sep 14, 2022 — Kesimpulan : Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi dan tidak ada hubungan antara frekuensi konsumsi fast food dengan ...

Sep 14, 2022 — Kesimpulan : Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi dan tidak ada hubungan antara frekuensi konsumsi fast food dengan ...

<https://eprints.ums.ac.id/4021>

0.20%

by G Aguilera-Manrique · 2018 · Cited by 140 — Objective: The aim of this study was to analyze the relationship between the level of nomophobia and the distraction associated with ...

by G Aguilera-Manrique · 2018 · Cited by 140 — Objective: The aim of this study was to analyze the relationship between the level of nomophobia and the distraction associated with ...

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30148870>

0.20%

by SAD Budiman · Cited by 23 — Mahasiswa sama seperti masyarakat atau rumah tangga, juga melakukan aktivitas ekonomi sehari-hari termasuk konsumsi. Kebutuhan mahasiswa untuk memilih ...

by SAD Budiman · Cited by 23 — Mahasiswa sama seperti masyarakat atau rumah tangga, juga melakukan aktivitas ekonomi sehari-hari termasuk konsumsi. Kebutuhan mahasiswa untuk memilih ...

<https://media.neliti.com/media/publications/97306-ID-perbandingan-metode-k-means-dan-metode-d.pdf>

0.20%

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penggunaan Model Pembelajaran ...

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penggunaan Model Pembelajaran ...

<https://jurnal.ulb.ac.id/index.php/sigma/article/download/3299/2674>

0.20%

Masa dewasa merupakan masa awal dan masa sulit seorang individu dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan baru dan harapan sosial yang baru.

Masa dewasa merupakan masa awal dan masa sulit seorang individu dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan baru dan harapan sosial yang baru.

<https://brainly.co.id/tugas/11394074>

0.20%

... (1974:79) dalam Novita (2004) bahwa umur, seks dan ras, etnik, merupakan variabel demografi yang mempengaruhi tindakan yang dilakukan oleh individu.

... (1974:79) dalam Novita (2004) bahwa umur, seks dan ras, etnik, merupakan variabel demografi yang mempengaruhi tindakan yang dilakukan oleh individu.

<https://docplayer.info/65406362-Universitas-indonesia.html>

0.20%

by RL Rais · 2020 · Cited by 3 — Pengetahuan yaitu seseorang yang tidak secara mutlak dipengaruhi oleh pendidikan karena pengetahuan juga dapat diperoleh dari pengalaman masa lalu, namun ...

by RL Rais · 2020 · Cited by 3 — Pengetahuan yaitu seseorang yang tidak secara mutlak dipengaruhi oleh pendidikan karena pengetahuan juga dapat diperoleh dari pengalaman masa lalu, namun ...

[https://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/4456/8/UNIKOM\\_RELLA%20LEE%20RAIS\\_21216023\\_13.BAB%20I.pdf](https://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/4456/8/UNIKOM_RELLA%20LEE%20RAIS_21216023_13.BAB%20I.pdf)

0.20%

**Jun 21, 2021** — “Dari kegiatan survei dan penyuluhan ini, kami mencoba memberikan pemahaman tentang bagaimana memilih bahan makanan yang aman dan halal ...

Jun 21, 2021 — “Dari kegiatan survei dan penyuluhan ini, kami mencoba memberikan pemahaman tentang bagaimana memilih bahan makanan yang aman dan halal ...

<https://jurnalpost.com/mahasiswa-umm-lakukan-survei-dan-penyuluhan-pangan-aman-halal-di-beberapa-umkm-arum-manis-desa-kesambi/22036>

0.20%

**Jul 1, 2023** — ... teknologi informasi dan komunikasi seperti internet, media sosial, dan perangkat mobile telah mengubah cara masyarakat Indonesia ...

Jul 1, 2023 — ... teknologi informasi dan komunikasi seperti internet, media sosial, dan perangkat mobile telah mengubah cara masyarakat Indonesia ...

<https://modernis.co/opini/20845/pengaruh-teknologi-informasi-komunikasi-dan-globalisasi-media-terhadap-budaya-indonesia>

0.20%

**by A APRIANATASYA · 2022** — Menurut Notoatmodjo (2014) ada enam tingkatan pengetahuan, yaitu : a. Tahu (know). Tahu diartikan sebagai mengingat suatu kembali apa yang telah.  
**by DP YOGA · 2021** — Menurut Notoatmodjo (2014), ada enam tingkatan pengetahuan yang dicapai dalam domain kognitif, yaitu: a. Tahu (Know).

by A APRIANATASYA · 2022 — Menurut Notoatmodjo (2014) ada enam tingkatan pengetahuan, yaitu : a. Tahu (know). Tahu diartikan sebagai mengingat suatu kembali apa yang telah.  
**by DP YOGA · 2021** — Menurut Notoatmodjo (2014), ada enam tingkatan pengetahuan yang dicapai dalam domain kognitif, yaitu: a. Tahu (Know).

