

**PENGETAHUAN TENTANG GIZI DAN PERSEPSI BERAT
BADAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2019**

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



Oleh:

Mitha Ramadea

04011281621091

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2019**

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGETAHUAN TENTANG GIZI DAN PERSEPSI BERAT
BADAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2019.**

Oleh:
Mitha Ramadea
04011281621091

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran

Palembang, 12 Desember 2019

Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I
dr. Ardesy Melizah K., M.Gizi
NIP. 19861231 201012 2004

Pembimbing II
Drs. Joko Marwoto, M.S.
NIP. 19570324 198403 1001

Penguji I
dr. Syarif Husin, M.S.
NIP. 19611209 199203 1003

Penguji II
dr. Wardiansah, M. Biomed
NIP. 19840908 201012 1003

Koordinator PS Pendidikan Dokter

Mengetahui,

Wakil Dekan I


dr. Susilawati, M. Kes
NIP. 19780227 201012 2001




Dr. dr. Radiyah Umi P., Sp.Pd-KR, M. Kes
NIP. 19720717 200801 2 007

PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini dengan ini menyatakan bahwa:

1. Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai prosedur yang ditetapkan.
2. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister dan/atau doktor), baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
3. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, Desember 2019



(Mitha Ramadea)

Mengetahui,

Pembimbing I,



dr. Ardesy Melizah K., M.Gizi
NIP. 19861231 201012 2004

Pembimbing II



Drs. Joko Marwoto, M.S.
NIP. 19570324 198403 1001

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mitha Ramadea
NIM : 04011281621091
Program Studi : Pendidikan Dokter Umum
Fakultas : Kedokteran
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah Saya yang berjudul:

PENGETAHUAN TENTANG GIZI DAN PERSEPSI BERAT BADAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2019

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya tanpa meminta izin dari Saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini Saya buat dengan sebenarnya.

Palembang, Desember 2019
Yang membuat pernyataan,



Mitha Ramadea
NIM. 04011281621091

ABSTRAK

PENGETAHUAN TENTANG GIZI DAN PERSEPSI BERAT BADAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2019

(Mitha Ramadea, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, 46 halaman)

Latar belakang. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2019 merupakan mahasiswa baru yang belum memiliki banyak pengetahuan tentang gizi. Selain itu, mahasiswa baru juga belum mengetahui cara untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) melalui tinggi badan dan berat badan, serta belum memiliki pengetahuan tentang penggolongan status gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang gizi dan kesesuaian persepsi status gizi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2019.

Metode. Penelitian deskriptif dengan desain penelitian potong lintang ini dilakukan di UPT Klinik Kesehatan Universitas Sriwijaya dan kampus Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada bulan Juli hingga bulan September 2019. Sampel penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2019 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data diperoleh melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan secara langsung serta pengisian kuisioner M-GNKQ dan kuisioner persepsi status gizi secara online.

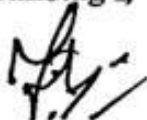
Hasil. Pada penelitian ini didapatkan sebanyak 222 mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, dengan jumlah mahasiswa laki-laki 74 orang dan mahasiswi perempuan 148 orang. Rentang usia mahasiswa 16-20 tahun, dengan jumlah terbanyak berusia 18 tahun. Sebanyak 70,7% mahasiswa memiliki status gizi normal. Rata-rata nilai pengetahuan gizi 18,21 (45,5%) dengan nilai terendah 0 dan nilai tertinggi 32. Dari seluruh mahasiswa, hanya 52,3% yang mampu mempersepsikan status gizi dengan benar. Sisanya, sebanyak 33,3% merupakan persepsi melebihkan dan 14,4% merupakan persepsi mengurangi.

Kesimpulan. Pengetahuan tentang gizi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2019 masih cukup rendah dan masih banyak mahasiswa yang salah dalam mempersepsikan status gizi mereka.

Kata kunci: Pengetahuan tentang Gizi, Indeks Massa Tubuh (IMT), Persepsi Status Gizi, GNKQ.

Mengetahui,

Pembimbing I,



dr. Ardesy Melizah K., M.Gizi

NIP. 19861231 201012 2004

Pembimbing II



Drs. Joko Marwoto, M.S.

