

PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, *BODY IMAGE*, ASUPAN ENERGI DAN STATUS GIZI PADA MAHASISWA GIZI DAN NON GIZI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PAREPARE**Makhrajani Majid, Suherna, Haniarti**

Program Studi Kesehatan Masyarakat FIKES UMPAR

(nhiniekmajid@ymail.com.)

(nennusukma@yahoo.co.id)

(haniarti@yahoo.com)

ABSTRAK

Penduduk usia >18 tahun mengalami gizi kurang sebesar 8.7%. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan utama. Pada periode remaja hingga dewasa, seseorang memerlukan asupan gizi yang seimbang. Akan tetapi karena adanya keinginan memiliki tubuh yang ideal menyebabkan periode tersebut rentan terhadap pembatasan asupan makan. Pengetahuan yang baik mengenai gizi dapat mempengaruhi asupan makan seseorang sehingga akan berdampak pula terhadap status gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan perbedaan tingkat pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi dan status gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. Penelitian ini menggunakan *cross sectional*. Lokasi penelitian ini dilakukan di dalam dan diluar Kampus II Universitas Muhammadiyah Parepare. Populasinya adalah semua mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare yaitu mahasiswa gizi dan non gizi dengan metode pengambilan sampel yaitu *accidental sampling* dengan jumlah 82 sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat Pengetahuan Gizi mempunyai perbedaan antara mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare dengan menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh nilai p (Value) = 0,000 yang berarti lebih kecil dari α -value (0,05), sedangkan *body image* (dengan nilai p = 0,049 > 0,05 berarti tidak ada perbedaan), asupan energi (dengan nilai p = 0,346 > 0,05 berarti tidak ada perbedaan), dan status gizi (dengan nilai p = 2,916 > 0,05 berarti tidak ada perbedaan) terhadap mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare.

Kata kunci : Gizi, *Body Image*, Asupan Energi, Status Gizi**ABSTRACT**

The population aged >18 years experienced less nutrition by 8.7%. This shows that nutritional problems in Indonesia are still a major health problem. In the period of adolescence to adulthood, a person needs a balanced nutritional intake. However, because of the desire to have an ideal body causes the period is susceptible to dietary restriction intake. A good knowledge of nutrition can affect a person's eating intake so that it will have an impact on his nutritional status as well. This study aims to explain the different levels of knowledge of nutrition, body image, energy intake and nutritional status in nutrition and non-nutritional students of the Faculty of Health Sciences Muhammadiyah University of Parepare. This research use cross sectional. The location of this research is conducted inside and outside Campus II of Muhammadiyah University of Parepare. The population is all students of Faculty of Health Sciences University of Muhammadiyah Parepare that is student of nutrition and non nutrient with sampling method that is accidental sampling with number 82 sample. The results showed that Nutrition Knowledge Level has difference between nutrition and non nutrient students of Faculty of Health Sciences University of Muhammadiyah Parepare by using Chi-Square test obtained value p (Value) = 0,000 which means smaller than α -value (0,05), while body image (with p value = 0.049 > 0.05 means no difference), energy intake (with p value = 0.346 > 0.05 means

there is no difference), and nutritional status (with p value = 2.916 > 0.05 means there is no difference) to the students of nutrition and non-nutrition Faculty of Health Sciences University of Muhammadiyah Parepare.

Keywords: *Nutrition, Body Image, Energy Intake, Nutrition Statu*

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia. Masalah gizi kurang maupun gizi lebih merupakan masalah kesehatan yang sering dijumpai pada usia dewasa. Status gizi adalah salah satu prediktor kualitas sumberdaya manusia. Status gizi menurut IMT penduduk usia >18 tahun menunjukkan bahwa sebesar 8,7% mengalami gizi kurang, 13,5% mengalami gizi lebih, dan 15,4% mengalami obesitas.¹ Mahasiswa merupakan kelompok usia produktif yang termasuk dalam periode dewasa awal. Dalam perkembangannya mereka memerlukan asupan gizi yang seimbang supaya terhindar dari berbagai penyakit degeneratif yang berdampak pada penurunan produktivitas.