<https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/3231/6/Bab%20II.pdf>

0.20%

**by VK MURTI · 2019 · Cited by 5** — Pengetahuan dapat diukur melalui wawancara atau pengisian kuisioner yang berisi materi yang akan dilakukan pengukuran dari responden. Sumber.Pengetahuan dapat diukur melalui wawancara atau pengisian kuisioner yang berisi materi yang akan dilakukan pengukuran dari responden. Sumber pengetahuan.

by VK MURTI · 2019 · Cited by 5 — Pengetahuan dapat diukur melalui wawancara atau pengisian kuisioner yang berisi materi yang akan dilakukan pengukuran dari responden. Sumber.Pengetahuan dapat diukur melalui wawancara atau pengisian kuisioner yang berisi materi yang akan dilakukan pengukuran dari responden. Sumber pengetahuan.

<https://repository.unair.ac.id/81265/2/FKP.N.%2010-19%20Mur%20p.pdf>

0.20%

**PENDIDIKAN KESEHATAN DAN PROMOSI KESEHATAN DALAM KEPERAWATAN**

PENDIDIKAN KESEHATAN DAN PROMOSI KESEHATAN DALAM KEPERAWATAN

<https://books.google.com/books?id=QBKHEAAAQBAJ>

0.20%

**May 14, 2023** — Flavonoid dapat membantu mengurangi risiko terkena penyakit jantung, kanker, dan beberapa penyakit kronis lainnya. Jangan lupa, pepaya juga ...

May 14, 2023 — Flavonoid dapat membantu mengurangi risiko terkena penyakit jantung, kanker, dan beberapa penyakit kronis lainnya. Jangan lupa, pepaya juga ...

<https://www.alviann.com/2023/05/rahasia-kesehatan-tersembunyi-dalam.html>

0.20%

Selain lebih enak, menggabungkan kedua makanan ini tanpa disadari memberikan manfaat yang lebih baik bagi kesehatan tubuh. Menurut sebuah studi tahun 2010 ...

Selain lebih enak, menggabungkan kedua makanan ini tanpa disadari memberikan manfaat yang lebih baik bagi kesehatan tubuh. Menurut sebuah studi tahun 2010 ...

<https://m.facebook.com/1725594027609331>

0.20%

May 22, 2023 — Kurangnya asupan serat dapat mengakibatkan tinja yang keras dan sulit untuk dikeluarkan. 2. Kurangnya asupan cairan.

May 22, 2023 — Kurangnya asupan serat dapat mengakibatkan tinja yang keras dan sulit untuk dikeluarkan. 2. Kurangnya asupan cairan.

<https://www.enampagi.id/lifestyle/1258870989/sembelit-menyelami-penyebab-gejala-dan-strategi-penanganannya>

0.20%

Sep 30, 2017 — Makanan yang tinggi serat membutuhkan waktu lebih lama untuk dikunyah sehingga dapat menambah produksi air liur dan asam lambung yang dapat ...

Sep 30, 2017 — Makanan yang tinggi serat membutuhkan waktu lebih lama untuk dikunyah sehingga dapat menambah produksi air liur dan asam lambung yang dapat ...

<https://mediaindonesia.com/humaniora/124948/makanan-tinggi-serat-dapat-mencegah-kanker-payudara>

0.20%

by IGY RAHARJA · 2018 — Survei konsumsi makanan adalah salah satu metode untuk menentukan status gizi secara tidak langsung dengan melihat jenis dan jumlah zat gizi.

by IGY RAHARJA · 2018 — Survei konsumsi makanan adalah salah satu metode untuk menentukan status gizi secara tidak langsung dengan melihat jenis dan jumlah zat gizi.

<http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1293/2/BAB%20II.pdf>

0.20%

Memilih makanan yang mengandung zat gizi yang berbeda-beda, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. d. Memilih makanan yang banyak warna ...

Memilih makanan yang mengandung zat gizi yang berbeda-beda, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. d. Memilih makanan yang banyak warna ...

<https://id.scribd.com/document/628971469/SOAL-UTS-GIZI-BU>

0.20%

by AG Florence · 2017 · Cited by 57 — 1. Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada mahasiswa TPB di Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi. Bandung.

by AG Florence · 2017 · Cited by 57 — 1. Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada mahasiswa TPB di Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi. Bandung.