NIP. 19570324 198403 100 1

ABSTRACT

NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND PERCEPTION OF BODY WEIGHT IN MEDICAL STUDENTS OF SRIWIJAYA UNIVERSITY BATCH 2019

(Mitha Ramadea, Faculty of Medicine, Sriwijaya University, 46 pages)

Background. Medical students of Sriwijaya University batch 2019 are new students who don't have much knowledge about nutrition. In addition, new students also don't know how to calculate Body Mass Index (BMI) through body height and weight. The aims of this study were to know the level of nutritional knowledge and suitability of nutritional status perception among medical students of Sriwijaya University batch 2019.

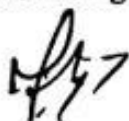
Method. Descriptive research with cross sectional research design was conducted in Health Clinic and Medical Faculty of Sriwijaya University from July to September 2019. The sample of this study was all medical students of Sriwijaya University batch 2019 who met the inclusion and exclusion criteria. The data obtained through direct measurement of height and weight and filling M-GNKQ and nutritional status perception questionnaire online.

Result. In this study, there were 222 students who met the inclusion and exclusion criteria, with 74 male and 148 female students. The age range of students is 16-20 years. As many as 70.7% of students have normal nutritional status. The average value of nutrition knowledge is 18.21 (45.5%) with the lowest value 0 and the highest value 32. From all students, only 52.3% are able to perceive nutritional status correctly. The rest, as much as 33.3% is exaggerating perception and 14.4% is reducing perception.

Conclusion. The knowledge of nutrition among the medical students of Sriwijaya University batch 2019 is still quite low and there are many students who mistakenly perceive their nutritional status.

Keywords: Nutritional knowledge, Body Mass Index (BMI), Nutritional Status Perception, GNKQ.

Pembimbing I,



dr. Ardesy Melizah K., M.Gizi

NIP. 19861231 201012 2004

Mengetahui,

Pembimbing II



Drs. Joko Marwoto, M.S.

NIP. 19570324 198403 100 1

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah mencurahkan nikmat dan rahmat-Nya berupa kesempatan dan kesehatan skripsi dengan judul “Pengetahuan tentang Gizi dan Persepsi Berat Badan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Angkatan 2019” dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana kedokteran (S. Ked) pada Program Studi Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini. Kepada dr. Ardesy Melizah Kurniati, M. Gizi dan Drs. Joko Marwoto, M. S. selaku pembimbing I dan II atas ilmu dan waktu yang telah diberikan dalam penyelesaian skripsi ini. Kepada dr. Syarif Husin, M. S. dan dr. Wardiansah, M. Biomed selaku penguji I dan II atas saran dan kritik untuk memperbaiki skripsi ini. Kepada mama, Alm. papa, adik dan keluarga yang sudah memberikan dukungan moril dan materil.

Penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan tingkat pengetahuan tentang gizi dan persepsi berat badan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2019. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan dikemudian hari. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat.

Palembang, Desember 2019

Penulis

DAFTAR SINGKATAN

BMI	: <i>Body Mass Index</i>
cm	: Centimeter
<i>et al</i>	: <i>et alia</i> atau <i>et alii</i>
FK	: Fakultas Kedokteran
M-GNKQ	: <i>Modified-General Nutrition Knowledge Questuinnaire</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia
Kemenkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
kg	: Kilogram
m	: Meter
no	: Nomor
PSPD	: Program Studi Pendidikan Dokter
Unsri	: Universitas Sriwijaya
WHO	: World Health Organization

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR SINGKATAN.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GRAFIK	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	2
1.3.1 Tujuan Umum	2
1.3.2 Tujuan Khusus	2
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Aspek Teoritis	3
1.4.2 Aspek Praktis	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Pengetahuan Tentang Gizi.....	4
2.1.1 Pengertian.....	4
2.1.2 Pesan Umum Gizi Seimbang.....	5
2.1.2.1 Syukuri dan Nikmati Anekaragam Makanan..	5
2.1.2.2 Banyak Makan Sayuran dan Buah-buahan.....	6
2.1.2.3 Biasakan Mengonsumsi Lauk-Pauk yang mengandung Protein Tinggi.....	6
2.1.2.4 Biasakan Mengonsumsi Anekaragam Makanan Pokok.....	7
2.1.2.5 Batasi Konsumsi Pangan Manis, Asin, dan Berlemak.....	7
2.1.2.6 Biasakan Sarapan.....	7
2.1.2.7 Biasakan Minum Air Putih yang Cukup dan Aman.....	7
2.1.2.8 Biasakan Membaca Label pada Kemasan Pangan.....	8
2.1.2.9 Cuci Tangan Pakai Sabun dengan Air Bersih Mengalir.....	8
2.1.2.10 Lakukan aktivitas Fisik yang Cukup dan Pertahankan Berat Badan Normal.....	8
2.1.3 Fenomena Pengetahuan Tentang Gizi.....	9