Status gizi yang baik akan berkontribusi terhadap kesehatan, sedangkan permasalahan gizi dapat menimbulkan beberapa dampak negatif yang dipengaruhi oleh perilaku makan seseorang untuk memenuhi asupan energinya. Sebanding dengan pendapat Ahmad Djaeni (2008) yang mengatakan bahwa permasalahan gizi terjadi karena perilaku makan seseorang yang tidak tepat, yaitu adanya ketidakseimbangan antara asupan energi dengan angka kecukupannya sehingga akan berdampak pada status gizi.²

Masalah gizi kurang pada remaja maupun dewasa dapat diakibatkan oleh diet

yang ketat (yang menyebabkan remaja atau dewasa kurang mendapatkan makanan yang seimbang dan bergizi), kebiasaan makan yang buruk dan kurangnya pengetahuan gizi. Masalah gizi dapat menimbulkan berbagai dampak antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas yang berkaitan dengan kemampuan kerja fisik dan prestasi belajar

Kota Parepare merupakan barometer segala aspek dengan latar belakang social budaya, pendidikan, dan profesi dengan bebrbagai trend sebagai dampak globalisasi dalam pergaulan, dan, gaya hidup yang beragam, begitu juga yang terlihat pada kalangan remaja yang cenderung mengikuti trend-trend mode.

Berdasarkan survei atau pengambilan data awal yang dilakukan pada bulan April tahun 2017 terdapat 7.229 mahasiswa S1 yang terdaftar di Universitas Muhammadiyah Parepare pada tahun 2016 dan sekitar 476 mahasiswa fakultas ilmu kesehatan baik gizi maupun non gizi (AKK, epidemiologi, dan kesling) yang termasuk sebagai populasi dan sekitar 82 mahasiswa fakultas ilmu kesehatan yang dijadikan sampel pada penelitian ini yaitu 41 mahasiswa gizi dan 41 mahasiswa non gizi.

Dilihat dari sudut pandang pribadi sebagian mahasiswa laki-laki menginginkan tubuhnya lebih tinggi, kuat dan berotot dengan

cara meningkatkan aktivitas berolahraga. Sedangkan sebagian besar mahasiswa untuk perempuan menginginkan tubuhnya lebih tinggi dan langsing dengan melakukan perubahan asupan energi. Keinginan yang kuat untuk mendapatkan tubuh tinggi dan langsing menyebabkan mahasiswa tersebut makan dengan frekuensi makan kurang dari tiga kali sehari.

Namun periode ini khususnya mahasiswa Universitas Muhammadiyah Parepare rentan terhadap pembatasan asupan makan karena adanya keinginan memiliki bentuk tubuh yang ideal, adanya perubahan gaya hidup, maupun pengaruh lingkungan dan teman sebaya. Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi di Universitas Muhammadiyah Parepare dianggap memiliki pengetahuan yang baik mengenai gizi karena menempuh pendidikan berbasis gizi. Mereka dianggap memiliki pengetahuan gizi yang baik dibandingkan dengan jurusan selain gizi.

Berdasarkan latar belakang, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang perbedaan tingkat pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi, dan status gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Parepare

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik dengan desain *cross sectional design*. Lokasi penelitian dilakukan di dalam maupun di luar / sekitar kampus II UMPAR. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini

adalah lembar kuesioner, lembar formulir persepsi *body image*, dan lembar formulir *recall 24 jam*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare yang berjumlah 476 Mahasiswa. Sampel yang dipilih adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi dan non Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. Analisis data yang digunakan adalah meliputi analisis univariat dan analisis bivariat dengan *chi square*.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik subjek yang terdiri dari umur, jenis kelamin, pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi dan status gizi digunakan untuk mendeskripsikan subjek penelitian secara jelas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebaran usia dalam penelitian ini berkisar antara 20 – 23 tahun. Rata-rata responden berada pada usia 22 tahun. Sebanyak 58,5% mahasiswi gizi dan 46,3% mahasiswi gizi memiliki usia 22 tahun. Sedangkan untuk kategori jenis kelamin Laki-laki pada mahasiswa gizi berjumlah 5 responden dengan frekuensi sebesar 12,2% dan jenis kelamin perempuan berjumlah 36 responden dengan frekuensi sebesar 87,8%. Pada mahasiswa non gizi jenis kelamin Laki-laki berjumlah 21 responden dengan frekuensi sebesar 51,2% dan jenis kelamin Perempuan berjumlah 20 responden dengan frekuensi sebesar 48,8%

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden pada Mahasiswa program studi ilmu gizi dan non gizi

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare.

Karakteristik Responden	Gizi		Non Gizi	
	n	%	n	%
Umur (Tahun)				
20	4	9,8	3	7,3
21	11	26,8	18	43,9
22	24	58,5	19	46,3
23	2	4,9	1	2,4
Total	41	100,0	41	100,0
Jenis Kelamin				
Laki-laki	5	12,2	21	51,2
Perempuan	36	87,8	20	48,8

Hasil penelitian analisis univariat untuk variabel tingkat pengetahuan menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa gizi memiliki tingkat pengetahuan gizi tinggi yaitu sebanyak 35 responden dengan frekuensi sebesar 85,3%, sedangkan pada mahasiswi non gizi sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan gizi rendah sebanyak 3 responden dengan frekuensi sebesar 7,3%. Mahasiswa gizi yang memiliki persepsi tubuh positif sebanyak 19 responden yaitu 46,3%, sedangkan terdapat 23 responden yaitu 56,0% mahasiswa gizi memiliki persepsi tubuh negatif dan sebanyak 22 responden yaitu 53,7% mahasiswa non gizi memiliki persepsi tubuh negatif. Hasil penelitian analisis univariat untuk variabel asupan energi cukup yaitu berjumlah 1 responden dengan frekuensi sebesar 2,4% dan yang memiliki asupan energi kurang berjumlah 40 responden dengan frekuensi sebesar 97,6% serta mahasiswa non gizi yang memiliki asupan energi yang cukup berjumlah 2 responden dengan frekuensi sebesar 4,9% dan yang memiliki

asupan energi berjumlah 39 responden dengan frekuensi sebesar 95,1%. Hasil penelitian analisis univariat untuk mahasiswa dengan status gizi baik pada kelompok mahasiswa gizi yaitu berjumlah 30 responden dengan frekuensi sebesar 73,1%. Sedangkan pada kelompok mahasiswa non gizi berjumlah 33 responden dengan frekuensi sebesar 7,3 %. Terdapat 8 responden mahasiswa gizi yang memiliki status gizi kurang dengan frekuensi sebesar 19,5 % dan terdapat 3 responden mahasiswa non gizi yang memiliki status gizi kurang dengan frekuensi sebesar 7,3%, serta terdapat 3 responden mahasiswa gizi yang memiliki status gizi lebih dengan frekuensi sebesar 7,3% dan 5 responden mahasiswa non gizi yang memiliki status gizi lebih dengan frekuensi sebesar 12,1%.

Hasil penelitian analisis bivariat untuk variabel tingkat pengetahuan gizi yang tergolong tinggi sebanyak 48 responden, dimana sebanyak 35 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 42,7% dan sebanyak 13 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah 4 orang, Kesling berjumlah 6 orang, dan Epidemiologi berjumlah 3 orang) dengan frekuensi sebesar 15,8%. Mahasiswa dengan tingkat pengetahuan gizi yang tergolong sedang sebanyak 28 responden, dimana sebanyak 6 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 7,3% dan sebanyak 22 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah 7 orang, Kesling berjumlah 7 orang dan Epidemiologi berjumlah 8 orang) dengan frekuensi sebesar 26,9%. Mahasiswa dengan tingkat pengetahuan gizi yang tergolong

rendah sebanyak 6 responden, dimana sebanyak 0 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 0,0% dan sebanyak 6 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah 3 orang, Kesling berjumlah 1 orang dan Epidemiologi berjumlah 2 orang) dengan frekuensi sebesar 7,3%. Berdasarkan analisa data uji Chi square pada α 0,05 dan diketahui nilai signifikasinya $p = 0,000$ dimana nilai $p < \alpha$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Dapat diartikan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare.

