

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN
STATUS GIZI PADA PERSONEL *GROUND CREW* DI SKADIK
102 LANUD ADISUTJIPTO**

TUGAS AKHIR

Disusun sebagai salah satu persyaratan
untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi
pada Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto



WENI ROFIFAH NUR AINI SUNITA

NIM. 21220006

POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO

PROGRAM STUDI DIII GIZI

YOGYAKARTA

2024

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN
STATUS GIZI PADA PERSONEL *GROUND CREW* DI SKADIK
102 LANUD ADISUTJIPTO**

TUGAS AKHIR

Disusun sebagai salah satu persyaratan
untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi
pada Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto



WENI ROFIFAH NUR AINI SUNITA

NIM. 21220006

**POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO
PROGRAM STUDI DIII GIZI
YOGYAKARTA
2024**

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI PADA
PERSONEL GROUND CREW DI SKADIK 102 LANUD ADISUTJIPTO**

Dipersiapkan dan disusun oleh

WENI ROFIFAH NUR AINI SUNITA

Telah di pertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 28 Juni 2024

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I

Agil Dhiemitra Aulia Dewi, S.Gz., MPH
NIDN. 0529098902

Pembimbing II

Aisvah Fariandini, S. ST., M. Gz
NIP. 012308053

Ketua Dewan Penguji

Sarni Anggoro, S. TP., M. Gizi
NIDN. 0509127202

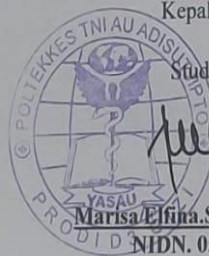
Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar diploma III Gizi

Pada 12 September 2024.....

Kepala Program

Studi D3 Gizi



Marisa Effina, S.T.Gizi., M.Gizi.
NIDN. 0508089102

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberi Rahmat dan karunia-Nya, tidak lupa shalawat dan salam penulis curahkan kepada nabi besar Muhammad SAW beserta pada keluarga dan sahabatnya, berkat bantuan dan dorongan dari semua pihak yang telah membantu terselesaikannya tugas akhir ini. Adapun judul tugas akhir ini adalah “GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI PADA *PERSONEL GROUND CREW* DI SKADIK 102 LANUD ADISUTJIPTO”. Maka dengan itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasihnya atas segala petunjuk, bimbingan dan bantuannya kepada :

1. Kolonel Kes (Purn) dr. Mintoro Sumego, M.S selaku Direktur Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto.
2. Ibu Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi selaku Kepala Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto
3. Ibu Agil Dhiemitra Aulia Dewi, S.Gz., MPH selaku pembimbing I
4. Ibu Aisyah Fariandini, S.ST., MGz selaku pembimbing II tugas akhir yang telah memberikan banyak bimbingan dan arahan kepada penulis.
5. Ibu Sarni Anggoro, S.TP.,M.,Gizi selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan menguji Tugas Akhir ini.
6. Kepada Suami saya Wahyu Syamsuddin yang sangat amat saya cintai dan sayangi, yang selalu ada untuk mensupport, mendukung, membantu dan selalu mendoakan keberhasilan saya dalam menyelesaikan kuliah saya.
7. Kepada anak saya Muhammad Alvaro Syanizio yang sangat saya cintai dan sayangi, terimakasih yang sudah menjadi penyemangat mami sehingga bisa menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Kepada kedua orang tua saya, Bapak Sumarno dan Ibu Yuni Mardewi yang selalu mendoakan dan mendukung untuk keberhasilan dan kesuksesan putri bapak ibu hingga bisa menggapai cita-cita dan menyelesaikan pendidikan ini.

9. Kepada mertua saya, Bapak Ismunarto dan Ibu Sri Nurhayati yang selalu mendoakan dan mensupport untuk keberhasilan saya.
10. Kepada adik adik saya, Nadila Afifah Sunita dan Mohammad Adibta Alvinto Sunika yang selalu mendoakan dan mendukung saya untuk menyelesaikan pendidikan ini.
11. Rekan-rekan yang telah mendukung dan membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak, sehingga dapat dijadikan sebagai literatur bagi mahasiswa lain.

Demikian laporan tugas akhir ini penulis susun, semoga dapat bermanfaat bagi semua pihak dan penulis sendiri. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Penulis

Weni Rofifah Nur Aini Sunita

SURAT PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

Saya menyatakan bahwa Tugas Akhir saya yang berjudul "Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang dan Status Gizi Pada Personel *Ground Crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto" ini sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi yang menjatuhkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran etika keilmuan dalam karya saya ini atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Yogyakarta, 26 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan



(Weni Rofifah Nur Aini Sunita)

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI
PADA PERSONEL GROUND CREW DI SKADIK 102 LANUD
ADISUTJIPTO**

Weni Rofifah Nur Aini Sunita
Poltekkes TNI AU Adisutjipto, Indonesia
wenirns@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Penanganan pesawat di bandar udara atau yang biasa dikenal dengan istilah *ground crew* (*ground handling*) mempunyai fungsi dan peranan penting dalam menjaga keselamatan dalam penerbangan. Kecukupan gizi ini akan menjadi gambaran terhadap keadaan status gizi yang dimiliki oleh seorang pekerja. Status gizi secara tidak langsung dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, karena seseorang yang memiliki pengetahuan gizi dengan baik besar kemungkinan akan mengimplementasikan pengetahuannya tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan Penelitian: Menganalisis gambaran pengetahuan gizi seimbang dan status gizi pada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan design penelitian deskriptif. Dilakukan pada personel *Ground Crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto sebanyak 27 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Data Pengetahuan Gizi seimbang diperoleh melalui kuesioner dan data status gizi diperoleh melalui pengukuran antropometri. penelitian ini dianalisis secara univariat menggunakan SPSS 25.

Hasil: Dari hasil penelitian didapatkan sebagian besar tingkat pengetahuan gizi seimbang kurang (70,4%) dan mayoritas status gizi responden gemuk (59,3%). Dari hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata responden belum mengetahui porsi makan secara benar dan status gizi gemuk rata-rata telah berkeluarga. Sehingga mereka jarang melakukan olahraga dan mereka sering mendapat makan siang berupa nasi padang dan minuman manis dari kantor.

Kesimpulan: Pengetahuan gizi personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto adalah kurang (70,4%) dengan rata-rata nilai 48,70. dan Status gizi personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto adalah gemuk (59,3%) dengan rata-rata IMT 26,8 kg/m².

Kata Kunci: Pengetahuan Gizi Seimbang, Status Gizi, Ground Crew, Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

**OVERVIEW OF BALANCED NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND
NUTRITIONAL STATUS OF THE GROUND CREW PERSONNEL AT
SKADIK 102 LANUD ADISUTJIPTO**

*Weni Rofifah Nur Aini Sunita
Poltekkes TNI AU Adisutjipto, Indonesia
wenirns@gmail.com*

ABSTRACT

Background: *Aircraft handling at airports or commonly known as ground crew (ground handling) has an important function and role in maintaining safety in flight. This nutritional adequacy will be a reflection of the nutritional status of a worker. Nutritional status is indirectly influenced by nutritional knowledge, as a person who has good nutritional knowledge is more likely to implement that knowledge in daily life.*

Objective: *To analyze the picture of balanced nutritional knowledge and nutritional status of the ground crew personnel at Skadik 102 Lanud Adisutjipto.*

Research method: *This type of research is quantitative research with a descriptive research design. Performed on Ground Crew personnel in Squadron 102 and Adisutjipto as many as 27 people. The samples in this study used total sampling techniques. Balanced Nutritional Knowledge data were obtained through questionnaires and nutritional status data were obtained through anthropometric measurements. The study was univariately analyzed using SPSS 25.*

Results: *Most of the respondents had poor nutritional knowledge (70.4%) and the majority of respondents were obese (59.3%). The results of the study showed that the average respondent did not know the correct portion of food and the average obese nutritional status had a family. So they rarely exercise and they often have rice paddies and sweetened drinks from the office for lunch.*

Conclusion: *The nutritional knowledge of the ground crew personnel at Skadik 102 Lanud Adisutjipto was poor (70.4%) with an average score of 48.70. and the nutritional status of the ground crew personnel at Skadik 102 Lanud Adisutjipto was obese (59.3%) with an average BMI of 26.8 kg/m².*

Key words: *knowledge of balanced nutrition, nutritional status, ground crew, squad 102 and the adjutant.*

DAFTAR ISI

COVER	
HALAMAN PENDAHULUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
SURAT PERNYATAAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Telah Pustaka	6
B. Kerangka Teori	20
C. Kerangka Konsep	21
D. Pertanyaan Penelitian	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian	22
C. Populasi dan Subjek Penelitian	22
D. Identifikasi Variabel Penelitian	23
E. Definisi Operasional	23
F. Jenis Data	24
G. Instrumen Operasional dan Cara Pengumpulan Data	25
H. Manajemen data	26
I. Etika Penelitian	28
J. Jalannya Penelitian	29
K. Jadwal Penelitian	30
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	31
A. Hasil Penelitian	31
1. Gambaran Umum	31
2. Karakteristik Responden	32
3. Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang dan Status	34
B. Pembahasan	35
BAB V PENUTUP	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran	38

DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas IMT Untuk TNI AU	12
Tabel 3.1 Definisi Operasional	23
Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Seimbang Personel <i>Ground Crew</i> di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.....	26
Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi Status Gizi Personel <i>Ground Crew</i> di Skadik 102 Lanud Adisutjipto	26
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok usia di Skadik 102 Lanud Adisutjipto	31
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Jenis Kelamin di Skadik 102 Lanud Adisutjipto	32
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Pendidikan Terakhir di Skadik 102 Lanud Adisutjipto	32
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Status di Skadik 102 Lanud Adisutjipto	33
Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Keterpaparan Media di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.....	33
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Seimbang Personel <i>Ground Crew</i> di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.....	34
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Status Gizi Seimbang Personel <i>Ground Crew</i> di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.....	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 KerangkaTeori	20
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	21

DAFTAR SINGKATAN

Kemeskes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
PNS	: Pegawai Negeri Sipil
POLRI	: Polisi Republik Indonesia
RSPAU	: Rumah Sakit Pusat Angkatan Udara
Skadik	: Skadron Pendidikan
TNI AU	: Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara
WHO	: <i>World Health Organizatiton</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 EC (<i>Ethical Cleareance</i>)	42
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i> Responden.....	43
Lampiran 3 Identitas Responden.....	45
Lampiran 4 Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang	46
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian.....	55
Lampiran 6 Surat Pernyataan Telah Melakukan Penelitian.....	56
Lampiran 7 Analisis Statistik	57
Lampiran 8 Dokumentasi	59

