

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA SISWA
PENERBANG PRAJURIT SUKA RELA DINAS PENDEK (PSDP) DI
WING PENDIDIKAN (WINGDIK) 100/TERBANG PANGKALAN UDARA
(LANUD) ADISUTJIPTO YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi Pada
Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto



BAMBANG PAMUNGKAS

NIM. 21220005

**POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
YOGYAKARTA
2024**

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA SISWA
PENERBANG PRAJURIT SUKA RELA DINAS PENDEK (PSDP) DI
WING PENDIDIKAN (WINGDIK) 100/TERBANG PANGKALAN UDARA
(LANUD) ADISUTJIPTO YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi Pada
Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto



BAMBANG PAMUNGKAS

NIM. 21220005

**POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
YOGYAKARTA
2024**

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) Di Wing Pendidikan (WINGDIK) 100/Terbang Pangkalan Udara (LANUD) Adisutjipto Yogyakarta” ini sepenuhnya karya sendiri. Tidak ada bagian didalamnya merupakan karya orang lain dan saya tidak melakukan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai etika penelitian yang berlaku. Atas pernyataan ini saya siap menanggung semua risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran etika penelitian dalam tugas akhir saya ini atau klain dari pihak lain terhadap keaslian tugas akhir ini.

Yogyakarta, 12 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



Bambang Pamungkas

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMMBANG PADA SISWA
PENERBANG PRAJURIT SUKARELA DINAS PENDEK (PSDP) DI
WING PENDIDIKAN (WINGDIK) 100/TERBANG PANGKALAN
UDARA (LANUD) ADISUTJIPTO YOGYAKARTA

Dipersiapkan dan disusun oleh

BAMBANG PAMUNGKAS

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 12 Juli 2024

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Pristina Adi Rachmawati, S.Gz., M.Gizi.

NIDN. 0726049201

Pembimbing II



Kolonel (Purn) Drs. Zainal Abidin, M.Kes.

NIDN. 4706056501

Ketua Dewan Penguji



Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi.

NIDN. 0508089102

Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

untuk memperoleh gelar Diploma III Gizi

Pada Tanggal 15 / Juli / 2024

Kepala Program Studi D3 Gizi



Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi.

NIDN. 0508089102

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas semua berkat dan rahmatnya sehingga dapat terselesaikannya Proposal Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Sekolah Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) di WINGDIK 100/Terbang Pangkalan udara (Lanud) Adisutjipto Yogyakarta, sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi. Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Direktur Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto Yogyakarta Kolonel (Purn) dr. Mintoro Sumego, M.S selaku ketua Penguji yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan menguji Tugas Akhir ini.
2. Ibu Marisa Elfina, S.T. Gizi., M.Gizi selaku Ketua Prodi DIII Gizi, sekaligus sebagai Pembimbing Akademik dan dosen penguji yang telah bersedia mengorbankan waktu untuk memberikan bimbingan dan semangat dalam penyusunan Proposal Tugas Akhir ini.
3. Ibu Pristina Adi Rachmawati., S.Gz., M.Gizi. selaku dosen pembimbing I dalam penyusunan Proposal Tugas Akhir ini.
4. Bapak Drs Zainal Abidin, M. Kes selaku dosen pembimbing II dalam penyusunan Proposal Tugas Akhir ini.
5. Kedua Orang Tua, Istri dan anak saya yang selalu ada di waktu yang tepat dan selalu mendoakan kelancaran dalam penyusunan Proposal Tugas Akhir Ilmiah ini.
6. Rekan seangkatan dan pihak-pihak yang terkait dan banyak membantu dalam ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga Proposal Tugas Akhir ini.

Yogyakarta, Januari 2024

Penulis

ABSTRAK

Latar Belakang: Siswa Penerbang TNI AU khususnya siswa PSDP membutuhkan fokus dan energi yang cukup besar dalam setiap pelatihan. Siswa penerbang memiliki potensi stres yang tinggi saat penerbangan didalam pesawat. Hal tersebut perlu memaksimalkan kemampuan dan meningkatkan kualitas fisik yang diperoleh dari pengetahuan gizi seimbang.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi seimbang pada siswa PSDP di Wingdik 100/Terbang Lanud Adisutjipto Yogyakarta.