Hasil penelitian analisis bivariat untuk variabel persepsi body image yang tergolong positif sebanyak 37 responden, dimana sebanyak 18 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 22,0% dan sebanyak 19 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah 10 orang, Kesling berjumlah 6 orang, dan Epidemiologi berjumlah 3 orang) dengan frekuensi sebesar 23,1%. Mahasiswa gizi dan non gizi dengan *body image* yang tergolong negatif sebanyak 45 responden, dimana sebanyak 23 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 28,0% dan sebanyak 22 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah 4 orang, Kesling berjumlah 8 orang dan Epidemiologi berjumlah 10 orang) dengan frekuensi sebesar 26,9%. Berdasarkan analisa data uji Chi square pada α 0,05 dan diketahui nilai signifikasinya $p = 1,000$ dimana nilai $p > \alpha$, maka H_a ditolak dan H_0 diterima. Dapat diartikan bahwa tidak ada perbedaan *body image* pada mahasiswa gizi dan

non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare.

Tabel 2. Distribusi berdasarkan Variabel Penelitian Mahasiswa program studi ilmu gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare

Variabel Penelitian	Gizi		Non Gizi	
	n	%	n	%
Tingkat Pengetahuan				
Tinggi	35	85,4	13	31,7
Sedang	6	14,6	22	53,6
Rendah	0	0	6	14,6
Body Image				
Positif	18	43,9	19	46,3
Negatif	23	56,1	22	53,7
Asupan Energi				
Lebih = >110%	0	0	0	0
Cukup = 80-110%	1	2,4	2	4,9
Kurang = <80%	40	97,6	39	95,1
Status Gizi				
Kurus	8	19,5	3	7,3
Normal	30	73,2	33	80,5
Obesitas	3	7,3	5	12,2

Hasil penelitian analisis bivariat untuk variabel asupan energi yang tergolong lebih sebanyak 0 responden. Mahasiswa gizi dan non gizi dengan asupan energi yang tergolong cukup sebanyak 3 responden, dimana sebanyak 1 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 1,2% dan sebanyak 2 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah 2 orang) dengan frekuensi sebesar 2,24%. Mahasiswa gizi dan non gizi dengan asupan energi yang tergolong kurang sebanyak 79 responden, dimana sebanyak 40 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 48,8% dan sebanyak 39 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah

12 orang, Kesling berjumlah 14 orang dan Epidemiologi berjumlah 13 orang) dengan frekuensi sebesar 47,6%. Berdasarkan analisa data uji Chi square pada α 0,05 dan diketahui nilai signifikasinya $p = 1,000$ dimana nilai $p > \alpha$, maka H_a ditolak dan H_0 diterima. Dapat diartikan bahwa tidak ada perbedaan *body image* pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare.

Hasil penelitian analisis bivariat untuk variabel status gizi yang tergolong kurus sebanyak 11 responden, dimana sebanyak 8 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 9,8% dan sebanyak 3 responden mahasiswa non gizi (Kesling berjumlah 1 orang dan Epidemiologi berjumlah 2 orang) dengan frekuensi sebesar 3,7%, Mahasiswa gizi dan non gizi dengan status gizi yang tergolong normal sebanyak 63 responden, dimana sebanyak 30 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 36,5% dan sebanyak 33 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah 12 orang, Kesling berjumlah 13 orang dan Epidemiologi berjumlah 8 orang) dengan frekuensi sebesar 40,2%. Mahasiswa gizi dan non gizi dengan status gizi yang tergolong obesitas sebanyak 8 responden, dimana sebanyak 3 responden mahasiswa gizi dengan frekuensi sebesar 3,7% dan sebanyak 5 responden mahasiswa non gizi (AKK berjumlah 2 orang, dan Epidemiologi berjumlah 3 orang) dengan frekuensi sebesar 6,1%. Berdasarkan analisa data uji Chi square pada α 0,05 dan diketahui nilai signifikasinya $p = 0,233$ dimana nilai $p > \alpha$, maka H_a ditolak dan