2.2	Persepsi status gizi.....	9
2.2.1	Pengertian	9
2.2.2	Faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi status gizi..	10
2.2.2.1	Usia.....	10
2.2.2.2	Jenis Kelamin.....	10
2.2.2.3	Sosial Ekonomi.....	11
2.2.2.4	Lingkungan.....	11
2.2.2.5	Paparan Media.....	11
2.3	Status Gizi.....	11
2.3.1	Pengertian.....	11
2.3.2	Penilaian Status Gizi.....	12
2.3.2.1	Pengukuran Antropometri.....	12
2.3.3	Kelainan Status Gizi.....	15
2.4	Kerangka Teori.....	16
BAB III METODE PENELITIAN		
3.1	Jenis Penelitian	17
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian	17
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	17
3.3.1	Populasi Target... ..	17
3.3.2	Populasi Terjangkau.....	17
3.3.3	Sampel.....	17
3.3.4	Besar Sampel.....	17
3.3.5	Cara Pengambilan Sampel.....	18
3.3.6	Kriteria Inklusi dan Eksklusi	18
3.3.6.1	Kriteria Inklusi	18
3.3.6.2	Kriteria Eksklusi	19
3.4	Variabel Penelitian	19
3.5	Definisi Operasional	20
3.6	Cara Kerja/Cara Pengumpulan Data	24
3.6.1	<i>Informed concent</i>	24
3.6.2	Pengambilan data.....	24
3.6.2.1	Usia dan Jenis Kelamin.....	24
3.6.2.2	Pengetahuan tentang Gizi.....	24
3.6.2.3	Persepsi Status Gizi.....	24
3.6.2.4	Status Gizi.....	25
3.7	Cara Pengolahan dan Analisis Data	25
3.8	Kerangka Operasional.....	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1	Hasil Penelitian	27
4.1.1	Analisi Univariat.....	27
4.1.1.1	Distribusi Karakteristik.....	27
4.1.1.2	Distribusi Status Gizi.....	28
4.1.1.3	Distribusi Pengetahuan tentang Gizi.....	29
4.1.1.4	Distribusi Persepsi Status Gizi.....	31
4.1.1.5	Distribusi Kesesuaian Persepsi Status Gizi.....	31
4.2	Pembahasan	32

4.2.1	Distribusi Status Gizi.....	32
4.2.2	Distribusi Pengetahuan tentang Gizi.....	33
4.2.2.1	Keanekaragaman dan Kandungan Kalori Makanan.....	34
4.2.2.2	Konsumsi Serat.....	35
4.2.2.3	Konsumsi Protein.....	36
4.2.2.4	Konsumsi Karbohidrat.....	37
4.2.2.5	Konsumsi Gula.....	38
4.2.2.6	Konsumsi Garam.....	39
4.2.2.7	Konsumsi Lemak.....	39
4.2.2.8	Konsumsi Sarapan.....	41
4.2.2.9	Konsumsi Air Putih.....	41
4.2.2.10	Membaca Label.....	42
4.2.2.11	Aktivitas Fisik dan Mempertahankan Berat Badan Normal.....	42
4.2.3	Distribusi Persepsi Status Gizi.....	43
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Kesimpulan.....	45
5.2	Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA		47
LAMPIRAN		55
BIODATA		99

DAFTAR TABEL

No	Judul	Halaman
1.	Batas Ambang IMT Untuk Indonesia.....	14
2.	Definisi Operasional.....	20
3.	Distribusi Karakteristik Mahasiswa PSPD FK Unsri Angkatan 2019.....	28
4.	Distribusi Status Gizi pada Mahasiswa PSPD FK Unsri Angkatan 2019.....	28
5.	Distribusi Jumlah Mahasiswa PSPD FK Unsri Angkatan 2019 yang Menjawab Benar pada Setiap Pertanyaan Kuisisioner Pengetahuan tentang Gizi.....	30
6.	Distribusi Persepsi Status Gizi pada Mahasiswa PSPD FK Unsri Angkatan 2019.....	31
7.	Distribusi Kesesuaian Persepsi pada Mahasiswa PSPD FK Unsri Angkatan 2019.....	32