Metode: Metode penelitian menggunakan metode deskriptif. Data yang dikumpulkan adalah data kuantitatif dengan menggunakan kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa PSDP yang memenuhi kriteria inklusi. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan total sampling sebanyak 17 responden. Analisis data menggunakan Program SPSS univariat yang mendeskripsikan data yang berupa frekuensi nilai maksimum dan nilai minimum

Hasil: Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total sampel 17 siswa PSDP terdapat siswa yang memiliki predikat baik dengan nilai rata-rata 17,6%, 8 siswa memiliki predikat cukup dengan nilai rata-rata 47,1%, dan 6 siswa memiliki predikat kurang dengan nilai rata-rata 35,3%.

Simpulan: Sebagian besar siswa PSDP memiliki tingkat pengetahuan cukup dengan persentasi (47,1%) dengan nilai rata-rata pengetahuan adalah 63,24.

Kata kunci: *Pengetahuan, PSDP, Gizi Seimbang, Wingdik 100/Terbang*

ABSTRACT

Background: Air Force Aviator students, especially PSDP students, require considerable focus and energy in every training. Aviator students have a high potential for stress when flying in an airplane. It is necessary to maximize the ability and improve the physical quality obtained from balanced nutrition knowledge.

Objective: This study aims to determine the description of balanced nutritional knowledge in PSDP students at Wingdik 100 / Gate Adisutjipto Air Force Yogyakarta.

Methods: The research method used descriptive method. The data collected is quantitative data using a questionnaire. The population in this study were all PSDP students who met the inclusion criteria. Sampling was done using total sampling of 17 respondents. Data analysis using the SPSS univariate program which describes data in the form of frequency, maximum value and minimum value.

Results: The results showed that from a total sample of 17 PSDP students there were students who had a good predicate with an average value of 17.6%, 8 students had a sufficient predicate with an average value of 47.1%, and 6 students had a poor predicate with an average value of 35.3%.

Conclusion: Most PSDP students have a moderate level of knowledge with a percentage (47.1%) with an average knowledge score of 63.24.

Keywords: Knowledge, PSDP, Balanced Nutrition, Wingdik 100/Terbang

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIA.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR SINGKATAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Telaah Pustaka	5
B. Kerangka Teori.....	16
C. Kerangka Konsep	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	18
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	18
C. Populasi dan Subjek Penelitian.....	18
D. Variabel Penelitian	19
E. Definisi Operasional.....	19
F. Instrumen Operasional dan Cara Pengumpulan Data	19
G. Cara Analisis Data.....	20
H. Etika Penelitian.....	20
I. Jalannya Penelitian	22

J. Jadwal Penelitian.....	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.	23
A. Hasil Penelitian	23
B. Pembahasan.....	25
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	28
A. Kesimpulan	28
B. Saran.....	28
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN.....	32

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian.....	20
Tabel 4.1 Definisi Karakteristik Responden	25

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka teori	17
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	18
Gambar 3.1 Jalannya Penelitian	23

DAFTAR SINGKATAN

AS	: Amerika Serikat
Dikmapa	: Pendidikan Pertama Perwira
DGA	: <i>Dietary Guidelines for America</i>
HDL	: <i>High Dinsity Lipoprotein</i>
Kemenkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Kopsis	: Kopral Siswa
LANUD	: Pangkalan Udara
LDL	: <i>Low Dinsity Lipoprotein</i>
PNS	: Pegawai Negeri Sipil
POLRI	: Polisi Republik Indonesia
PSDP	: Prajurit Sukarela Dinas Pendek
RSPAU	: Rumah Sakit Pusat Angkatan Udara
TNI AU	: Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara
SEKBANG	: Sekolah Penerbang
ABRI	: Angkatan Bersenjata Republik Indonesia
WINGDIK	: Wing Pendidikan