H_0 diterima. Dapat diartikan bahwa tidak ada perbedaan *body image* pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi memiliki perbedaan signifikan pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan. Pengetahuan gizi merupakan hasil tahu seseorang mengenai segala sesuatu yang berkaitan dengan gizi. Pengetahuan gizi dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya adalah pendidikan mengenai gizi. Pengetahuan gizi sebaiknya telah ditanamkan sedini mungkin sehingga apabila seseorang telah memasuki usia remaja atau dewasa mampu memenuhi kebutuhan energi tubuhnya dengan perilaku makannya karena pengetahuan gizi sangat bermanfaat dalam menentukan apa yang kita konsumsi setiap harinya. Dengan adanya pengetahuan gizi pada seseorang, maka kita dapat menyesuaikan tingkat kebutuhan zat gizi yang sesuai dengan banyak kalori yang kita perlukan setiap harinya dalam melakukan aktivitas dan produktivitas kita sehari-hari sehingga dapat dicapai kesehatan yang optimal.

Dalam penelitian ini, perbedaan pengetahuan gizi pada kedua kelompok sampel yang berbeda yaitu mahasiswa gizi dan mahasiswa non gizi dipengaruhi oleh latarbelakang pendidikan sampel. Sebagai mahasiswi gizi tentunya mereka memiliki

pengetahuan yang lebih baik mengenai gizi, karena mereka mendapatkan mata kuliah yang hanya fokus mengenai gizi dan segala sesuatu yang mereka pelajari tidak jauh dari permasalahan gizi, sedangkan mahasiswa non gizi adalah mahasiswa yang berasal dari non gizi (AKK, Kesling, dan Epidemiologi) memiliki pengetahuan gizi yang sedang, hal ini dapat terjadi karena sebelumnya mereka pernah mendapatkan mata kuliah hanya pada dasar-dasar gizi saja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Salsa Bening, 2014) pada mahasiswa gizi dan non gizi Universitas Diponegoro yang menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi dengan nilai signifikan ($p=0,000$) $p=0,000 > \alpha=0,05$. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi lebih tinggi dari mahasiswa non gizi universitas Diponegoro.⁴

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *body image* tidak memiliki perbedaan signifikan pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan. *Body image* adalah gambaran seseorang mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri, yang dipengaruhi oleh bentuk dan ukuran tubuh serta harapan terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang diinginkan. Apabila harapan tersebut tidak sesuai dengan kondisi tubuh aktual maka akan menimbulkan *body image* negatif. Adapun kategori *body image* yaitu *Body Image* Positif Persepsi yang tepat dan benar terhadap bentuk tubuh diri sendiri, menghargai bentuk tubuh alamiah,

merasa gembira dan menerima tubuh sebagai sesuatu yang unik, menolak memikirkan hal-hal yang tidak masuk akal (seperti khawatir terhadap makanan, berat badan dan kalori), merasa nyaman dan percaya diri dengan tubuh yang dimiliki dan *Body Image* Negatif yaitu persepsi terhadap bentuk tubuh sendiri, meyakini bahwa orang lain lebih menarik. Merasa ukuran atau bentuk tubuh adalah pertanda dari kegagalan personal, merasa malu, merasa cemas terhadap tubuh, merasa tidak nyaman dan merasa aneh dengan tubuh yang dimiliki.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitria Meriyanti (2013) bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna pada *body image* mahasiswa gizi dan non gizi di Institut Pertanian Bogor dimana nilai $p = 0,864 > 0,05$ dan jumlah responden sebanyak 60 orang.⁵ Dengan tidak adanya perbedaan *body image* baik itu mahasiswa gizi dan non gizi itu disebabkan karena rata-rata Mahasiswa sama-sama ingin memiliki bentuk tubuh atau ingin mengubah bentuk tubuhnya dari yang sekarang ke bentuk tubuh yang diinginkan.