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skadron Pendidikan 102 (Skadik 102) adalah unsur pelaksana pendidikan Wing Pendidikan Terbang dan berkedudukan langsung di bawah Danwingdik 100/Terbang. Tugas Skadik 102 adalah pelaksana Wingdik Terbang yang bertugas melaksanakan pendidikan sekolah penerbang tingkat lanjut dan sekolah instruktur penerbang. Lanud Adisutjipto sebagai salah satu satuan dalam Jajaran Kodiklat AU mempunyai tugas pokok menyelenggarakan pembinaan dan pengoperasian pendidikan seluruh satuan dalam jajarannya, pembinaan minat dan potensi Kedirgantaraan serta pelaksana Komando Operasi TNI AU II dalam menyelenggarakan operasi udara. Kegiatan Sekolah Penerbang dan Sekolah Instruktur Penerbang dilaksanakan secara terus menerus dan berkesinambungan. Instruktur Penerbang sebagai salah satu dari komponen pendidikan secara bergantian berdatangan untuk melaksanakan tugas mengajar dan pada saatnya meninggalkan Lanud Adisutjipto untuk melaksanakan tugas. Dalam melaksanakan tugasnya Instruktur Penerbang mendapatkan nomor Jupiter sebagai tanda dirinya di udara (Arifin, 2019). Profesi di dunia penerbangan terbagi menjadi dua, yaitu pekerjaan yang berada di udara (*air crew*) dan pekerjaan yang berada di darat (*ground crew*) (Pendi, 2020).

Penanganan pesawat di bandar udara atau yang biasa dikenal dengan istilah *ground crew* (*ground handling*) mempunyai fungsi dan peranan penting dalam menjaga keselamatan dalam penerbangan. Fungsi dan peranan penting tersebut adalah kegiatan pengoperasian, pemeliharaan, dan perbaikan fasilitas keamanan, keselamatan dan pelayanan penerbangan. Dalam menjalankan prosedur dalam sistem operasional petugas *ground crew* harus benar-benar menaati dan menjalankan prosedur dengan benar.

Artinya setiap petugas *ground crew* harus memiliki produktivitas kerja yang baik (Susanti, 2016).

Begitu juga dengan status gizi, kebutuhan gizi pada seorang pekerja memiliki peranan yang sangat penting dalam menjaga kualitas dalam pekerjaan. Kecukupan gizi ini akan menjadi gambaran terhadap keadaan status gizi yang dimiliki oleh seorang pekerja. Pemenuhan kebutuhan gizi pekerja merupakan salah satu bentuk penerapan syarat kesehatan dan keselamatan kerja (K3) dalam sebuah pekerjaan yang memiliki peranan penting dalam meningkatkan nilai produktivitas. Maka status gizi mempunyai kaitan dengan produktivitas kerja sehingga faktor status gizi perlu mendapatkan perhatian. Kondisi status gizi yang kurang atau berlebih memiliki dampak langsung dalam hal kemampuan secara fisik, penurunan motivasi, lamban, hingga dapat menurunkan produktivitas kerja (Farikha & Ardyanto, 2016)

Berdasarkan analisis data Riskesdas 2018, responden yang bekerja sebagai PNS/TNI/POLRI paling berpotensi di antara pekerjaan lainnya untuk menjadi *overweight* (20%) dan obesitas (33,7%) serta paling rendah dalam mempertahankan status gizi normal (43,6%) (Kemenkes RI, 2013). Hasil penelitian Iswanto, Pangastuti, & Ermamilia (2017) menyatakan bahwa hasil pemeriksaan kesehatan (Rikes) berkala pada anggota TNI AU di Rumah Sakit Pusat Angkatan Udara (RSPAU) dr. Suhardi Hardjolukito didapatkan 65,9% mempunyai Indeks Massa Tubuh (IMT) diatas nomal. Menurut Nandini (2018) berdasarkan Pemantauan Status Gizi (PSG) Indonesia obesitas disebabkan oleh pola makan masyarakat Indonesia. Dimana banyak masyarakat Indonesia yang mengkonsumsi makanan cepat saji, minuman manis dan bersoda. Dimana makanan tersebut mengandung tinggi lemak dan tinggi kalori yang dapat menyebabkan kenaikan berat badan dengan cepat.

Status gizi secara tidak langsung dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, karena seseorang yang memiliki pengetahuan gizi dengan baik besar kemungkinan akan mengimplementasikan pengetahuannya tersebut dalam

kehidupan sehari-hari, sehingga individu akan memiliki status gizi yang baik (Ramadhan, 2018). Pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang tentang ilmu gizi, zat gizi, serta interaksi antara zat gizi. Pengetahuan gizi menjadi landasan penting yang menentukan kebiasaan dan konsumsi makanan seseorang (Pantaleon, 2019). Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan berpengaruh dalam pemilihan bahan makanan dan konsumsi pangan yang tepat, beragam, berimbang serta tidak menimbulkan penyakit. Hal tersebut menunjukkan pengetahuan gizi seseorang akan menentukan hal yang baik dan tidak baik untuk dikonsumsi dan dihindari (Florence, 2017).

Indonesia memiliki beberapa program Pembangunan salah satunya adalah pembangunan dalam bidang kesehatan. Maka untuk mewujudkan pekerja dapat membangun dirinya, serta bertanggung jawab atas Pembangunan bangsa maka pola konsumsi makanan perlu ditingkatkan kearah konsumsi gizi seimbang dengan memberikan informasi tentang pedoman gizi seimbang yang merupakan pembaharuan dari prinsip 4 sehat 5 sempurna (Tanti, 2013). Gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Gizi seimbang memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Permenkes, 2014)

Dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa ada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto yang memiliki status gizi obesitas dan mempunyai penyakit hipertensi dan diabetes mellitus serta belum pernah dilakukan pengecekan status gizi kepada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto. Hasil studi pendahuluan menunjukkan terdapat 1 personel *ground crew* yang memiliki status gizi gemuk dengan berat badan 105,4 kg dan tinggi badan 173 cm maka didapatkan kan IMT 35,2 kg/m².

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti gambaran pengetahuan gizi seimbang dan status gizi pada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisucipto, dan karena di Skadik 102 Lanud

Adisucipto belum pernah dilakukan penelitian mengenai pengetahuan gizi seimbang dan status gizi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran pengetahuan gizi seimbang dan status gizi pada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis gambaran pengetahuan gizi seimbang dan status gizi pada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan gizi seimbang pada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.
- b. Mengetahui status gizi pada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi seimbang dan status gizi pada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Penulis mengetahui gambaran pengetahuan gizi seimbang dan status gizi personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

b. Bagi Personel *ground crew*

Dapat memahami pengetahuan tentang gizi seimbang sehingga dapat mengubah atau mempertahankan status gizi menjadi normal.

c. Bagi Instansi (Skadik 102)

- 1) Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan informasi bagi Lembaga Pendidikan tentang perlu adanya sosialisasi terkait gizi disampaikan kepada Anggota Skadik 102 Lanud Adisutjipto.
- 2) Diharapkan penelitian ini menjadi bahan acuan lebih lanjut bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian terkait gizi di Institusi TNI AU.
- 3) Responden dapat mengukur pengetahuannya terkait gizi seimbang dan indeks massa tubuhnya, sehingga dapat menjadi evaluasi pribadi.

d. Bagi Mahasiswa

Diharapkan penelitian yang dilakukan dapat digunakan sebagai sumber informasi mengenai gambaran pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi di salah satu Institusi TNI AU.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Skadik 102 Lanud Adisutjipto

a. Sejarah Skadik 102

Keberadaan Skadik 102 tidak dapat terlepas dari Sejarah perjuangan TNI AU. Setelah proklamasi kemerdekaan, para pejuang merebut obyek vital pesawat terbang dan pangkalannya. Penerbangan pesawat pertama kali beridentitas merah putih dilakukan oleh Adisutjipto tanggal 27 Oktober 1945 dengan pesawat Cureng. Saat itu sangat dibutuhkan penerbang baru, sehingga didirikan Sekbang pertama di Pangkalan Udara Maguwo tanggal 15 November 1945. Karena kondisi kurang memungkinkan, maka pendidikan penerbang dilanjutkan di India tahun 1947. Akibat Agresi Militer Belanda tahun 1948, Sebagian jerih payah para teknisi hancur dan beberapa pesawat bisa diselamatkan, sehingga Pendidikan Sekbang yang ada di Maguwo tidak terlaksana. Beberapa pesawat dipindahkan ke Andir dan tahun 1950 dibentuk kembali Sekolah Penerbangan Lanjutan. Bulan November 1950 AURI mengirimkan kadetnya ke Taloa, California, Amerika Serikat untuk melaksanakan Pendidikan sekolah penerbang (Kep KSAU, 1978).

Tanggal 15 Juli 1952 dibentuk badan yang bertugas melaksanakan pendidikan di lingkungan AU dengan nama Komando Pendidika. Tahun 1953 Sekbang di Andir di pindahkan ke Lanud Kalijati. Tanggal 1 April 1954 terselenggara penyatuan Sekolah/Pendidikan AURI, termasuk Sekbang yang berada dalam Kesatuan Pendidikan 002 di Pangkalan Udara Kalijati. Pada tahun 1959 dilakukan penyempurnaan organisasi dalam tubuh AURI dan Sekbang yang berada di Kalijati digabung ke dalam Wing Pendidikan No. 1 di Lanud Adisutjipto. Susunan pelaksanaan pendidikan terbagi atas Skadron A, B, C dan D yang mempunyai tugas masing-masing (Kep KSAU, 1978).

Pesawat BT-13 Valiant diganti dengan Pesawat T-34 tahun 1961. Total pesawat yang dioperasikan adalah 45 pesawat. Setelah AAU didirikan tahun 1965, dibentuk Wing Sekolah Penerbangan yang berada di bawah Akabri bagian Udara, sehingga Wing Pendidikan No.I menjadi non aktif. Tahun 1968 Wing Pendidikan 1 dihisupkan kembali berdasarkan Skep Pangau NO.22 tanggal 21 April 1969 tentang penempatan Wingdik 1 dibawah KODIK. Pada perkembangan selanjutnya Satuan Pendidikan yang berada di bawah Wing Pendidikan 1 berubah menjadi:

1. Skadron Pendidikan 023 untuk Sekolah WARA, Navigator, dan Instruktur Navigator
2. Skadron Pendidikan 016 menangani Latih Mula dan Latih Dasar (cikal bakal Skadik 102)
3. Skadron Pendidikan 017 menangani Latih Lanjut.

