

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP MAHASISWA PRODI KEDOKTERAN ANGGKATAN 2019 TENTANG BERGIZI SEIMBANG UNIVERSITAS MALAHAYATI

Siti Fhatima Novariani P¹, Tusy Triwahyuni², Festy Ladyani^{3*}, T Marwan
Nusri⁴

¹⁻⁴Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

^{*}Email Koresponden: festyladyani@malahayati.ac.id

Abstract: The Relationship of Knowledge And Attitude Of Students Projects Medical Class Of 2019 About Balanced Nutrition, Mahayati University. The three nutritional problems are malnutrition, overweight, and micronutrient deficiencies with anemia. In fact, adolescence is a very important time in shaping behaviors related to health and nutrition. Therefore, if not treated early, the current adolescent nutritional problems will trigger the occurrence of various chronic diseases in the future. This research is known to be the Relationship between Knowledge and Attitudes about Balanced Nutrition in medical study program students class of 2019, Malahayati University. This research is a quantitative research with a cross sectional approach. The population in this study were all students of the class of 2019 with a total of 136 people. The sample in this study was 102 people. Collecting data using a questionnaire. Analysis of the relationship using the chi square test. Based on the results of research, respondents with good knowledge totaled 58 people (56.9%), good attitudes amounted to 65 people (63.7%). The results showed that there was no relationship between knowledge and attitudes about balanced nutrition in medical study program students class of 2019 at Malahayati University (*p* value 0.007, OR 3.63). There is No Relationship between Knowledge and Attitudes about Balanced Nutrition in medical study program students class of 2019, Malahayati University.

Keywords: Attitudes, Knowledge, Balanced nutrition

Abstrak: Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Mahasiswa Prodi Kedokteran Angkatan 2019 Tentang Bergizi Seimbang Universitas Malahayati. Tiga masalah gizi adalah gizi kurang, kelebihan berat badan, dan defisiensi mikronutrien dengan anemia. Padahal, masa remaja merupakan masa yang sangat penting dalam membentuk perilaku yang berkaitan dengan kesehatan dan gizi. Oleh karena itu, jika tidak ditangani sejak dini, masalah gizi remaja saat ini akan memicu terjadinya berbagai penyakit kronis di kemudian hari. Penelitian ini diketahui Hubungan Pengetahuan dengan Sikap tentang Gizi Seimbang pada mahasiswa prodi kedokteran angkatan 2019 universitas malahayati. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian adalah semua mahasiswa angkatan 2019 sejumlah 136 orang, Sampel pada penelitian ini sejumlah 102 orang. Pengumpulan data menggunakan *kuesioner*. Analisis hubungan menggunakan uji *chi square*. Berdasarkan hasil penelitian Responden dengan pengetahuan baik yaitu berjumlah 58 orang (56,9%), sikap baik berjumlah 65 orang (63,7%). Hasil penelitian menunjukkan tidak ada Hubungan Pengetahuan dengan Sikap tentang Gizi Seimbang pada mahasiswa prodi kedokteran angkatan 2019 universitas malahayati (*p* value 0,007, OR 3,63). Tidak ada hubungan Pengetahuan dengan Sikap tentang Gizi Seimbang pada mahasiswa prodi kedokteran angkatan 2019 Universitas Malahayati

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Gizi Seimbang

PENDAHULUAN

Tiga masalah gizi adalah gizi kurang, kelebihan berat badan, dan defisiensi mikronutrien dengan anemia. Padahal, masa remaja merupakan masa yang sangat penting dalam membentuk perilaku yang berkaitan dengan kesehatan dan gizi. Oleh karena itu, jika tidak ditangani sejak dini, masalah gizi remaja saat ini akan memicu terjadinya berbagai penyakit kronis di kemudian hari (Irawati, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh tim peneliti dari Departemen Ilmu Gizi FKUI-RSCM dan *Klaster Human Nutrition Research Center* (HNRC), IMERI, dan FKUI berkolaborasi dengan UNICEF, Wageningen University & Research (WUR), dan Sight and Lifedata yang diperoleh menunjukkan bahwa berkurangnya aktivitas fisik di dalam dan di luar sekolah, pola makan yang terganggu, kebiasaan makan fast food di luar rumah, dan variasi makanan yang kurang baik menjadi faktor penyebab tiga besar masalah gizi di kalangan remaja Indonesia (Baroroh *et al.*, 2022).