Mahasiswa memiliki persepsi tubuh yang positif akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Individu yang memiliki persepsi tubuh positif akan mempunyai perhatian terhadap persoalan kesehatan seperti pemilihan konsumsi makanan yang sehat. Sebaliknya, individu yang memiliki persepsi tubuh negatif dinilai merasakan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan berat badan, merasa kurang sehat, dan berpikir bagaimana menjadi ideal yang

menyebabkan individu menjadi tidak perhatian terhadap pemilihan konsumsi makanan yang sehat dan membatasi asupan makan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat asupan energi tidak memiliki perbedaan signifikan pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan. Dengan tidak adanya perbedaan asupan energi antara mahasiswa gizi dan non gizi itu disebabkan karena sama-sama dipengaruhi oleh berbagai faktor, beberapa diantaranya adalah pengetahuan gizi, *body image*, status tempat tinggal, lingkungan serta besarnya uang jajan. Meskipun mahasiswa gizi rata-rata memiliki pengetahuan gizi tinggi, namun asupan energinya tidak berbeda dengan mahasiswa non gizi yang rata-rata memiliki pengetahuan gizi sedang. Kebiasaan makan seperti meninggalkan sarapan pagi, kurangnya frekuensi makan dalam sehari, kurangnya frekuensi makan sayur dan buah, seringnya konsumsi fast food dan kurangnya asupan energi dalam sehari masih banyak ditemukan dalam kedua kelompok baik mahasiswa gizi maupun non gizi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizki Putri Anjani (2013) bahwa tidak ada perbedaan asupan energi antara mahasiswa LPP Graha Wisata Semarang dan mahasiswa Sastra Inggris Undip di mana nilai ($p = 0,771$) $> 0,05$ dengan jumlah responden sebanyak 50 orang.⁶

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi tidak memiliki perbedaan signifikan pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan. Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat

dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi didalam tubuh. Status gizi dibagi menjadi tiga kategori, yaitu : status gizi kurang, gizi normal, dan gizi lebih. Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain adalah asupan energi, pengetahuan gizi dan *body image*. Status gizi remaja juga dipengaruhi oleh gaya hidup (*life style*).⁷ Gaya hidup yang tidak sehat serta kurangnya kesadaran remaja akan kesehatan menyebabkan banyak remaja makan secara berlebihan dan mengakibatkan obesitas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani Meriyanti (2013) bahwa tidak ada perbedaan status gizi antara mahasiswa gizi dan non gizi Institut Pertanian Bogor di mana nilai ($p = 0,05$) $> 0,05$ dengan jumlah responden sebanyak 60 orang.⁸ Dengan tidak adanya perbedaan status gizi antara mahasiswa gizi dan non gizi itu disebabkan karena sebagian besar dari kedua kelompok responden memiliki status gizi yang baik atau normal yang diukur dengan menggunakan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) di mana mereka baik itu mahasiswa gizi maupun non gizi akan berupaya menjaga berat badan ideal, meskipun belum menjalankan perilaku makan dengan baik.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian perbedaan tingkat pengetahuan gizi, *body image*, asupan energi, dan status gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare, maka peneliti dapat