DAFTAR GRAFIK

No	Judul	Halaman
1.	Distribusi Pengetahuan tentang Gizi pada Mahasiswa PSPD FK Unsri Angkatan 2019.....	29

DAFTAR GAMBAR

No	Judul	Halaman
1.	Panduan Gizi Seimbang.....	4
2.	Panduan Komposisi Sajian Untuk Sekali Makan.....	5

DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul	Halaman
1.	Surat Persetujuan Sidang Skripsi.....	55
2.	Surat Persetujuan Revisi Skripsi.....	56
3.	Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi Tugas Akhir Untuk Kepentingan Akademik.....	57
4.	Sertifikat Etik.....	58
5.	Surat Izin Penelitian.....	59
6.	Surat Selesai Penelitian.....	61
7.	Lembar Konsultasi Skripsi.....	62
8.	Hasil Analisis SPSS.....	63
9.	Lembar Penjelasan.....	67
10.	Formulir Persetujuan	68
11.	Formulir Karakteristik Subjek dan Persepsi Status Gizi.....	69
12.	Kuisisioner Pengetahuan Gizi.....	70
13.	Dokumentasi Kegiatan.....	81
14.	<i>Draft</i> Artikel Publikasi.....	82

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi adalah zat makanan pokok yang diperlukan bagi pertumbuhan dan kesehatan badan (KBBI, 2016). Gizi merupakan zat kimia yang berguna bagi pertahanan metabolisme tubuh. Karbohidrat, protein, asam lemak, vitamin dan elemen lain merupakan beberapa bahan kimia yang berperan sebagai zat gizi (Wijayanti, 2017).

Persepsi berat badan merupakan gambaran seseorang terhadap status gizi mereka. Biasanya, gambaran tersebut diungkapkan dengan istilah sangat kurus, kurus, normal, gemuk atau sangat gemuk (Sirirassamee, et al., 2018). Beberapa faktor seperti sosio-demografis dan lingkungan termasuk jenis kelamin, Indeks Massa Tubuh (IMT), etnis, status sosial ekonomi, dan paparan media mempengaruhi seseorang dalam mempersepsikan berat badan (Shin & Nam, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Marjan Manouchehri Naeeni dan kawan-kawan menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang gizi sudah cukup baik meskipun mereka belum menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Naeeni, et al., 2014). Selain itu, terdapat kesenjangan mengenai pengetahuan tentang kandungan garam, lemak, gula dan serat makanan dalam makanan pada kehidupan masyarakat (Worsley, et al., 2014).

Saat ini masyarakat masih sering salah dalam mempersepsikan status gizi mereka. Hasil penelitian *Department of Community Medicine, UKM Medical Centre Malaysia* menunjukkan bahwa tingkat salah persepsi orang dewasa muda lebih tinggi dibandingkan orang dewasa (Shagar, et al., 2014). Penelitian lain menunjukkan bahwa perempuan cenderung melebihkan persepsi mengenai status gizi mereka, sementara laki-laki cenderung mengurangi persepsi berat badan mereka. Selain itu, sosial ekonomi dan lingkungan juga berperan penting dalam menetapkan standar berat badan bagi seseorang (Shin & Nam, 2015).

Mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2019 merupakan mahasiswa baru yang belum mendapatkan materi kuliah gizi sehingga belum memiliki banyak pengetahuan tentang gizi. Oleh karena itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa baru tentang gizi. Selain itu, mahasiswa FK Unsri angkatan 2019 belum mengetahui penghitungan IMT dan penggolongan status gizi yang benar sehingga penelitian perlu dilakukan untuk mengetahui persepsi mereka mengenai status gizinya serta untuk mengetahui kesesuaian antara persepsi status gizi tersebut dengan status gizi yang sebenarnya. Penelitian ini belum pernah dilakukan di lingkungan FK Unsri. Oleh karena itu, penelitian ini akan menambah informasi terkait pengetahuan tentang gizi dan persepsi berat badan pada mahasiswa baru di FK Unsri.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat pengetahuan mahasiswa FK Unsri angkatan 2019 tentang gizi dan apa persepsi mereka tentang status gizinya saat ini?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

1. Mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa FK Unsri angkatan 2019 tentang gizi.
2. Mengetahui persepsi status gizi mahasiswa FK Unsri angkatan 2019.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis tingkat pengetahuan mahasiswa FK Unsri angkatan 2019 tentang keanekaragaman dan kalori makanan, konsumsi zat nutrisi, membaca label makanan, serta aktivitas fisik dan berat badan normal berdasarkan hasil penilaian kuisioner M-GNKQ.
2. Menganalisis klasifikasi status gizi mahasiswa FK Unsri angkatan 2019 berdasarkan kuisioner persepsi status gizi.
3. Menganalisis klasifikasi status gizi mahasiswa FK Unsri angkatan 2019 dari hasil pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT).

- 4 Menganalisis kesesuaian antara persepsi status gizi dengan hasil pengukuran IMT mahasiswa FK Unsri angkatan 2019.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi mengenai tingkat pengetahuan tentang gizi dan persepsi status gizi pada mahasiswa FK Unsri angkatan 2019.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengetahuan tentang gizi dan persepsi status gizi serta kaitannya dengan pencegahan kelainan gizi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada responden mengenai pengetahuan tentang gizi yang berfungsi untuk mengontrol asupan makan dan mencegah terjadinya kelainan gizi.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada responden mengenai cara penghitungan IMT dan penggolongan status gizi untuk mencegah terjadinya kesalahan persepsi status gizi, sehingga responden mengetahui standar berat badan normal untuk kondisi tubuh mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Arthur, S. S. et al., 2015. Tackling Malnutrition: A Systematic Review of 15-year Research Evidence from INDEPTH Health and demographic Surveillance Systems. *Global Health Action*, Volume 8.
- Assefa, H., Belachew, T. & Negash, L., 2015. Socio-demographic Factors Associated with Underweight and Stunting among Adolescent in Ethiopia. *The Pan African Medical Journal*, Volume 20, p. 252.
- Astrup, A., Raben, A. & Geiker, N., 2015. The role of higher protein diets in weight control and obesity-related comorbidities. *International Journal of Obesity*, Volume 39, pp. 721-726.
- Badrin, S., Daud, N. & Ismail, S. B., 2018. Body Weight Perception and Weight Loss Practices among Private College Students in Kelantan State, Malaysia. *Korean Journal of Family Medicine*, Volume 39, pp. 355-359.
- Bhurtun, d. d. & Jeewon, R., 2013. Body weight Perception and Weight Control Practices Among Teenagers. *ISRN Nutrition*.
- Bojorquez, et al., 2018. Social Factors, Weight Perception, and Weight Control Practices among Adolescents in Mexico. *J Health Psychol*, 23(7), pp. 939-950.
- Brito, N. B. et al., 2016. Relationship between Mid-Upper Arm Circumference and Body Mass Index in Inpatients. *Plos One*, 11(8).
- Bromboiu, M. I. et al., 2018. Nutritional Status and Eating disorders among Medical Students from the Cluj-Napoca University Centre. *Clujul Medical*, 91(4), pp. 414-421.
- Brown, J. E., 2011. *Nutrition Through the Life Cycle*. 4 penyunt. Canada: Wadsworth cengage learning.
- Budijanto, d., 2015. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. [Online] Available at: <http://www.risbinkes.litbang.depkes.go.id/2015/wpcontent/uploads/2013/02/SAMPLING-DAN-BESAR-SAMPEL.pdf> [Diakses 28 juni 2019].