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent Responden</i>	33
Lampiran 2. Kuesioner Identitas.	34
Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang.....	35
Lampiran 4. Hasil <i>SPSS</i>	36
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian Kepada Wingdik 100 / Terbang	37
Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian Kepada Komandan Lanud Adisutjipto.....	38
Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian Kepada Komandan PSDP	39

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah Penerbang Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara (TNI AU) adalah sebuah institusi pendidikan yang bertujuan untuk melatih calon perwira penerbang TNI. Proses pendidikan ini dijalankan oleh Wingdik Terbang di Lanud Adisutjipto Yogyakarta (Prasetyo & Wibowo, 2019). Agar dapat melaksanakan tugasnya dengan baik maka setiap calon perwira penerbang TNI harus mempunyai kesehatan yang prima untuk mendukung tugas sesuai fungsinya masing-masing. Tugas pokok TNI adalah menegakkan kedaulatan negara mempertahankan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia Tahun 1945, serta melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dari ancaman dan gangguan terhadap keutuhan bangsa dan negara (Undang-Undang Republik Indonesia nomor 34, 2004). Salah satu faktor yang dapat mendukung kesehatan calon perwira penerbang TNI yaitu status gizi yang optimal. Pengetahuan gizi seimbang sangat berpengaruh pada status gizi.

Status gizi adalah sebuah kondisi yang ditentukan oleh tingkat makanan dengan dampak fisik yang dapat diukur. Pengetahuan gizi adalah kemampuan memilih makanan yang merupakan sumber gizi dan keterampilan dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan giziseimbang yang rendah menjadi penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan pola makan, serta makanan bergizi pada masa remaja. Sikap pada seseorang akan muncul diawali adanya pengetahuan gizi seimbang yang menurut persepsi baik atau tidak baik, persepsi ini kemudian mengakar dalam dirinya hingga orang tersebut akan bersikap sesuai dengan pengetahuannya. Hal ini dapat menunjukkan bahwa sikap terbentuk dari komponen pengetahuan gizi seimbang dan hal ini akan berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam memilih makanan seimbang kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang didapatkan dari asupan (Gatot

Indarjo, 2021).

Berdasarkan Hasil Riskesdas 2018, di Indonesia menunjukkan permasalahan cenderung pada kelebihan berat badan dibandingkan dengan gizi kurang angka prevalensi proporsi berat badan lebih dan obesitas pada penduduk dewasa yang telah berumur >18 tahun dengan prevalensi berat badan berlebih 13,6% dan prevalensi obesitas 21,8%. Di daerah Jawa Tengah prevalensi obesitas 20% dan underweight berada diatas prevalensi nasional yaitu 21,8% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil Riskesdas prevalensi status gizi lebih pada orang dewasa dengan pekerjaan PNS/TNI/Polri/Pegawai BUMN pada tahun 2018 lebih tinggi 20,7 % dari tahun 2010 15,6 %. Dapat disimpulkan dari hasil tersebut terjadi peningkatan pravelensi berat badan lebih pada pekerja PNS/TNI/POLRI/Pegawai BUMN (Depkes RI 2018).

Salah satu faktor yang dapat mendukung kesehatan calon persua penerbang TNI yaitu status gizi yang optimal. Pengetahuan gizi seimbang sangat berpengaruh pada status gizi. Kelebihan berat badan didefinisikan sebagai penumpukan lemak yang tidak normal didalam tubuh dan dapat mengganggu kesehatan. Dampak dari kelebihan berat badan dapat membunuh lebih banyak orang dibandingkan orang yang memiliki berat badan kurang (WHO.2018),

Menurut Notoatmodjo (2010) dalam (Fitriani Rika *et al.*, 2020) mengatakan bahwa pengetahuan gizi seimbang adalah pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit, kurangnya pengertian kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan akan menimbulkan masalah gizi lebih atau kurang yang akan berpengaruh pada kecerdasan, aktifitas terganggu dan produktivitas.