Berdasarkan Kep KSAU Nomor Kep/19/V/1978 tanggal 27 Mei 1978 Skadron 016 dirubah menjadi Skadik 102 dibawah Wingdik Lanud Adisutjipto dan secara resmi Skadik 102 melaksanakan pendidikan Sekolah Penerbang pada tingkat dasar, sampai dengan saat ini.

Tahun 1978 didatangkan pesawat T-34 C Charlie yang mempunyai kemampuan lebih unggul dari pesawat T-34 A. pesawat ini masih digunakan sampai sekarang di jajaran Skadik 102. Pesawat KT-1 B Woong Bee mulai memperkuat jajaran Skadik 102 pada tahun 2003 dengan diterimanya tujuh pesawat badge pertama. Pada tahun 2006 TNI AU kembali menerima pesawat KT-1B badge kedua sebanyak 6 pesawat. Saat ini pesawat KT-1B Woong Bee digunakan untuk melaksanakan pendidikan Sekolah Instruktur Penerbang dan Jupiter Aerobatic Team (Kep KSAU, 1978).

2. *Crew (Ground Handling)*

a. *Pengertian Ground Crew (Ground Handling)*

Ground Handling atau teknisi penerbangan berasal dari kata “*ground*” dan “*handling*”. *Ground* artinya darat atau di darat, yang dalam hal ini di shelter (*taxi way*). *Handling* berasal dari kata *hand* atau *Handle* yang artinya tangan atau tangani. *To handle* berarti menangani, melakukan suatu pekerjaan tertentu dengan penuh kesadaran. *Handling* berarti penanganan atau pelayanan *service to service*, sehingga pada banyak kesempatan sering kita jumpai pemakaian kata “*Ground Service*” (*Ground Handling Dirgantara*, 2016).

Teknisi penerbangan adalah personel yang diberi tugas, tanggung jawab, wewenang dan hak secara penuh oleh pejabat yang berwenang untuk melakukan tugas atau kegiatan pengoperasian, pemeliharaan dan perbaikan fasilitas keamanan, keselamatan dan pelayanan penerbangan. Teknisi penerbangan atau teknisi pesawat memiliki tugas secara umum antara lain, menyiapkan, memberikan informasi, mengumpulkan data, menyusun laporan tugas, mengoperasikan, memelihara dan mengkalibrasi peralatan, melakukan evaluasi dan koordinasi, menganalisa serta membuat rekomendasi guna mewujudkan keselamatan penerbangan sesuai batas kewenangannya. Hal tersebut bisa dirujuk pada Peraturan Menteri Perhubungan Nomor 64 Tahun 2011 tentang Kriteria, Tugas dan Wewenang Teknisi Penerbangan.

b. *Bagian-Bagian Ground Crew*

Ada beberapa profesi pada pekerjaan darat di penerbangan (*Ground Crew*), sebagai berikut (Pendi, 2020):

1) *Air Traffic Control*

Air Traffic Control atau ATC adalah karyawan darat yang bertugas mengatur lalu lintas udara sejak sebelum pesawat *take off* hingga pesawat tersebut sampai ke tujuan. Sebelum *take off*, ATC sudah melakukan pengecekan terhadap *flight plan* dari pilot. ATC

juga memberikan informasi kepada pilot terkait cuaca, navigasi dan lainnya.

2) *Aircraft Maintenance Engineer*

Aircraft Maintenance Engineer atau biasa disebut AME berupaya memastikan kelayakan pesawat terbang untuk lepas landas. AME juga mengemban tugas untuk merawat pesawat, mencatat pekerjaan pesawat, hingga mengatasi masalah pada pesawat.

3) *Marshaller*

Marshaller disebut sebagai juru parker pesawat. *Marshaller* bertanggung jawab untuk memberikan instruksi kepada pilot dalam mendaratkan pesawat.

4) *Avionics Technicians*

Avionic Technicians memiliki tanggung jawab yang besar terhadap keselamatan penumpang pesawat. Karena mereka bertugas untuk memeriksa, menguji, dan memperbaiki komponen elektronik pesawat.

3. Status Gizi

a. Pengertian Status Gizi

Status gizi merupakan suatu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan. Keseimbangan tersebut dapat dilihat dari variable pertumbuhan, yaitu berat badan, tinggi badan/panjang badan, lingkar kepala, lingkar lengan, dan panjang tungkai (Marmi, 2018)

Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi baik. Kebutuhan asupan gizi setiap individu berbeda, hal ini tergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, berat badan, dan tinggi badan (Harjatmo, Wiyono, & Par'I, 2017)

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

Masalah gizi dapat diartikan adanya kesenjangan/ketidaksesuaian keseimbangan antara zat-zat gizi yang masuk kedalam tubuh, melalui makanan dengan kebutuhan zat gizi untuk proses normal metabolisme seseorang (Sitasari, 2022).

1) Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi status gizi antara lain (Marmi, 2013):

1) Pendapatan

Masalah gizi karena kemiskinan indikatornya adalah taraf ekonomi keluarga, yang berhubungan dengan daya beli keluarga tersebut.

2) Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan tentang pentingnya zat gizi akan menentukan bagaimana seseorang menentukan pilihan jenis dan jumlah porsi serta frekuensi mengkonsumsi makanan yang akan menjadi kebiasaan makan sehari-hari.

3) Pendidikan

Pendidikan gizi merupakan suatu proses merubah pengetahuan, sikap dan perilaku orang tua atau 10asyarakat tentang status gizi yang baik.

4) Pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan keluarganya. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

5) Budaya

Budaya adalah suatu ciri khas, akan mempengaruhi tingkah laku dan kebiasaan.

2) Faktor Internal

Faktor internal yang mempengaruhi status gizi antara lain (Marmi, 2013).

a) Asupan Zat Gizi

Status gizi dipengaruhi oleh asupan zat gizi terutama makanan. Makanan merupakan bahan yang mengandung zat-zat gizi dan atau unsur-unsur ikatan kimia yang dapat direaksikan oleh tubuh menjadi zat gizi sehingga berguna bagi tubuh (Mardalena, 2017).

b) Usia

Usia akan mempengaruhi kemampuan atau pengalaman yang dimiliki orang tua dalam pemberian asupan pada anak dan remaja.

c) Kondisi fisik

Seseorang yang sakit, yang sedang dalam penyembuhan dan yang lanjut usia, semuanya memerlukan pangan khusus karena status kesehatan mereka yang buruk. Anak dan remaja pada periode hidup ini kebutuhan zat gizi digunakan untuk pertumbuhan cepat.

d) Infeksi

Infeksi dan demam dapat menyebabkan menurunnya nafsu makan atau menimbulkan kesulitan menelan dan mencerna makanan.

c. Penilaian Status Gizi

Status gizi dewasa merupakan penilaian status gizi penduduk di atas 18 tahun yang dapat dinilai salah satunya dengan indikator Indeks Massa Tubuh (IMT). Indikator status gizi ini menggunakan pengukuran antropometri Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB) (Riskesdas, 2018).

Cara mengukur Indeks Massa Tubuh (IMT) yaitu dengan membagi berat badan (kg) dengan tinggi badan (m) kuadrat. Hasil dari

pengukuran ini dapat dikategorikan sesuai ambang batas Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT digunakan sebagai alat untuk memantau status gizi orang dewasa yang berhubungan dengan kelebihan dan kekurangan berat badan (Supariasa., 2016).

Adapun rumus perhitungan Indeks Massa Tubuh adalah sebagai berikut:

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)}^2}$$

Kategori ambang batas IMT terutama untuk TNI AU berbeda untuk masyarakat secara umum di Indonesia. Berikut adalah kategori IMT untuk TNI AU:

Tabel 2.1. Kategori Ambang Batas IMT Untuk TNI AU

Status Gizi	IMT (Kg/m ²)
Kurus	<14,9 – 19,9 kg/m ²
Normal	20 – 24,9 kg/m ²
Gemuk	25 - >30 kg/m ²

Sumber: Bujuknis TNI AU No 504, 2014

4. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan kognitif merupakan faktor yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang tepat akan menumbuhkan perilaku yang diharapkan, khususnya tentang pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi ialah pemahaman seseorang tentang ilmu gizi, zat gizi, serta interaksi antara zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan. Jika pengetahuan kurang tentang gizi, maka upaya yang dilakukan untuk menjaga keseimbangan makanan yang dikonsumsi dengan yang dibutuhkan akan berkurang dan menyebabkan masalah gizi kurang atau gizi lebih (Roring dkk., 2020).

Pengetahuan gizi memiliki hubungan yang sangat erat terhadap kualitas gizi dan makanan yang dikonsumsi oleh seseorang. Melalui pengetahuan yang benar tentang gizi, maka seseorang dapat berupaya

untuk mengatur pola makannya dengan seimbang, tidak kekurangan atau kelebihan. Jika masalah gizi yang timbul seperti gizi kurang atau gizi lebih sebenarnya disebabkan oleh perilaku yang salah, yakni adanya ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dan kecukupan gizinya (Maziyah, 2021).

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, sebagai berikut (Sanifah, 2018)

1) Usia

Usia dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang, dimana semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikir individu. Usia juga dapat mempengaruhi kondisi rohani dan jasmani yang berhubungan dengan panca indra dan kesehatan psikis seseorang. Setelah melewati usia *middle aged elderly*, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan semakin menurun.

2) Pendidikan

Proses pembelajaran melalui kegiatan pendidikan dalam upaya untuk memahami pengetahuan yang telah diperoleh sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat.

3) Pengalaman

Pengalaman merupakan proses seseorang tentang berbagai hal dalam menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informasi yang diperoleh dari lingkungan kehidupan.

4) Informasi

Informasi dapat memudahkan seseorang dalam mencari tahu dan meningkatkan pengetahuan walaupun tingkat pendidikan rendah. Jika seseorang dapat memilah informasi yang dengan baik.

5) Sosial budaya dan ekonomi

Tradisi, kebiasaan, adat atau norma yang beragam di masyarakat Indonesia dapat meningkatkan pengetahuan yang

diperoleh. Status ekonomi dengan berbagai tingkat pendapatan akan menjamin suatu fasilitas yang dibutuhkan untuk mempengaruhi pengetahuan seseorang.