- Bukenya, R. et al., 2017. Validity and Reliability of General Nutrition Knowledge Questionnaire for Adults in Uganda. *Nutrients*, 9(2), p. 172.
- Butler, T., J., T. & Carver, N., 2019. *Hand Washing (Hand Hygiene)*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing.
- Care, I. o. E. & H., t.thn. *University College London*. [Online] Available at : <https://www.ucl.ac.uk/iehc/research/behavioural-science-and-health/resources/questionnaires/eating-behaviour-questionnaires> [Diakses 27 Juni 2019].
- Casadei, K. & Kiel, J., 2019. *Anthropometric Measurement*. Treasure Island: StatPearls Publishing.
- Cashin, K. & Oot, L., 2018. Guide to Anthropometry. *A Practical Tool for Program Planners, Managers, and Implementers*.
- Castano, B. & Majem, S., 2012. Relationship between bread consumption, body weight, and abdominal fat distribution: evidence from epidemiological studies.. *Nutrition Reviews*, 70(4), pp. 218-233.
- Choi, H. Y., Park, H. C. & Ha, S. K., 2015. High Water Intake and Progression of Chronic Kidney Diseases. *Electrolyte Blood Press*, 13(2), pp. 46-51.
- Colchero, M. A., Vega, Y. C. & Horwitz, M. K., 2014. Socioeconomic Status and Misperception of Body Mass Index among Mexican adults. *Salud Publica de Mexico*, 56(3), pp. 251-258.
- Delage, B. & Liu, S., 2016. *Linus Pauling Institute Micronutrient Information Center*. [Online] Available at: <https://lpi.oregonstate.edu/mic/food-beverages/glycemic-index-glycemic-load> [Diakses 22 Desember 2019].
- Dhaka, V., Gulia, N., Ahlawat, K. S. & Khatkar, B. S., 2011. Trans fats—sources, health risks and alternative approach - A review. *J Food Sci Technol*, 48(5), pp. 534-541.
- Dreher, M. L., 2018. Whole Fruits and Fruit Fiber Emerging Health Effects. *Nutrients*, Volume 10, p. 1833.
- Eze, N. M. et al., 2017. Awareness of Food Nutritive Value and Eating Practices among Nigerian Bank Workers. *Medicine (Baltimore)*, 96(10).

- Galioto, R. & Spitznagel, M. B., 2016. The Effects of Breakfast and Breakfast Composition on Cognition in Adults. *Advances in Nutrition*, 7(3), pp. 576-589.
- Gibney, M. J., Barr, S. I. & Hopkins, S., 2018. Breakfast in Human Nutrition: The International Breakfast Research Initiative. *nutrients*, 10(5), p. 559.
- Goyal, R. & Deshmukh, N., 2018. Food label reading: Read before you eat. *J Educ Health Promot*, Volume 7, p. 56.
- Grant, J. F., Chittleborough, C. R., Shi, Z. & Taylor, A. W., 2017. The association between A Body Shape Index and mortality: Results from an Australian cohort. *PLoS One*, 12(7).
- Gurav, A. et al., 2015. Slc5a8, a Na⁺-coupled high-affinity transporter for short-chain fatty acids, is a conditional tumor suppressor in colon that protects against colitis and colon cancer under low-fiber dietary conditions. *Biochem J.*, 469(2), pp. 267-278.
- Haq, I. U. et al., 2018. A Comparative Study of Nutritional Status, Knowledge Attitude and Practices (KAP) and dietary Intake between International and Chinese Students in Nanjing, China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), p. 1910.
- Hargrove, E. J., Berryman, D. E. & Yoder, J. M., 2017. Assessment of Nutrition Knowledge and Attitudes. *The Journal of the American Osteopathic Association*, 117(10).
- Harjatmo, T. P., Par'i, H. M. & Wiyono, S., 2017. *Bahan Ajar Gizi Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Higgins, P. B. & Comuzzie, A. G., 2012. Measures of Waist Circumference. Dalam: V. R. Preedy, penyunt. *Handbook of Anthropometry*. New York: Springer Science+Business Media, pp. 881-891.
- Holesh, J. E. & Martin, A., 2019. *Physiology, Carbohydrates*. USA: S National Library of Medicine.
- Jayawardena, R. et al., 2013. Prevalence, Trends and Associated Socio-Economic Factors of Obesity in South Asia. *The European Journal Of Obesity*, Volume 6, pp. 405-414.