<http://repository.unpas.ac.id/29841/1/Skripsi%20-%20Hubungan%20Pengetahuan%20Gizi%20dan%20Pola%20Konsumsi%20terhadap%20Status%20Gizi%20pada%20Mahasiswa%20TPB%20di%20Sekolah%20Bisnis%20dan%20Manajemen%20Institut%20Teknologi%20Bandung.pdf>

0.20%

Oct 9, 2022 — Populasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Gunadarma Angkatan 2019 yang telah menonton trailer film ...Dec 26, 2022 — Populasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Gunadarma Angkatan 2019 yang menonton trailer film ...

Oct 9, 2022 — Populasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Gunadarma Angkatan 2019 yang telah menonton trailer film ...Dec 26, 2022 — Populasi pada penelitian ini

adalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Gunadarma Angkatan 2019 yang menonton tayangan Youtube ...

<https://library.gunadarma.ac.id/repository/pengaruh-trailer-film-spider-man-no-way-home-di-youtube-terhadap-minat-menonton-mahasiswa-fakultas-ilmu-komunikasi-universitas-gunadarma-angkatan-2019-ssm>

0.20%

**Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Universitas Bhayangkara Jakarta Raya (Fikom Ubj) menyelenggarakan talkshow hasil kolaborasi dengan Dipay Indonesia dan ...Profile Fikom Ubhara Jaya. nb : 2 peminatan program studi. Broadcasting & Public Relation. Film Pendek, Tugas Mata Kuliah Cinematografi.**

Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Universitas Bhayangkara Jakarta Raya (Fikom Ubj) menyelenggarakan talkshow hasil kolaborasi dengan Dipay Indonesia dan ...Profile Fikom Ubhara Jaya. nb : 2 peminatan program studi. Broadcasting & Public Relation. Film Pendek, Tugas Mata Kuliah Cinematografi.

<https://fikom.ubharajaya.ac.id>

0.20%

**by SZ Sari · 2014 · Cited by 4 — Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua, teman dan dosen pembimbing skripsi dengan prokrastinasi akademik dalam ...**

by SZ Sari · 2014 · Cited by 4 — Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua, teman dan dosen pembimbing skripsi dengan prokrastinasi akademik dalam ...

<http://etheses.uin-malang.ac.id/828/8/10410018%20Bab%204.pdf>

0.20%

**Dalam penelitian ini yang menjadi objek yang diteliti adalah Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Dharma Andalas angkatan 2015- 2021.**

Dalam penelitian ini yang menjadi objek yang diteliti adalah Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Dharma Andalas angkatan 2015- 2021.

<https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/JSSH/article/downloadSuppFile/14332/3177>

0.20%

**by J Mutakim · 2015 · Cited by 2 — Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan mengharapkan bahwa perhitungannya hasil pemilihan umum ...**

by J Mutakim · 2015 · Cited by 2 — Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan mengharapkan bahwa perhitungannya hasil pemilihan umum ...

<http://e-journal.stkipsiliwangi.ac.id/index.php/empowerment/article/view/565/382>

0.20%

**by I Kurniadi · 2019 — Hal ini memiliki kesesuaian dengan penelitian Sakha. (2016) yang menyatakan bahwa terpaan iklan situs jual beli online di media.**

by I Kurniadi · 2019 — Hal ini memiliki kesesuaian dengan penelitian Sakha. (2016) yang menyatakan bahwa terpaan iklan situs jual beli online di media.

<http://repository.unika.ac.id/20336/6/14.E1.0110%20IVAN%20KURNIADI%20%286.54%29..pdf%20BAB%20V.pdf>

0.20%

**lebih rendah dibanding dengan opsi setuju. Maka, dapat disimpulkan bahwa responden memiliki kecenderungan menjawab positif terhadap pernyataan perceived.**

lebih rendah dibanding dengan opsi setuju. Maka, dapat disimpulkan bahwa responden memiliki kecenderungan menjawab positif terhadap pernyataan perceived.

[http://repository.fe.unj.ac.id/9881/6/BAB%204%20Skripsi\\_Fitri%20Sintya%20Dewi\\_8215165209-59-82.pdf](http://repository.fe.unj.ac.id/9881/6/BAB%204%20Skripsi_Fitri%20Sintya%20Dewi_8215165209-59-82.pdf)

0.20%

**Hubungan financial knowledge terhadap personal financial management behavior yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua. Nindy Destiona Putri ...**

Hubungan financial knowledge terhadap personal financial management behavior yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua. Nindy Destiona Putri ...

<http://repository.uib.ac.id/1489/5/s-1541351-chapter2.pdf>