6) Lingkungan

Kondisi lingkungan yang kondusif dapat mempengaruhi proses penyerapan pengetahuan yang berada di dalam suatu lingkungan. Karena suatu interaksi di antaranya sebagai respon setiap seseorang terhadap suatu objek atau materi tertentu.

c. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden kedalaman pengetahuan yang ingin kita ukur dapat disesuaikan dengan tingkatannya (Arikunto, 2013). Adapun pertanyaan yang dapat dipergunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dapat dikelompokkan menjadi dua jenis yaitu pertanyaan subjektif misalnya jenis pertanyaan *essay* dan pertanyaan objektif misalnya pertanyaan pilihan ganda, betul salah dan pertanyaan menjodohkan. Pertanyaan objektif khususnya pertanyaan pilihan ganda lebih disukai dalam pengukuran pengetahuan karena lebih mudah disesuaikan dengan pengetahuan yang akan diukur dan penilaiannya akan lebih cepat. Nilai nol jika responden menjawab salah dan nilai satu jika menjawab pertanyaan benar (Nidayanti, 2019).

Kriteria penilaian terhadap suatu objek atau pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dalam skala yang bersifat kualitatif di mana dibagi menjadi tiga kategori yaitu (Arikunto, 2013):

- 1) Tingkat pengetahuan baik bila skor atau nilai 76-100 %
- 2) Tingkat pengetahuan cukup bila skor atau nilai 56-75 %
- 3) Tingkat pengetahuan kurang bila skor atau nilai <56 %

Kategori tingkat pengetahuan didapatkan dengan rumus:

Tingkat pengetahuan = (Jumlah jawaban benar: Skor maksimal) x 100%

5. Gizi Seimbang

a. Pengertian Gizi Seimbang

Susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Permenkes RI, 2014).

Berbagai definisi atau pengertian mengenai Gizi Seimbang (*Balanced Diet*) telah dinyatakan oleh berbagai institusi atau kelompok ahli, tetapi pada intinya definisi Gizi Seimbang mengandung komponen-komponen yang lebih kurang sama, yaitu: cukup secara kuantitas, cukup secara kualitas, mengandung berbagai zat gizi (energi, protein, vitamin dan mineral) yang diperlukan tubuh untuk tumbuh (pada anak-anak), untuk menjaga kesehatan dan untuk melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-hari (bagi semua kelompok umur dan fisiologis), serta menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh saat konsumsi makanan tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan (Permenkes RI, 2014)

Prinsip gizi seimbang terdiri dari 4 (empat) pillar yang pada dasarnya merupakan rangkaian upaya menyeimbangkan antara zat gizi keluar dengan zat gizi yang masuk dengan memantau berat badan secara teratur. Empat pilar tersebut ialah:

- 1) Mengonsumsi anekaragaman pangan
- 2) Membiasakan perilaku hidup bersih
- 3) Melakukan aktivitas fisik
- 4) Memantau berat badan secara teratur untuk mempertahankan berat badan normal.

b. 10 Pesan Gizi Seimbang

10 Pesan gizi seimbang (Permenkes RI No.41 Tahun 2014) :

1) Syukuri dan nikmati anekaragaman makanan

Kualitas atau mutu gizi dan kelengkapan zat gizi dipengaruhi oleh keragaman jenis pangan yang dikonsumsi. Semakin beragam jenis pangan yang dikonsumsi semakin mudah untuk memenuhi kebutuhan gizi. Bahkan semakin beragam pangan yang dikonsumsi semakin mudah tubuh memperoleh berbagai zat lainnya yang bermanfaat bagi kesehatan. Oleh karena itu konsumsi aneka ragam pangan merupakan salah satu anjuran penting dalam mewujudkan gizi seimbang (Kemenkes RI, 2014).

Selain memperhatikan keanekaragaman makanan dan minuman juga perlu memperhatikan dari segi keamanannya yang berarti makanan dan minuman itu harus bebas dari kuman penyakit atau bahan berbahaya. Cara menerapkan pesan ini adalah dengan mengonsumsi lima kelompok pangan setiap hari atau setiap kali makan. Kelima kelompok pangan tersebut adalah makanan pokok, lauk-pauk, sayuran, buah-buahan dan minuman. Mengonsumsi lebih dari satu jenis untuk setiap kelompok makanan (makanan pokok, lauk pauk, sayuran, dan buah-buahan) setiap kali makan akan lebih baik (Kemenkes RI, 2014)

2) Perbanyak makan sayuran dan cukup buah-buahan

Secara umum sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan. Sebagian vitamin, mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh. Berbeda dengan sayuran, buah-buahan juga menyediakan karbohidrat terutama berupa fruktosa dan glukosa. Sayur tertentu juga menyediakan karbohidrat, seperti kentang sayur. Sementara buah tertentu juga menyediakan lemak tidak jenuh seperti buah alpukat. Oleh karena itu mengonsumsi sayuran dan buah-buahan

merupakan salah satu bagian penting dalam mewujudkan gizi seimbang (Kemeskes RI. 2014).

3) Biasakan mengonsumsi lauk pauk mengandung protein tinggi

Lauk pauk terdiri dari pangan sumber protein hewani dan pangan sumber protein nabati. Kelompok pangan lauk sumber protein hewani meliputi daging ruminansia (daging sapi, daging kambing, daging rusa dll), daging unggas (daging ayam, daging bebek, dll), ikan termasuk *seafood*, telur, susu serta hasil olahannya. Sedangkan kelompok pangan lauk pauk sumber protein nabati meliputi kacang-kacangan, kacang hitam, kacang merah, dll (Kemenkes RI, 2014).

Dalam mewujudkan gizi seimbang kedua kelompok pangan ini (Protein hewani dan nabati) perlu dikonsumsi bersama kelompok pangan lainnya setiap hari, agar jumlah dan kualitas zat gizi yang dikonsumsi lebih baik.

4) Biasakan mengonsumsi anekaragaman makanan pokok

Makanan pokok adalah pangan yang mengandung karbohidrat yang sering dikonsumsi atau telah menjadi bagian dari budaya makan berbagai etnik di Indonesia. Disamping mengandung karbohidrat, makanan pokok biasanya juga mengandung vitamin B1 (*tiamin*), B2 (*riboflavin*) dan beberapa mineral. Serelia utuh seperti jagung, beras merah, atau biji-bijian yang tidak diproses dalam penggilingan mengandung serat yang tinggi. Beberapa jenis umbi-umbian juga mengandung zat non-gizi yang bermanfaat untuk kesehatan seperti ubi jalar ungu dan ubi jalar kuning yang mengandung antosianin dan lain-lain. Cara untuk mewujudkan pola konsumsi makanan pokok yang beragam yaitu dengan mengonsumsi lebih dari satu jenis makanan pokok dalam sehari atau sekali makan (Kemenkes RI, 2014).

5) Batasi konsumsi pangan manis, asin, dan berlemak

Mengonsumsi makanan yang tinggi gula, garam, dan lemak secara berlebihan dapat meningkatkan resiko hipertensi, stroke, diabetes dan serangan jantung. Khusus untuk anak usia 6-24 bulan konsumsi lemak tidak perlu dibatasi (Kemenkes RI, 2014).

6) Biasakan sarapan

Kebutuhan gizi dalam sehari dapat dipenuhi dengan sarapan. Sarapan yang baik terdiri dari pangan karbohidrat, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan serta minuman. Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara jam bangun pagi hingga jam 9 pagi (Kemenkes RI, 2014).

7) Biasakan minum air putih yang cukup dan aman

Pemenuhan kebutuhan air tubuh dilakukan melalui konsumsi makanan dan minuman. Sebagian besar (dua pertiga) air yang dibutuhkan tubuh dilakukan melalui minuman yaitu sekitar dua liter atau delapan gelas sehari bagi remaja dan dewasa. Pekerja yang berkeringat memerlukan tambahan kebutuhan air selain dua liter kebutuhan dasar air. Air yang dibutuhkan tubuh selain jumlahnya yang cukup untuk memenuhi kebutuhan juga harus aman yang berarti bebas dari kuman penyakit dan bahan-bahan berbahaya.

8) Biasakan membaca label pada kemasan pangan

Label produk pangan sangat penting, dimana label yang baik akan memudahkan konsumen dalam pemilihan produk yang diperlukannya. Membaca label dengan memperhatikan informasi nilai gizi dapat membantu konsumen dalam memilih pangan yang aman dan sesuai dengan kebutuhannya, konsumen dapat membatasi pangan tersebut dan memilih pangan yang sesuai dengan kebutuhannya, jika cermat mengenalinya melalui label pada kemasan pangan.

9) Cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir

Pentingnya mencuci tangan secara baik dan benar memakai sabun dengan air bersih mengalir adalah agar kebersihan terjaga secara keseluruhan serta mencegah kuman dan bakteri berpindah dari tangan ke makanan yang akan dikonsumsi dan juga agar tubuh tidak terkena kuman.