menarik kesimpulan sebagai berikut : Ada perbedaan tingkat pengetahuan gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare, didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Tidak ada perbedaan *body image* pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare, didapatkan nilai $p = 1,000 > 0,05$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima. Tidak ada perbedaan asupan energi pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare, didapatkan nilai $p = 1,000 > 0,05$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima. Dan Tidak ada perbedaan status gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare, didapatkan nilai $p = 0,233 > 0,05$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima. Berdasarkan beberapa kesimpulan maka dapat disarankan kepada mahasiswa agar lebih meningkatkan pengetahuan dan kesadaran status gizi dan tidak hanya memperhatikan penampilan saja saat perkuliahan. Serta upaya untuk pencegahan, penanggulangan dan juga agar mahasiswa dapat memperbaiki pola konsumsinya dengan mengkonsumsi beragam makanan bergizi untuk membantu penyerapan asupan energi dalam tubuh. Diharapkan perlu ada bimbingan dari pihak orang tua terhadap anak remaja yang memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya, yaitu mengenai persepsi, sikap tetapi khususnya dalam hal perilaku makan sehingga tidak menimbulkan masalah gizi.

Diharapkan agar penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan tingkat pengetahuan gizi, *body image*, asupan negeri dan status gizi. Peneliti memberika nkesempatan kepada peneliti selanjutnya untuk dijadikan sebagai bahan informasi dan bacaan untuk penelitian serupa pada tempat dan sasaran yang berbeda. Sehingga dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya, agar peneliti dapat menerapkan dan mengembangkan ilmu yang didapat dari bangku kuliah kedalam situasi yang nyata yaitu masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

1. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Jakarta : Badan Peneltian Dan Pengembangan Kementrian Kesehatan RI P. 2013; 223-230.
2. Djaeni, Achmad. Ilmu Gizi. Jakarta : PT. Dian Rakyat. 2008; 53-65.
3. Almatsier S. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakrta : PT Gramedia Pustaka Utama; 2010. [diakses tanggal 10 april 2017] <http://repository/pb.ac.id/handle/123456789/67444>].
4. Bening, Salsa. Perbedaan Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Asupan Energi dan Status Gizi pada Mahasiswi Gizi dan Non Gizi Universitas Diponegoro. Skripsi. Universitas Diponegoro; 2014.
5. Meriyanti Fitria. Pengaruh Pengetahuan Gizi, Persepsi *Body Image*, Kebiasaan Makan, dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswi Gizi dan Non Gizi IPB.

- Bogor : Fakultas Ekologi Manusia IPB; 2013.
6. Rizki Putrid Anjani. Perbedaan Pengetahuan Gizi, Sikap Dan Asupan Gizi Makro Dan Mikro Mahasiswa Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. [Skripsi]. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro; 2014. [diakses 13 April 2017].<http://eprints.undip.ac.id/41457/>.
 7. Serly. Hubungan Body Image, Asupan Energi dan Aktifitas Fisik dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014 Jom FK. 2015; Volume 2 No.2 Oktober 2015.
 8. Fitria Meriyanti. Pengaruh Pengetahuan Gizi, Persepsi Body Image, Kebiasaan Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswa Gizi Dan Non Gizi IPB [skripsi]. Institute Pertanian Bogor; 2013.
 9. Dewi Diana Septiani, Briawan D. Penggunaan Metode Body Shape Questionnaire (BSQ) Dan Figure Rating Scale (FRS) Untuk Pengukuran Persepsi Tubuh Remaja Perempuan – Jurnal Gizi Indon. 33 (1) : 29-36. [diakses 11 April 2017]. <http://repository.ipb.co.id/jspui/bitstream>.
 10. Ishak Nur. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Pada Kehamilan. KTI keperawatan; 2014. [diakses 11 April 2017] <http://karyatulisilm.co.id/2014/08/gambaran-pengetahuan-ibu-hamiltentang.html?m=1>.
 11. Kusumawijaya Ngurah.A.A. Persepsi Remaja Terhadap Body Image (Citra Tubuh) Kaitannya Dengan Pola Konsumsi Makan Dan Status Gizi. Jurnal Skala Husada. [diaksestanggal 10 april 2017] <http://repository.ipb.ac.id./jsupui/bitstream/123456789/674444/1/I13fme.pdf>.