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan makan pada masa remaja adalah pengetahuan gizi yang rendah.

Pakpahan (2022) berpendapat bahwa pengetahuan adalah hasil penginderaan, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Selanjutnya, Pakpahan (2022) menjelaskan bahwa pengetahuan gizi dapat diartikan sebagai kepandaian dalam memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi. Pengetahuan gizi dapat diperoleh melalui pengalaman diri sendiri maupun orang lain. Pengetahuan gizi remaja sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan. Seorang remaja akan mempunyai gizi yang cukup jika makanan yang mereka konsumsi mampu menyediakan zat gizi yang cukup diperlukan tubuh.

METODE

Jenis Penelitian yang digunakan ini *cross sectional analitik* dan metode kuantitatif. Teknik sample pada penelitian ini adalah purposive sampling dengan berjumlah 102 orang. Analisa data menggunakan uji korelasi *Chi-square*. Sampel yaitu Mahasiswa Angkatan 2019 yang berasal dari program studi kedokteran fakultas kedokteran Universitas Malahayati.

HASIL

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
20 Tahun	5	4.9
21 Tahun	65	63.7
22 Tahun	29	28.4
23 Tahun	3	2.4
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	33	32.4
Perempuan	69	67.6
Sikap		
Baik	37	36.3
Kurang Baik	65	63.7
Pengetahuan		
Baik	58	56.9
Kurang Baik	44	43.1
Total	102	100

Berdasarkan tabel 1 di atas, responden berusia 21 tahun yaitu sebanyak 65 orang (63,7%). Dan yang paling sedikit berusia 23 tahun berjumlah 3 orang (2,4 %). Responden paling banyak berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 69 orang (67,6 %), sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki hanya berjumlah 33 orang (32,4%). Responden paling banyak sikap tidak baik yaitu berjumlah 65 orang (63,7%) dan sebagian besar responden

menyatakan pengetahuan baik yaitu berjumlah 58 orang.

2. Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui tingkat ketepatan hubungan variabel independen dengan variabel dependen, yang diteliti hubungan sikap dan pengetahuan tentang edukasi makanan bergizi seimbang mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2019 universitas malahayati.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Tentang Gizi Seimbang

Pengetahuan	Sikap				Total		P value	OR 95% CI
	Tidak Baik		Baik					
	N	%	N	%	n	%		
Tidak Baik	35	79.5	9	20.5	44	100.0	0,007	3,63 (1,5-8,89)
Baik	30	51.7	28	48.3	58	100.0		
Total	65	63.7	37	36.3	102	100.0		

Berdasarkan hasil analisa, diketahui bahwa dari 44 responden yang menyatakan pengetahuan kurang baik, sebanyak 35 responden (79,5%) baik pengetahuan, dari 58 responden yang menyatakan pengetahuan baik, sebanyak 30 responden (51,7%) sikap tidak baik. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p value* 0,007 maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada. Hasil analisis diperoleh pula nilai OR 3,63 (95% CI 1,5-8,89) yang berarti bahwa Hubungan sikap dan pengetahuan mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2019 tentang edukasi makanan bergizi seimbang universitas malahayati bandar lampung responden yang menyatakan pengetahuan baik, berpeluang untuk tidak baik 3,63 kali lebih besar dibandingkan dengan responden yang menyatakan pengetahuan tidak baik. Sikap yang baik yaitu berjumlah 37 respon (36,6%). Sedangkan responden yang mengalami tidak baik sebanyak 65 orang (63,7%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 diatas, responden berusia 21 tahun yaitu sebanyak 65 orang (63,7%). Menurut Wawan dan Dewi (2017:20) usia merupakan individu yang terhitung mulai saat melahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dengan umur lebih matang dapat dipengaruhi pola pikir remaja dalam cara mengetahui tentang makanan apa yang mengandung gizi, protein, lemak dan karbohidrat.

Sikap adalah respons tertutup seseorang terhadap suatu rangsangan (stimulus) maupun objek. Seseorang dapat menunjukkan kesediaan dan kesiapannya dalam melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu dengan adanya sikap (Notoatmodjo, 2018).