Lima (5) Langkah cara mencuci tangan pakai sabun yang baik dan benar yaitu:

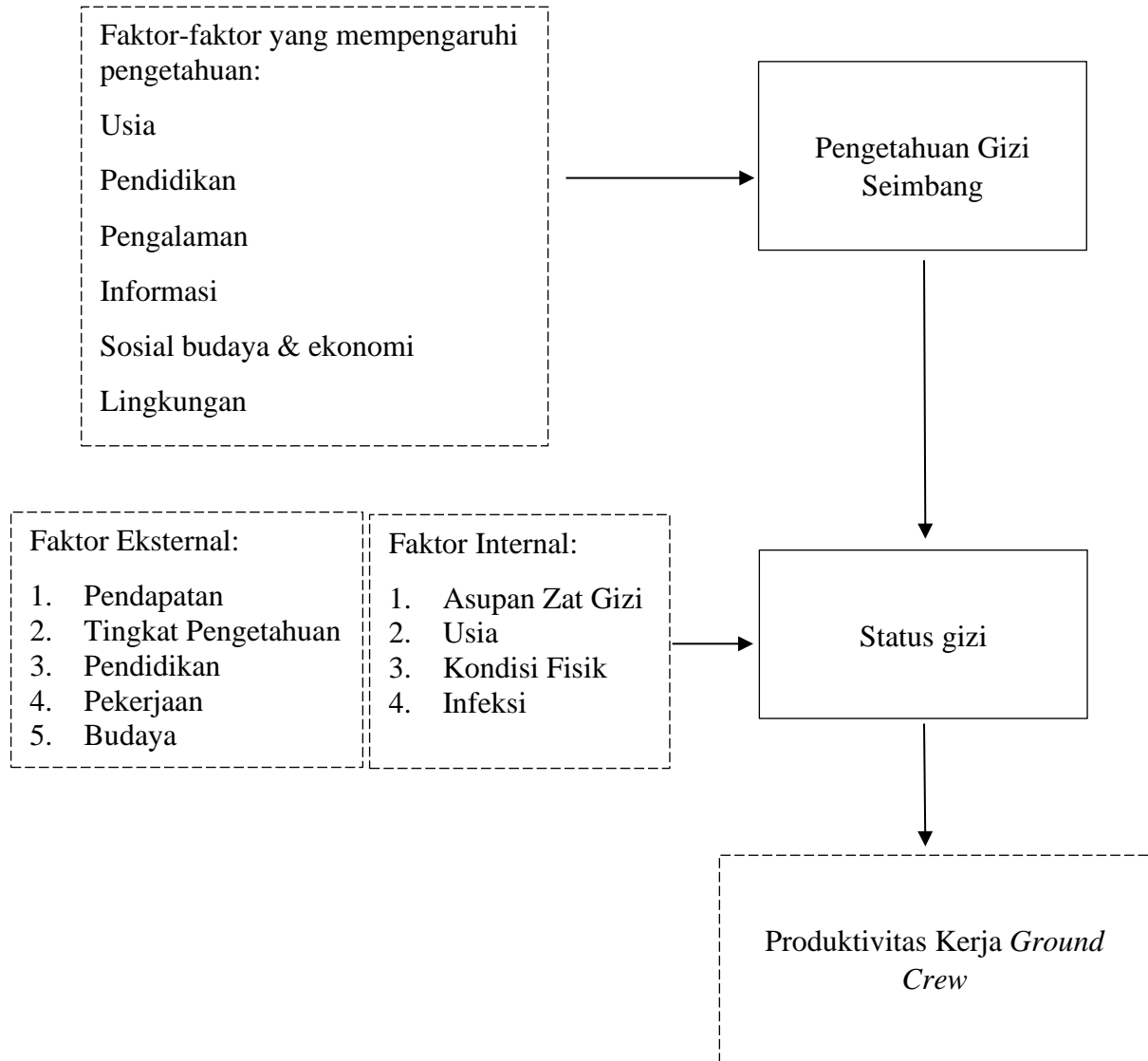
- a) Basahi tangan seluruhnya dengan air bersih mengalir
- b) Gosok sabun ke telapak, punggung tangan dan sela jari-jari
- c) Bersihkan bagian bawah kuku-kuku
- d) Bilas dengan air bersih mengalir
- e) Keringkan tangan dengan handuk/tissue atau keringkan dengan udara/dianginkan.

Manfaat melakukan 5 langkah mencuci tangan yaitu membersihkan dan membunuh kuman yang menempel secara cepat dan efektif karena semua bagian tangan akan dicuci menggunakan sabun.

10) Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan normal

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga/energi dan pembakaran energi. Aktivitas fisik dikategorikan cukup apabila seseorang melakukan Latihan fisik atau olah raga selama 30 menit setiap hari atau minimal 3-5 hari dalam seminggu. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan yaitu berjalan kaki, menyapu, mengepel, naik turun tangga, dan lain-lain.

B. Kerangka Teori

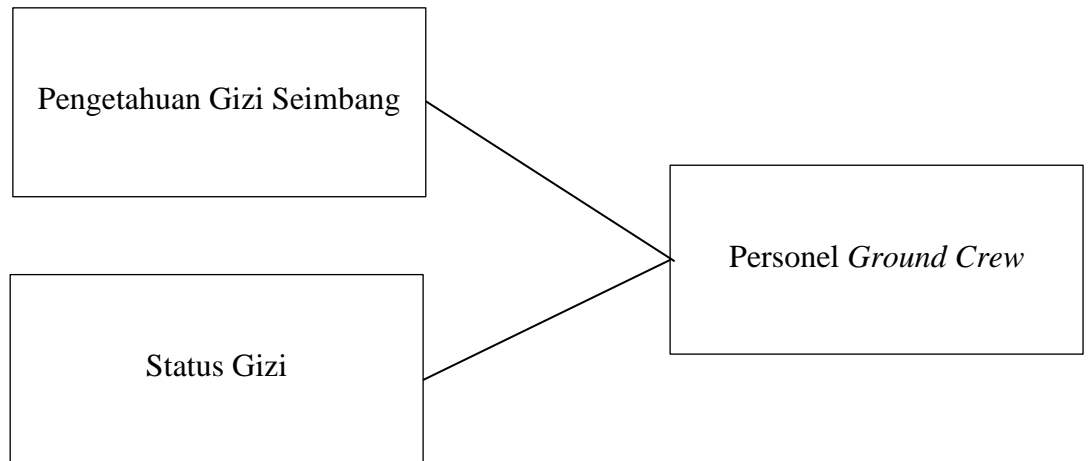


Gambar 2.1 Kerangka teori

Sumber: Sanifah (2018) dan Sitasari (2022)

C. Kerangka Konsep

Berdasarkan landasan teori pada tinjauan pustaka, maka secara singkat kerangka konsep dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

D. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran pengetahuan gizi seimbang personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto?
2. Bagaimana gambaran status gizi personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan design penelitian deskriptif. Penelitian yang berkenaan dengan pertanyaan terhadap keberadaan variable mandiri atau lebih tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variable yang lain. Penelitian kuantitatif yang dilakukan dengan angka dan analisis menggunakan statis (Sugiyono, 2019).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Skadik 102 Lanud Adisucipto Yogyakarta pada bulan Maret 2024.

C. Populasi dan Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini yaitu personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto sebanyak 60 orang.

2. Besar Sampel

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 27 orang.

3. Cara Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi berikut :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Bersedia menjadi responden
- 2) Tidak sedang bertugas di luar

b. Kriteria Eksklusi

Personel *ground crew* yang berhenti atau mengundurkan diri pada saat penelitian.

D. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel pengetahuan gizi seimbang dan variabel status gizi

E. Definisi Operasional

Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Nama Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala pengukuran
Pengetahuan Gizi Seimbang	Hasil pemahaman responden mengenai gizi seimbang	Kuesioner	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kurang bila skor <56% 2. Sedang bila skor 56%-75% 3. Baik bila skor >75%-100% (Arikunto, 2013) 	Skala Ordinal
Status Gizi	Status gizi responden berdasarkan pengukuran antropometri	Timbangan digital dan <i>microtoice</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kurus (<14,9 – 19,9 kg/m²) 2. Gemuk (25 - >30,0 kg/m²) 3. Normal (20 – 24,9 kg/m²) (Bujuknis TNI AU No 504, 2014) 	Skala Ordinal

F. Jenis Data

1) Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung terhadap objek yang diteliti. Data primer dalam penelitian ini yaitu data pengetahuan gizi seimbang, serta data berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui status gizi *ground crew* dan identitas responden seperti nama, agama, dan tingkat pendidikan.

2) Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh tidak langsung dari objek penelitian. Data sekunder dalam penelitian ini yaitu data dari Skadik 102 berupa jumlah anggota *ground crew*, profil Skadik 102 Lanud Adisutjipto dan data lainnya yang berhubungan dengan penelitian.

G. Instrumen Operasional dan Cara Pengumpulan Data

1. Instrument Operasional

Instrumen penelitian adalah alat pada saat penelitian berdasarkan suatu metode. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah :

- a. Formulir identitas responden
- b. *Microtoise* dengan tingkat ketelitian 0,1 cm untuk mengukur tinggi badan
- c. Timbangan berat badan digital dengan tingkat ketelitian 0,1 kg untuk mengukur berat badan.
- d. Kuesioner pengetahuan gizi seimbang yang diperoleh dari penelitian Dwi Agus Setyo Wibowo (hasil uji validitas menunjukkan terdapat 20 soal yang valid dengan $\text{sig} < 0,05$)

2. Cara Pengumpulan Data

- a. Wawancara untuk mengumpulkan data identitas responden.
- b. Angket untuk mengumpulkan data pengetahuan gizi seimbang.
- c. Pengukuran secara langsung untuk mengumpulkan data tinggi badan dengan cara:
 - 1) Responden berdiri tegak membelakangi *microtoise*/dinding. Lengan disamping dan pandangan lurus ke depan.
 - 2) Kedua kaki harus ke depan dan jarak antara kedua kaki kurang lebih 10 cm.
 - 3) Tumit, dataran belakang panggul dan kepala bagian belakang menyentuh *micotoise*/dinding.
 - 4) Tekan bagian atas kepala dengan siku-siku

- 5) Tentukan tinggi dengan melihat angka yang tertera pada *microtoise*.
- d. Pengukuran secara langsung untuk mengumpulkan data berat badan dengan cara, responden melepaskan seluruh aksesoris yang digunakan, meletakkan barang yang ada disaku. Responden naik ke atas timbangan digital dengan pandangan lurus kedepan, dan peneliti dapat menentukan berat badan yang sudah tertera di timbangan digital tersebut.

H. Manajemen Data

1. Pengolahan data melalui beberapa tahapan berikut:

- a. *Editing*

Pada tahap ini, peneliti memastikan bahwa semua pertanyaan dan pernyataan dalam kuesioner telah terisi semua.

- b. *Coding*

Tahap ini dilakukan dengan memberi kode angka pada jawaban responden di dalam kuesioner untuk mempermudah proses pemasukan dan pengolahan data. Kode untuk variable status gizi yaitu 1 = kurus, 2 = gemuk, 3 = normal, sedangkan kode untuk variable pengetahuan yaitu 1 = kurang, 2 = sedang, 3 = baik.

- c. *Data Entry*

Jawaban responden diubah dalam bentuk kode dimasukkan ke dalam program komputer.

- d. *Cleaning*

Data yang telah dimasukkan, selanjutnya dilakukan pengecekan kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, yang kemudian dilakukan pembetulan dan koreksi.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah suatu teknik analisis data terhadap satu variabel secara mandiri, tiap variabel dianalisis tanpa dikaitkan dengan variabel lainnya. Analisis univariat bisa juga disebut analisis deskriptif atau statistik deskriptif yang bertujuan menggambarkan kondisi fenomena yang dikaji. Analisis deskriptif adalah analisis yang dilakukan untuk menilai karakteristik dari sebuah data antara lain mean, median, mode, minimal, maksimal, dan standar deviasi yang kemudian disajikan dalam bentuk tabel menggunakan *software SPSS*.

Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Seimbang Personel *Ground Crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

No.	Kriteria	Frekuensi	Presentase%
1	Baik		
2	Sedang		
3	Kurang		
Jumlah			

Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi Status Gizi Personel *Ground Crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

No.	Kriteria	Frekuensi	Presentase%
1	Normal		
2	Gemuk		
3	Kurus		
Jumlah			

I. Etika Penelitian

Menurut Hidayat (2014), etika penelitian diperlukan untuk menghindari terjadinya tindakan yang tidak etis dalam melakukan penelitian, maka dilakukan prinsip-prinsip sebagai berikut (Hidayat, 2014):

1. Lembar Persetujuan (*Informed consent*)

Lembar persetujuan berisi penjelasan mengenai penelitian yang dilakukan, tujuan penelitian, tata cara penelitian, manfaat yang diperoleh responden, dan resiko yang mungkin terjadi. Pernyataan dalam lembar persetujuan jelas dan mudah dipahami sehingga responden tahu bagaimana penelitian ini dijalankan. Untuk responden yang bersedia maka mengisi dan menandatangani lembar persetujuan secara sukarela.

2. Anonimitas

Untuk menjaga kerahasiaan peneliti tidak mencantumkan nama responden, tetapi lembar tersebut hanya diberi kode.

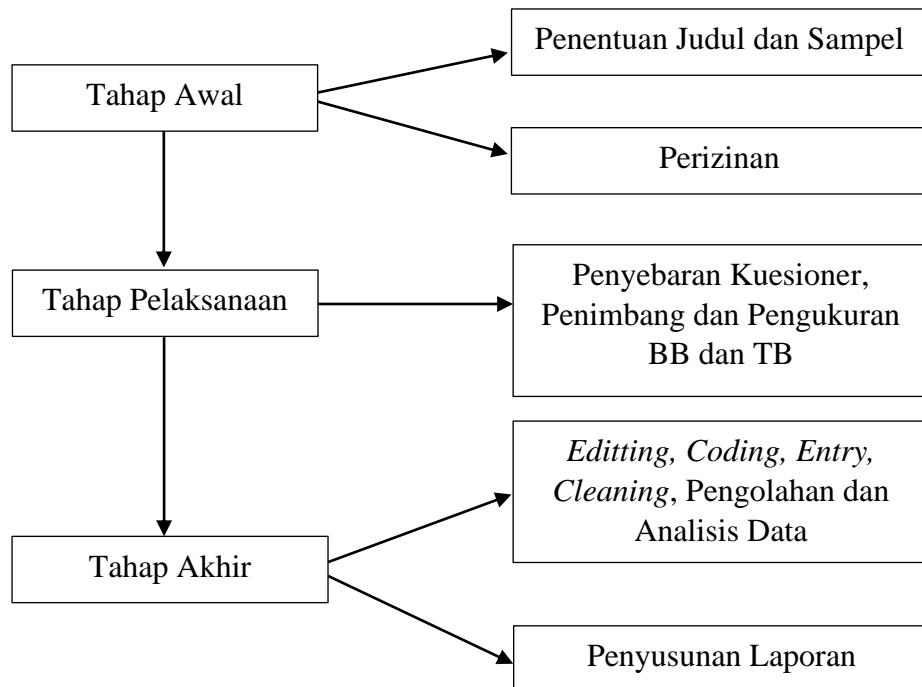
3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Confidentiality yaitu tidak akan menginformasikan data dan hasil penelitian berdasarkan data individual, namun data dilaporkan berdasarkan kelompok.

4. Sukarela

Peneliti bersifat sukarela dan tidak ada unsur paksaan atau tekanan secara langsung maupun tidak langsung dari peneliti kepada calon responden atau sampel yang akan diteliti.

J. Jalannya Penelitian



K. Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Bulan 2023 - 2024									
		Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul
1.	Persiapan Penelitian										
	a. Pengajuan <i>draft</i> judul penelitian										
	b. Pengajuan Proposal										
	c. Perijinan Penelitian										
2.	Pelaksanaan										
	a. Pengumpulan data										
	b. Analisis Data										
3.	Penyusunan Laporan										

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum

a. Profil

Skadron Pendidikan 102 disingkat Skadik 102 adalah unsur pelaksana pendidikan Wing Pendidikan Terbang dan berkedudukan langsung di bawah Danwingdik 100/Terbang. Tugas Skadik 102 adalah pelaksana Wingdik Terbang yang bertugas melaksanakan pendidikan sekolah penerbang tingkat lanjut dan sekolah instruktur penerbang. Moto dari Skadik 102 Lanud Adisutjipto yaitu Bhakti Utama Satya Negara.

b. Fungsi

Dalam pelaksanaan tugas tersebut, Skadik 102 menyelenggarakan fungsi sebagai berikut:

- 1) Melaksanakan operasi pendidikan Sekolah Penerbang Tingkat Lanjut dan Sekolah Instruktur Penerbang (SIP).
- 2) Menyiapkan tenaga pendidik instruktur penerbang, mengarahkan dalam persiapan mengajar (*leasson plan*).
- 3) Mengawasi, mengendalikan dan mengevaluasi pelaksanaan operasi pendidikan guna menjamin pencapaian sasaran kegiatan secara berhasil dan berdaya guna.
- 4) Menyiapkan pembinaan, penyiapan pesawat, awak pesawat, prasarana dan melaksanakan pemeliharaan tingkat ringan sista udara untuk menjamin kelangsungan kesiapan pendidikan.
- 5) Membina sarana pemeliharaan, komponen, dan prasarana yang ada di Skadik 102 agar selalu siap pakai.

c. Organisasi

Organisasi Skadron Pendidikan 102 disusun sebagai berikut:

1) Eselon Pemimpin

Komandan Skadron Pendidikan 102, disingkat Danskadik 102.

- 2) Eselon Pelayanan
 - a) Urusan Tata Usaha, disingkat Urtu
 - b) Urusan Dalam, disingkat Urdal.
- 3) Eselon Staf Pelaksana
 - a) Seksi Operasi, disingkat Siops
 - b) Seksi Pemeliharaan, disingkat Sihar
 - c) Seksi Keselamatan Terbang dan Kerja, disingkat Silambangja
 - d) Kelompok Instruktur, disingkat Pokinst.
 - e) Kesehatan, disingkat Kes.
- 4) Eselon Satuan Pelaksana
 - a) Flight A, B dan C
 - b) Flight Pemeliharaan, disingkat Flighthar.

2. Karakteristik Responden

Berikut adalah hasil penelitian berdasarkan karakteristik responden menurut usia, jenis kelamin, dan pendidikan terakhir:

a. Usia

Berikut adalah tabel yang menggambarkan karakteristik responden berdasarkan usia di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

Tabel 4.1. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Usia di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

Usia (tahun)	Frekuensi	Presentase%
24	1	3,7
25	1	3,7
30	2	7,4
33	1	3,7
34	1	3,7
36	2	7,4
37	2	7,4
39	2	7,4
40	3	11,1
43	2	7,4
47	2	7,4
50	4	14,8
51	1	3,7
53	1	3,7

Total	27	100
-------	----	-----

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi usia responden yang terbanyak adalah usia 50 tahun sebesar 14,8%.

b. Jenis Kelamin

Berikut adalah tabel yang menggambarkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

Tabel 4.2. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Jenis Kelamin di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase%
Laki-Laki	27	100
Total	27	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas distribusi responden berdasarkan kelompok jenis kelamin, didapatkan hasil seluruh responden berjenis kelamin laki-laki sehingga mempunyai presentase 100%.

c. Pendidikan Terakhir

Berikut adalah tabel yang menggambarkan karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

Tabel 4.3. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Pendidikan Terakhir di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Presentase%
SMU	27	100
Total	27	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas distribusi responden berdasarkan kelompok pendidikan terakhir, didapatkan hasil pendidikan terakhir responden yaitu SMU.

d. Status

Berikut adalah tabel yang menggambarkan karakteristik responden berdasarkan status di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

Tabel 4.4. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Status di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

Status	Frekuensi	Presentase%
Belum berkeluarga	1	3,7
Sudah berkeluarga	26	96,3
Total	27	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas distribusi responden berdasarkan kelompok status, didapatkan hasil bahwa distribusi status responden terbanyak yaitu sudah berkeluarga sebesar 96,3%.

e. Keterpaparan media

Berikut adalah tabel yang menggambarkan karakteristik responden berdasarkan keterpaparan media di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

Tabel 4.5. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Keterpaparan Media di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

Keterpaparan Media	Frekuensi	Presentase%
Sudah terpapar	1	40,7
Belum terpapar	26	59,3
Total	27	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas distribusi responden berdasarkan kelompok keterpaparan media, didapatkan hasil bahwa distribusi keterpaparan media responden terbanyak yaitu belum pernah terpapar media sebesar 59,3%.

3. **Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang dan Status pada Personel *Ground Crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto**

Berikut adalah hasil penelitian berdasarkan variabel yang diteliti yaitu terdiri dari pengetahuan gizi seimbang dan status gizi.

a. Pengetahuan Gizi Seimbang

Berikut adalah tabel yang menggambarkan tingkat pengetahuan gizi seimbang responden di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Seimbang Personel *Ground Crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase%
Kurang	19	70,4
Sedang	7	25,9
Baik	1	3,7
Total	27	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden dengan presentase tinggi yaitu responden yang memiliki pengetahuan kurang sebesar 70,4% (kurang), sedangkan responden dengan presentase rendah yaitu responden yang memiliki pengetahuan baik sebesar 3,7% (baik).

b. Status Gizi

Berikut adalah tabel yang menggambarkan status gizi responden di Skadik 102 Lanud Adisutjipto.

Tabel 4.7. Distribusi Frekuensi Status Gizi Personel *Ground Crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto

Status Gizi	Frekuensi	Presentase%
Kurus	0	0
Gemuk	16	59,3
Normal	11	40,7
Total	27	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa status gizi responden dengan presentase yang paling tinggi adalah responden

dengan status gizi gemuk sebesar 59,3% (gemuk), sedangkan status gizi responden yang paling rendah yaitu kurus sebesar 0% (kurang).

B. Pembahasan

Pada penelitian ini, sebanyak 27 personel *ground crew* yang menjadi responden. Seluruh responden terdiri dari laki-laki berkisar umur 23-53 tahun.

1. Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang pada Personel *Ground Crew*

Pengetahuan (*knowledge*) adalah hasil tahu dari manusia yang sekedar menjawab pertanyaan. Pengetahuan dapat salah atau keliru, karena bila pengetahuan ternyata salah atau keliru maka tidak dianggap sebagai pengetahuan. Individu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan mempunyai kemampuan untuk menerapkan pengetahuan status gizinya dalam pemilihan maupun pengolahan makanan, sehingga konsumsi makanan mencukupi kebutuhan (Sagala & Noefitri, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 27 responden didapatkan bahwa sebanyak 19 orang yang memiliki tingkat pengetahuan kurang (70,4%), 7 orang yang memiliki tingkat pengetahuan sedang (25,9%), dan 1 orang yang memiliki tingkat pengetahuan baik (3,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian Ghosh *et al* (2020) yang menunjukkan bahwa mayoritas responden (54,4%) memiliki pengetahuan gizi seimbang yang kurang. Hal ini dikarenakan personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto belum pernah melihat, menerima ataupun membaca informasi tentang PGS (Pedoman Gizi Seimbang). Terdapat 1 orang dengan nilai pengetahuan baik, dikarenakan responden tersebut sudah pernah mendapat edukasi mengenai gizi seimbang.

Pengetahuan gizi mempunyai peranan penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang sebab hal ini akan mempengaruhi seseorang dalam menerapkan pola konsumsi makan yang baik, terutama dalam menerapkan sarapan pagi. Dari hasil

wawancara yang kami lakukan kepada beberapa responden, Sebagian besar responden rata-rata tidak mengkonsumsi sarapan pagi dirumah dikarenakan waktu masuk kerja yang cukup pagi pukul 05.30, sehingga tidak sempat untuk sarapan dan ada juga yang tidak terbiasa sarapan pagi. Sehingga ketika makan siang sering mengkonsumsi makanan dalam porsi besar dan ketika merasa lapar sebelum jam makan siang sering mengemil gorengan. Sarapan pagi sangat penting diterapkan, karena sebagai prajurit yang melakukan tugas pelayanan pesawat harus mempunyai stamina yang baik dan berguna untuk meningkatkan kesehatan.

Dari hasil penelitian juga diketahui bahwa rata-rata responden belum mengetahui porsi makan secara benar, sehingga mereka tidak bisa menerapkan pola konsumsi sesuai porsi yang seharusnya di konsumsi. Hal tersebut dapat menyebabkan ketidakseimbangan nutrisi yang dikonsumsi responden.

2. Status Gizi pada Personel *Ground Crew*

Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial. Status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah berlebihan, sehingga menimbulkan efek toksik atau membahayakan. Kesehatan tergantung pada tingkat konsumsi makan. Tingkat konsumsi makan ditentukan oleh kualitas serta hidangan. Susunan hidangan harus memenuhi kebutuhan tubuh. Baik dari sudut kualitas maupun kuantitasnya. Konsumsi yang kurang baik kualitasnya akan memberikan kondisi kesehatan dan gizi yang tidak seimbang sehingga akan muncul berbagai penyakit diantaranya gizi lebih

(obesitas), gizi kurang, dan metabolik bawaan (Noviyanti & Maffuah, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian terhadap responden yang dilakukan melalui pengukuran antropometri yaitu tinggi badan dan berat badan diperoleh data bahwa ada 2 kategori yang didapatkan pada responden, yaitu status gizi gemuk dan normal. Sebanyak 16 orang memiliki status gizi gemuk (59,3%) dan 11 orang dengan status gizi normal (40,7%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ariyanto dkk (2018) yang menunjukkan bahwa 59,5% anggota TNI AU di RSPAU dr. S. Hadrjolukito memiliki status gizi gemuk berdasarkan IMT. Penyebab meningkatnya IMT adalah adanya ketidakseimbangan energi antara makanan yang dikonsumsi dengan energi yang dikeluarkan. Peningkatan IMT secara umum didapatkan dari tinggi asupan makanan padat energy tinggi lemak dan gula, serta rendahnya aktivitas fisik karena *sedentary*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden yang memiliki status gizi normal maupun gemuk didapatkan bahwa mereka sering mendapat makan siang berupa nasi padang dan minuman manis dari kantor. Responden yang memiliki status gizi gemuk sering mengonsumsi gorengan sebagai cemilan. Selain itu responden dengan status gizi gemuk rata-rata telah berkeluarga. Berdasarkan wawancara dengan responden yang telah berkeluarga, mereka jarang melakukan olahraga dan cenderung mengonsumsi makan secara rutin karena sudah ada yang menyediakan makanan di rumah. Hal tersebut yang membedakan dengan responden yang memiliki status gizi normal. Rata-rata mereka yang masih tinggal di mess dan menyediakan makanan sendiri. Hal tersebut yang dapat memicu IMT personel *ground crew* menjadi tinggi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan gizi seimbang dan status gizi pada personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto, sapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkatan pengetahuan gizi personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto adalah kurang yaitu sebanyak 19 orang (70,4%) dengan rata-rata nilai 48,70.
2. Status gizi personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto adalah gemuk yaitu sebanyak 16 orang (59,3%) dengan rata-rata IMT 26,8 kg/m².

B. Saran

Berdasarkan hasil evaluasi terhadap penelitian yang telah dilakukan, saran-saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan gizi personel *ground crew* di Skadik 102 Lanud Adisutjipto perlu ditingkatkan agar dapat menambah pengetahuan mengenai gizi seimbang dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti tentang faktor lain yang tidak diteliti, seperti asupan makanan responden serta perilaku dalam pemilihan makanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dharasta, Y. S. M. A. dan Turnado, A. (2016). Pelaksanaan Pelayanan Ground Handling Terhadap Penumpang Maskapai Lion Air Di PT. Kokapura Bandar Udara Internasional Achmad Yani Semarang. *Jurnal Ground Handling Dirgantara*, 3(1), 25–3.
- Febriyanto, M. A. (2016). *Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat di MI Sulaimaniyah*.
- Florence, A. G. (2017). *Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa TPB Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi Bandung*. Penelitian. Bandung: FT UPB.
- Harjatno TP, Par'i HM, W. S. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes, R. (2017). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Marmi. (2013). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Marmi. (2016). *Intranatal Care Asuhan Kebidanan pada Persalinan* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- N Arifin. (2019). *Manajemen Sumber Daya Manusia: Teori dan Kasus*. Unisnu Press.
- Nidayanti, S. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan, Asupan Gizi dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Atlet Sepak Bola PS Kerinci Tahun 2018*.

- Novianti, R.D dan D. Marfuah. 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Remaja Di Kelurahan Purwosari Laweyan Surakarta. The 6th University Research Colloquium (URECOL) 2017. Universitas Muhammadiyah Magelang. Magelang
- Pantaleon, M. G. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK Health Journal*, Vol 3 No 3.
- Pendi, P. (2020). *Sukses Menjadi Pramugari*. Yogyakarta: CV. BUDI UTAMA.
- Permenkes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014* tentang gizi seimbang.
- Roring, N. M., Posangi, J., & Manampiring, A. E. (2020). Hubungan antara pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan intensitas olahraga dengan status gizi. *Jurnal Biomedik : JBM*, 12(2), 110.
- Sanifah, L. J. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Activities Daily Living (ADL) pada Lansia*.
- Sitasari A, Susilo J, H. N. (2022). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Global Eksekutif Teknologi.
- Sulistiyani, A. T. & R. (2018). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Supariasa, I. D. (2016). *Ilmu Gizi : Teori & Aplikasi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Susanti. (2016). *Kajian Human Factor SDM Ground Handling Di Bandar Udara Adi Sucipto Yogyakarta*. *WARTA ARDHIA Jurnal Perhubungan Udara Kajian*.
- Tanti, M. Y. (2013). *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kebiasaan Makan Peserta Didik Kelas XI Jasa Boga SMKN 6 Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. *Ethical Clearance*

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
STIKES SURYA GLOBAL YOGYAKARTA



KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
“ETHICAL EXEMPTION”

No.4.16/KEPK/SSG/VIII/2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :

The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Weni Rofifah Nur Aini Sunita

Principal In Investigator

Anggota Peneliti : Agil Dhiemitra Aulia Dewi, S.Gz., MPH

Research Members

Nama Institusi : Poltekkes TNI AU Adisutjipto Yogyakarta

Name of the Institution

Dengan Judul :

Title

“Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Status Gizi Pada Personel Ground Crew Di Skadik 102 Lanud Adisutjipto”

“Overview of Balanced Nutrition Knowledge and Nutritional Status of Ground Crew Personnel at Skadik 102 Adisutjipto Air Force Base”

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Resiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan setelah penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standard, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assesment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Explotation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Concents referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 16 Agustus 2024 sampai tanggal 16 Agustus 2025

This declaration of ethics applies during August 16, 2024 the period until August 16, 2025

August 16, 2024
Professor and Chairperson

Yulian Endarto, S.K.M., M.Kes

Sekretariat :

JL. Ringroad Selatan Blado, Potorono, Banguntapan, Yogyakarta Telp : 0274 - 4469098, 4469099, Fax : 0274 - 4469101, 373022, 0812 1085 1009

Lampiran 2. *Informed Consent* Responden

PERSERTUJUAN KEIKUTSERTAAN DALAM PENELITIAN
(*INFORMED CONSENT*)

Selamat Pagi / Siang / Sore

Perkenalkan saya Weni Rofifah Nur Aini Sunita Mahasiswa D3 Gizi Poltekkes TNI AU Adisutjipto, Yogyakarta. Bermaksud melakukan penelitian mengenai GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI PADA PERSONEL *GROUND CREW* DI SKADIK 102 LANUD ADISUTJIPTO.

Kami berharap saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Saudara mendapat kesempatan untuk bertanya tentang peran serta dalam penelitian ini dan berhak untuk berhenti dari penelitian ini dengan alasan apapun dan tidak perlu untuk menjelaskan alasan mengundurkan diri. Semua informasi yang saudara berikan terjamin kerahasiaannya. Setelah saudara emmbaca maksud dan tahapan penelitian diatas, maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini sebagai persetujuan.

Dengan ini saya bersedia mengikuti penelitian ini dan bersedia mengisi lembar kuesioner yang disediakan di bawah ini.

Tertanda,

(.....)