Menurut Rani Himayani *et., al* 2020 tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi mempunyai hubungan erat, tingkat pendidikan juga sangat mempengaruhi kemampuan penerimaan informasi tentang gizi dan dapat

disimpulkan bahwa semakin tinggi pendidikan maka seseorang akan lebih mudah menerima informasi tentang pengetahuan gizi. Berdasarkan penelitian Rachmayani *et.,al* (2018) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi. Pada penelitian Sediaoetama tahun 2000 mengatakan bahwa pengetahuan gizi yang kurang dalam memilih makan dapat menimbulkan masalah gizi. Pengetahuan gizi sangat diperlukan dalam memilih makanan, pemilihan makanan yang buruk merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap bahaya kesehatan yang lebih tinggi.

Gizi seimbang memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Prinsip lain Gizi Seimbang adalah kesesuaian atau keseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi untuk beraktivitas (Kemenkes RI, 2014). Siswa penerbang akan diberikan persyaratan makan karena siswa penerbang membutuhkan focus dan energi yang cukup besar dalam setiap pelatihan. Siswa penerbang memiliki potensi stress yang tinggi saat penerbangan didalam pesawat.

Berdasarkan uraian masalah tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) di WINGDIK 100/Terbang Pangkalan Udara (Lanud) Adisutjipto Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang sebelumnya, perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimana Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Sekolah Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) di WINGDIK 100/Terbang Pangkalan udara (Lanud) Adisutjipto Yogyakarta

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Sekolah Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) di WINGDIK 100/Terbang Pangkalan Udara Lanud Adisutjipto Yogyakarta

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui pengetahuan Gizi Seimbang Pada Sekolah Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) di WINGDIK 100/Terbang Pangkalan Udara Lanud Adisutjipto Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan pada bidang gizi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Sebagai suatu sarana untuk pengembangan, pengetahuan dan wawasan penulis serta mengetahui gambaran Gizi Seimbang pada Sekolah Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) di WINGDIK 100 /Terbang Pangkalan Udara (Lanud) Adisutjipto Yogyakarta.

b. Bagi Instansi

Diharapkan penelitian ini dapat menjadikan masukan informasi bagi Lembaga Pendidikan terkait perlunya materi terkait gizi disampaikan kepada siswa yang sedang menjalani Pendidikan.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu baru bagi institusi pendidikan

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Siswa Penerbang PSDP

a. Pengertian Siswa Penerbang PSDP

Siswa penerbang PSDP merupakan calon perwira TNI yang melaksanakan pendidikan di sekbang PSDP TNI. Selama menjalani pendidikan, siswa PSDP harus melalui tiga tahap pendidikan. Tahap pertama yang disebut Pendidikan Dasar Perwira (Dikmapa), dilaksanakan selama 5 bulan di Akademi Militer Magelang meliputi 3 bulan latihan dasar kemiliteran dan 2 bulan keperwiraan. Setelah lulus tahap pendidikan para siswa mendapat pangkat Kopral Siswa (Kopsis). Selanjutnya para Kopsis akan melaksanakan pendidikan Terbang di Sekolah Penerbang TNI AU di Lanud Adisutjipto selama kurang lebih 24 bulan. Setelah lulus pendidikan terbang para siswa akan menjadi penerbang militer (Prasetyo I J, 2019).