- KBBI, 2016. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Erlangga.
- Kemenkes, 2014. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. [Online]
Available at: <http://www.depkes.go.id> [Diakses 27 Juni 2019].
- Kemenkes, 2018. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. [Online]
Available at: <http://yankes.depkes.go.id/read-kolesterol-4619.html> [Diakses 22 desember 2019].
- Khan, Z. N. et al., 2016. High prevalence of Preobesity and Obesity among Medical Students of Lahore and Its Relation with dietary Habits and Physical Activity. *Indian Journal of Endocrinology and Metabolism*, 20(2), pp. 206-210.
- Kliemann, J., Wardle, J., Johnson, F. & Croker, H., 2016. Reliability and validity of a revised version of the General Nutrition Knowledge Questionnaire. *European Journal of Clinical Nutrition*, Volume 70, pp. 1174-1180.
- Knox, E. C. L., Musson, H. & Adams, E. J., 2015. Knowledge of physical activity recommendations in adults employed in England: associations with individual and workplace-related predictors. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, Volume 12, p. 69.
- Komprda, T. et al., 2017. Effect of dietary fish oil on fatty acid deposition and expression of cholesterol homeostasis controlling genes in the liver and plasma lipid profile: comparison of two animal models.. *J Anim Physiol Anim Nutr (Berl)*, 101(6), pp. 1093-1102.
- Kwon, S., 2017. Body Mass Index, Perceived Weight, and Self Rated Health among South Korean Adults: Conjoint Effect on Health. *AIMS Public Health*, 4(5), pp. 513-525.
- Lee, M.-S., Hong, S. J. & Kim, Y.-T., 2015. Handwashing with soap and national handwashing projects in Korea: focus on the National Handwashing Survey, 2006-2014. *Epidemiology and Health*, Volume 37.
- Lionett, C., 2016. Undernutrition: The Basics. *Generation Nutrition*.
- Little, M., Humphries, S., Patel, K. & dewey, C., 2016. Factors Associated with BMI, Underweight, Overweight and Obesity among Adults in a Population of Rural South India: A Cross-Sectional Study. *BMC Obesity*, Volume 3, p. 12.

- Liu, A. G. et al., 2017. A healthy approach to dietary fats: understanding the science and taking action to reduce consumer confusion. *Nutrition Journal*, 16(53).
- Machara, M. et al., 2019. Patterns and Risk Factors of double Burden of Malnutrition Among Adolescent Girls and Boys in Indonesia. *Plus One*, 14(8).
- Mehmood, Y., Al-Swailmi, F. K. & Al-Enazi, S. A., 2016. Frequency of Obesity and Comorbidities in Medical Students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 32(6), pp. 1528-1532.
- Meinders, A.-J. & Meinders, A. E., 2010. [How much water do we really need to drink?]. *Ned Tijdschr Geneesk.*, p. 154.
- Mogre, V., Aleyira, S. & Nyaba, R., 2015. Misperception of weight status and associated factors among undergraduate students. *Obesity Research and Clinical Practice*, 9(5), pp. 466-474.
- Monteiro, C. A. et al., 2017. The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutrition*, 21(1), p. 5-17.
- Naeeni, M. M. et al., 2014. Nutritional Knowledge, Practice, and dietary Habits among School Children and Adolescents. *International Journal of Preventive Medicine*, 5(2), pp. 171-178.
- Nazario, B., 2018. *WebMD*. [Online] Available at: <https://www.webmd.com/food-recipes/breakfast-lose-weight#1> [Diakses 22 Desember 2019].
- Nesheim, M. C., Oria, M. & Yih, P. T., 2015. *A Framework for Assessing Effects of the Food System*. Washington dc: Institute of Medicine and National Research Council.
- Omage, K. & Omuemu, V. O., 2018. Assessment of dietary pattern and nutritional status of undergraduate students in a private university in southern Nigeria. *Food Science and Nutrition*, 6(7).
- Par'i, H. M., Wiyono, S. & Harjatmo, T. P., 2017. *Penilaian Status Gizi*. 1 penyunt. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber daya Manusia Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Peltzer, K. & Pengpid, S., 2015. Underestimation of weight and its associated factors in overweight and obese university students from 21 low, middle and emerging economy countries.. *Obesity Research and Clinical Practice*, 9(3), pp. 234-242.
- Pitts, N. et al., 2017. Dental caries. *Nature Reviews Disease Primers*, Volume 3, p. 17030.
- Powell, B., Kerr, R. B., Young, S. L. & Johns, T., 2017. The determinants of dietary diversity and nutrition: ethnonutrition knowledge of local people in the East Usambara Mountains, Tanzania. *J Ethnobiol Ethnomed*, 13(1), p. 23.
- Radwan, H. et al., 2019. Body Mass Index Perception, Body Image Dissatisfaction and Their Relations with Weight-Related Behaviors among University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9).
- Rauber, F. et al., 2018. Ultra-Processed Food Consumption and Chronic Non-Communicable Diseases-Related Dietary Nutrient Profile in the UK (2008–2014). *nutrients*, Volume 10, p. 587.
- Ren, X. et al., 2015. Prevalence of Underweight, Overweight and Obesity in University Students from the Region of Anhui (China). *Nutricion Hospitalaria*, 31(3), pp. 1089-1093.
- Riahi, R. et al., 2019. Body Weight Misperception and Psychological Distress Among Children and Adolescents: The CASPIAN-V Study. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 10(5), pp. 315-324.
- Rodríguez, J., Cobos, P., Ruiz, N. & Martín, R., 2019. Validity and limitations of methods to measure the intake and elimination of salt. *Aten Primaria*, 51(10), pp. 645-653.
- Rueggsegger, G. N. & Booth, F. W., 2018. Health Benefits of Exercise. *Cold Spring Harb Perspect Medicine*, 8(7).
- Shagar, Shakiba & Rahmah, 2014. Factors Associated with Misperception of Own Weight Status among 18-21 Year Old University Students. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 3(5), pp. 25-31.