Setelah menandatangani pernyataan tersebut diatas, saya mohon kesediaan Saudara untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan jujur, tanpa bantuan orang lain dan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Tandai jawaban Saudara dengan MELINGKARI ANGKA dari jawaban yang dipilih.

Lampiran 3. Identitas Responden

IR. IDENTITAS RESPONDEN			
IR 1	Nama Lengkap		
IR 2	Tanggal__bulan__tahun__		
IR 3	Agama	1. Islam 2. Kristen Prostestan 3. Kristen Katolik 4. Budha 5. Hindu 6. Lainnya, sebutkan	()
IR4	Pendidikan Saudara Sekarang	1. Tidak sekolah 2. SMP 3. SMU 4. Diploma I 5. Diploma III 6. Sarjana S-1 7. Lainnya, sebutkan	()
IR9	Alamat Rumah		
IR10	No. Telp Rumah/HP		
IR11	Data Antropometri	BB:____ TB:____ IMT:____	

Lampiran 4 Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang

A. KETERPAPARAN MEDIA PUGS			
A1	Sebelum anda mengisi kuesioner saat ini, apakah anda pernah melihat, menerima ataupun membaca pesan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) ?	1. Pernah 2. Tidak pernah (langsung pertanyaan B)	
A2	Jika pernah, berapa banyak sumber media yang anda ketahui mengenai Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) tersebut? (jawaban boleh lebih dari satu)	1. Koran 2. Majalah 3. Buku 4. Leaflet 5. Brosur 6. Poster 7. Televisi 8. Radio 9. Internet 10. Guru 11. Teman 12. Orang tua	

		13. Pelatih 14. Petugas kesehatan 15. Lainnya, sebutkan	
--	--	--	--

B. TEMAN SEBAYA			
B1	Dengan siapa anda paling sering membeli makanan	1. Teman 2. Sendiri 3. Orang tua 4. Saudara/kakak/adik	
B2	Saat membeli makanan bersama teman, apakah jenis makanan yang dibeli sama:	1. Ya 2. Tidak pernah	
B3	Saat membeli makanan bersama teman, siapa yang menentukan jenis makanan yang dibeli:	1. Diri sendiri 2. Teman	

C. PENGETAHUAN PUGS			
C1	Ada berapa isi pesan dalam Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 10 pesan 2. 12 pesan 3. 13 pesan 4. Tidak tahu 	
C2	Makanan yang beraneka ragam terdiri dari	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nasi, sayuran, buah-buahan, lauk nabati, lauk hewani 2. Nasi, sayuran, lauk nabati, buah-buahan, susu 3. Nasi, sayuran, lauk nabati, lauk hewani, susu 4. Tidak tahu 	
C3	Menurut anda, sebaiknya berapa kali kita harus makan sayur setiap hari	<ol style="list-style-type: none"> 1. 1x sehari 2. 2x sehari 3. 3x sehari 4. Tidak tahu 	

C4	Menurut anda, sebiknya berapa kali kita harus makan buah setiap hari ...	<ol style="list-style-type: none"> 1. 1x sehari 2. 2x sehari 3. 3x sehari 4. Tidak tahu 	
C5	Menurut anda, terpenuhinya gizi bagi prajurit ditandai dengan ...	<ol style="list-style-type: none"> 1. Badan yang langsing 2. Badan yang gemuk 3. Badan yang normal 4. Tidak tahu 	
C6	Kelompok makanan berikut ini dapat dijadikan sumber tenaga yaitu...	<ol style="list-style-type: none"> 1. Roti, mie, singkong, nasi, bihun 2. Singkong, nasi, bihun, telur, ikan 3. Roti, nasi, bihun, daging, telur 4. Tidak tahu 	
C7	Konsumsi makanan sumber energi yang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berat badan berlebihan 	

	melebihi kebutuhan secara terus menerus akan menyebabkan ...	<ol style="list-style-type: none"> 2. Kurang gizi 3. Stamina meningkat 4. Tidak tahu 	
C8	Fungsi utama karbohidrat adalah ...	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sumber energi bagi tubuh 2. Pembentuk sel darah merah 3. Menjaga kesehatan 4. Tidak tahu 	
C9	Makanan sumber karbohidrat kompleks antara lain	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sagu, pisang, madu 2. Ubi, pisang, nasi 3. Nasi, kentang, gula 4. Tidak tahu 	
C10	Anjuran konsumsi gula sehari- hari sebanyak.....	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3-4 sendok makan 2. 5-6 sendok makan 3. 7-8 sendok makan 	

		4. Tidak tahu	
C11	Konsumsi minyak sehari- hari sebaiknya menggunakan minyak	1. Lemak jenuh 2. Hewani 3. Nabati 4. Tidak tahu	
C12	Jika seseorang mengkonsumsi lemak dan minyak secara berlebihan akan mengakibatkan	1. Kebutuhan zat gizi yang lain tidak terpenuhi 2. Kebutuhan zat gizi yang lain tercukupi oleh lemak dan minyak 3. Kebutuhan zat gizi lain tidak berpengaruh 4. Tidak tahu	
C13	Kelompok makanan berikut ini yang dijadikan sumber Pembangun	1. Protein 2. Vitamin 3. Mineral 4. Tidak tahu	
C14	Yang anda lakukan untuk	1. Sarapan pagi 2. Minum susu	

	meningkatkan konsentrasi saat berlatih	3. Tidak makan apa- apa	
C15	Berapa gelas air minum yang biasa anda konsumsi setiap hari	1. Tidak tahu 2. Minum air 8 gelas sehari 3. Minum air setiap haus saja 4. Tidak melakukan apa- apa	
C16	Seberapa sering anda melakukan sarapan pagi	1. Tidak pernah 2. Tidak tentu 3. Seminggu sekali 4. Setiap hari	
C17	Setiap anda membeli makanan yang dikemas, seberapa sering anda membaca labelnya	1. Tidak pernah 2. Kadang-kadang 3. Ya, selalu 4. Kalau ingat saja	
C18	Seberapa sering anda mencuci	1. Tidak pernah 2. Kadang- kadang	

	tangan sebelum dan sesudah makan	<ul style="list-style-type: none"> 3. Selalu 4. Kalau ingat saja 	
C19	Untuk menjaga berat badan normal, anda selalu memperhatikan penambahan berat badan secara berkala	<ul style="list-style-type: none"> 1. Selalu 2. Kadang- kadang 3. Tidak rutin 4. Tidak pernah 	
C20	Seberapa sering anda melakukan olahraga di luar jam Latihan	<ul style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah 2. Kadang- kadang 3. 3-5 kali sehari 4. 1 kali seminggu 	

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian



POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO YOGYAKARTA
PROGRAM STUDI D3 GIZI

Jalan Majapahit (Janti) Blok-R Lanud Adisutjipto Yogyakarta
 Website : poltekkesadisutjipto.ac.id, Email : gizi.poltekkestniau@gmail.com
 Telp / Fax. (0274)4352698

Nomor : B/ 17 / II /2024 / Gz
 Klasifikasi : Biasa
 Lampiran : 1 Bendel
 Perihal : Izin Penelitian

Yogyakarta, 13 Februari 2024

Kepada
 Yth. Komandan Skadron Pendidikan 102
 Lanud Adisutjipto
 di
 Tempat

1. Dasar.
 - a. Surat Keputusan Direktur Poltekkes TNI AU Adisutjipto Nomor: Kep/18C/IX/2019 tanggal 13 September 2019 tentang Penetapan Kurikulum Prodi D3 Gizi Tahun 2019.
2. Sehubungan dasar tersebut di atas dalam rangka menyusun Tugas Akhir, dengan hormat bersama ini kami ajukan permohonan izin untuk mahasiswa melakukan **Penelitian** dengan data sebagai berikut:
 - a. Nama : Weni Rofifah Nur Aini Sunita
 - b. NIM : 21220006
 - c. Prodi : D3 Gizi
 - d. Judul Penelitian : **Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang dan Status Gizi pada Personel Ground Crew di Skadik 102 Lanud Adisutjipto**

Adapun untuk konfirmasi kesediaan ijin pelaksanaan **Penelitian** ke nomor telepon **081267551317 (Weni Rofifah Nur Aini Sunita)**
3. Kami lampirkan proposal penelitian sebagai bahan pertimbangan. Demikian atas berkenannya di sampaikan terima kasih.



Lampiran 6. Surat Pernyataan telah melakukan penelitian

WINGDIK 100/TERBANG
SKADRON PENDIDIKAN 102

SURAT PERNYATAAN

1. Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ferdian Habibi
Pangkat/NRP : Letkol Pnb / 533601
Jabatan : Komandan Skadron Pendidikan 102 Wingdik 100/Terbang
Lanud Adisutjipto

2. Menerangkan bahwa:

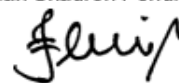
Nama : Weni Rofifah Nur Aini Sunita
NIM : 21220006
Program Studi : D-3 Gizi
Instansi : Poltekes TNI AU Adisutjipto

3. Yang bersangkutan telah melaksanakan Penelitian dengan Judul Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang dan Status Gizi pada Personel *Ground Crew* di Skadron Pendidikan 102 Wingdik 100/Terbang Lanud Adisutjipto pada tanggal 23 Februari 2024.

4. Demikian surat keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 26 Agustus 2024

Komandan Skadron Pendidikan 102,



Ferdian Habibi
Letkol Pnb NRP 533601

Lampiran 7. Analisis Statistik

		Statistics			
		tinggi_badan	berat_badan	IMT	nilai_pengetahuan
N	Valid	27	27	27	27
	Missing	0	0	0	0
Mean		169.07	76.559	26.800	48.70
Median		170.00	75.600	26.700	45.00
Std. Deviation		3.822	11.1738	3.9117	16.088
Minimum		161	59.7	20.7	20
Maximum		175	105.4	35.2	80

		status_gizi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	gemuk	16	59.3	59.3	59.3
	normal	11	40.7	40.7	100.0
Total		27	100.0	100.0	

		tingkat_pengetahuan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	19	70.4	70.4	70.4
	sedang	7	25.9	25.9	96.3
	baik	1	3.7	3.7	100.0
Total		27	100.0	100.0	

status

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	belum berkeluarga	1	3.7	3.7	3.7
	sudah berkeluarga	26	96.3	96.3	100.0
	Total	27	100.0	100.0	

keterpaparan_media

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sudah berkeluarga	11	40.7	40.7	40.7
	belum berkeluarga	16	59.3	59.3	100.0
	Total	27	100.0	100.0	

Lampiran 8. Dokumentasi