Kedisiplinan diperlukan pada masa pasca pandemi dalam mengonsumsi makanan sehat dan menjaga pola konsumsi sehat, maka dengan melakukan pola konsumsi sehat dapat menjaga dan meningkatkan sistem imun tubuh seseorang.

Konsumsi gizi seimbang bisa dilakukan dengan makan secukupnya dengan mengikuti slogan isi piringku. Konsumsi makanan sehat dan gizi seimbang dapat mendukung peningkatan imun tubuh seseorang sehingga dapat memberikan perlindungan tambahan bagi tubuh. Konsumsi gizi seimbang ditandai dengan kecukupan jumlah, jenis, dan variasi makanan. Masyarakat juga bisa merancang porsi makan yang beragam mulai dari makanan pokok sampai hasil olahannya.

Pada hasil diatas menunjukkan bahwa responden menyatakan pengetahuan baik yaitu berjumlah 58 orang (56.9%), sedangkan responden. menyatakan pengetahuan tidak baik berjumlah 44 responden (43.1%). Pengetahuan gizi seimbang merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengelola makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmodjo, 2020).

Pengetahuan gizi seimbang merupakan aspek kognitif yang menunjukkan pemahaman responden tentang ilmu gizi .pengetahuan gizi merupakan landasan yang penting dalam menentukan konsumsi makanan (khomsan,2018).

Berdasarkan tabel 4.5 (p - value = 0,007) hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak adanya sinergi Hubungan Pengetahuan dengan sikap tentang pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) Pada mahasiswa Prodi Kedokteran Angkatan 2019 Universitas Malahayati.

KESIMPULAN

Distribusi frekuensi karakteristik Usia terbanyak adalah usia 21 tahun 65 responden (63,7%) Gizi Seimbang pada mahasiswa prodi kedokteran angkatan 2019 universitas malahayati, Diketahui distribusi frekuensi Jenis Kelamin terbanyak adalah Perempuan 69 responden (67,6%) tentang Gizi Seimbang pada mahasiswa prodi kedokteran angkatan 2019 universitas

malahayati. Diketahui distribusi Sikap terbanyak adalah sikap tidak baik 65 responden (63,7%) tentang Gizi Seimbang pada mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter angkatan 2019 Universitas Malahayati. Diketahui distribusi frekuensi Pengetahuan terbanyak adalah pengetahuan baik 58 responden (56,9%) tentang Gizi Seimbang pada mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter angkatan 2019 Universitas Malahayati, Diketahui tidak ada Hubungan Pengetahuan dengan Sikap tentang Gizi Seimbang pada mahasiswa prodi kedokteran angkatan 2019 Universitas Malahayati dengan p -value 0,007.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti D, Pritasari, Tri LN, 2017, Gizi dalam Daur Kehidupan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Diani, Y, H, 2018, Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia, *Jurnal Ilmiah Widya*, 51, 1-5,
- Marsetyo, 2017. *Ilmu gizi: (korelasi gizi, kesehatan dan produktivitas kerja)*. Rineka Cipta: Jakarta
- Pakpahan, M,, Salman, S,, Sirait, A,, Budiarty, W, O, S,, Sinaga, T, R,, Sianturi, E,, ,, & Simamora, J, P, 2022, *Pengantar Kesehatan Masyarakat*, Yayasan Kita Menulis,
- Setyawati VAV, Rimawati E, Pola Konsumsi Fast Food dan Serat sebagai Faktor Gizi Lebih pada Remaja, *Unnes J Public Heal*, 2016;53:275,
- Sitorus, C, E,, Mayulu, N,, & Wantania, J, 2020, Hubungan Konsumsi Fast Food, Makanan/Minuman Manis dan Aktifitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Dan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 14, 10-17,

- Suhaimi, 2019, Pangan, Gizi dan Kesehatan, Deepublish, Yogyakarta.
- Supriasa, I, D, N, B,, Fajar, I,, & Bakri, I, 2022, Penilaian status gizi, EGC, Jakarta.
- Wahyuni Hafid SH, Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja, *Kampurui J Kesehat Masy*,2019;11:6-10