- Shin, A. & Nam, C. M., 2015. Weight Perception and Its Association with Socio-demographic and Health-related Factors Among Korean Adolescents. *BMC Public Health*, Volume 15, p. 1292.
- Sirirassamee, T., Sasiwan, P., Limkhunthammo & Supakorn, 2018. Relationship between Body Weight Perception and Weight-related behaviours. *Journal of International Medical Research*, 46(9), pp. 3796-3806.
- Sonneville, K. R. et al., 2016. Weight misperception among young adults with overweight/obesity associated with disordered eating behaviors. *Int J Eat disord.*, 49(10), pp. 937-946.
- Srour, B., Fezeu, L. K. & Guyot, E. K., 2019. Ultraprocessed Food Consumption and Risk of Type 2 Diabetes Among Participants of the NutriNet-Santé Prospective Cohort. *JAMA Intern Med*, p. 5942.
- Valmorbida, J. L., Goulart, M. R., Busnello, F. M. & Pelanda, L. C., 2017. Nutritional knowledge and body mass index: A cross-sectional study. *rev assoc Med Bras*, 63(9), pp. 736-740.
- Vijayalakshmi, P. et al., 2017. Gender Differences in Body Mass Index, Body Weight Perception, weight satisfaction, disordered eating and Weight control strategies among Indian Medical and Nursing Undergraduates. *Investigation Educaton Enfermeria*, 35(3).
- Wang, C., Lee, Y. & Lee, S.-Y., 2014. Consumer acceptance of model soup system with varying levels of herbs and salt. *Journal Of Food Science*, 79(10), pp. 98-106.
- WHO, 2017. *Guidelines for Drinking-Water Quality: Fourth Edition Incorporating the First Addendum*. 4th penyunt. USA: National Center for Biotechnology Information.
- WHO, 2018. *World health Organization*. [Online] Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet> [Diakses 26 Juni 2019].
- WHO, 2018. *World Health Organization*. [Online] Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition> [Diakses 30 Juni 2019].
- WHO, 2019. *World Health Organization*. [Online] Available at: <https://www.who.int/topics/nutrition/en/> [Diakses 16 Juli 2019].

- Williams, J., Walton, S. & Wells, J., 2016. *life study Standard Operating Procedures: AdultAnthropometry*. [Online] Available at: <http://discovery.ucl.ac.uk/1485682/9/Life%20Study%20Adult%20Anthropometry%20Standard%20Operating%20Procedures%201485682.pdf> [Diakses 30 Juni 2019].
- Wijayanti, N., 2017. *Fisiologi Manusia dan Metabolisme Zat Gizi*. Malang: UB Press.
- Worsley, A., Wang, W. C., Byrne, S. & Yeatman, H., 2014. different Patterns of Australian Adults' Knowledge of Foods and Nutrients Related to Metabolic disease Risk. *Journal of Nutritional Science*, Volume 3.
- Wu, G., 2016. Dietary protein intake and human health.. *Food function*, 7(3).
- Xie, B. et al., 2006. Weight Perception and Weight-related Sociocultural and Behavioral Factors in Chinese Adolescents. *Preventive Medicine*, p. 6.
- Zhu, C., Wang, B., Gao, Y. & Ma, X., 2018. Prevalence and relationship of malnutritionand distress in patients with Cancer usingquestionnaires. *BMC Cancer*, Volume 18, p. 1272.