Lulusan Sekbang PSDP TNI akan menjadi Perwira TNI dengan menyandang pangkat Letnan Dua, sejak Prasetya Perwira maka aturan dalam dinas prajurit sebagai Perwira akan berlaku. Sesuai dengan Buku Petunjuk Dasar Pembinaan Prajurit ABRI, Keputusan Pangab No. Kep/06/X/1991, tanggal 5 Oktober 1991, Buku Petunjuk Administrasi Pembinaan Administrasi Sekolah Penerbang PSDP TNI, Surat Keputusan Panglima TNI No. Skep/721/XII/2001, tanggal 6 Desember 2001 dan Peraturan Kasau Nomor : Perkasau/74/IX/2011 tanggal 28 September 2011 yang tertuang dalam Buku Petunjuk Penggunaan Prajurit TNI, bahwa Perwira Penerbang PSDP akan menjalani dinas keprajuritan secara purnawaktu berdasarkan ikatan dinas untuk jangka waktu paling singkat 5 (lima) tahun dan paling lama 10 (sepuluh) tahun. Artinya bahwa Perwira Penerbang lulusan Sekbang PSDP TNI dalam pengabdianya diberikan pilihan, setelah

selesai dalam dinas keprajuritan (sesuai dengan purnawaktu yang sudah ditentukan), dapat mengembangkan karier sebagai prajurit TNI atau mengabdikan di luar organisasi TNI (sebagai komponen cadangan) dengan membangun karier di berbagai dunia dirgantara ataupun pengabdian yang lain (Affandi, 2014).

b. Karakteristik Siswa PSDP

Secara umum penerbang dianggap memiliki status kesehatan yang lebih baik dibandingkan masyarakat umum, namun karakteristik penerbang dapat menimbulkan resiko yang dapat berdampak negative terhadap kesehatannya. Penerbang mengalami gangguan sirkadian akibat kerja shift dan jadwal penerbangan yang tidak teratur, kelelahan yang dirasakan, paparan radiasi, waktu makan yang tidak teratur, tuntutan stress mental yang terkait dengan keselamatan penerbangan. Kecukupan tidur dan aktifitas fisik merupakan faktor resiko perilaku penyakit kronis yang dapat dimodifikasi. Mendapatkan tidur yang cukup, membiasakan pola makan yang sehat dan melakukan aktifitas fisik yang cukup mempunyai efek positif terhadap kesehatan fisik dan mental. (Sykes AJ *et. al* 2012)

c. Kebutuhan Gizi Siswa Penerbang

1) Peranan Gizi pada Siswa Penerbang

Pola makan yang seimbang merupakan peran yang penting untuk membangun dan memelihara sel, mengatur fungsi tubuh, dan memasok energi. Peran asupan makanan dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit juga telah diketahui dengan baik, studi terhadap penerbang Angkatan Udara Amerika Serikat (AS) dan penerbang sipil menemukan bahwa penerbang seringkali mempunyai resiko keselamatan yang lebih besar karena mereka cenderung memiliki pola makan yang tidak terstruktur. (Purvis DL *et. al* 2013).

Pola makan dikalangan personel militer mencerminkan asupan makan yang kurang optimal yang menyebabkan rendahnya ketersediaannya energi, distribusi zat gizi makro yang buruk dan

asupan zat gizi mikro yang tidak memadai jika dibandingkan dengan pedoman gizi olahraga atau pedoman diet untuk orang amerika *Dietary Guidelines for America* (DGA). Pola makan berkualitas tinggi dikalangan prajurit dikaitkan dengan kinerja fisik yang lebih tinggi, seperti total nilai tes kebugaran fisik yang lebih tinggi dan waktu yang lebih cepat dalam perjalanan dalam muatan-muatan. Selain itu, penelitian menilai dukungan masyarakat umum bahwa pola makan berkualitas tinggi dikaitkan dengan komposisi tubuh normal dan membantu pemeliharaan berat badan jangka panjang. (Departemen kesehatan dan layanan kemanusiaan AS, Pedoma diet Amerika 2020)

2) Status Gizi Penerbang

Status gizi merupakan suatu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan. Keseimbangan tersebut dapat dilihat dari variabel 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).

Faktor yang mempengaruhi status gizi

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

(a) 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) Pendidikan gizi merupakan suatu proses merubah pengetahuan, sikap dan perilaku orang tua atau masyarakat tentang status gizi yang baik.
- (3) Pekerjaan adalah sesuatu yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan keluarganya. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.
- (4) Budaya adalah suatu ciri khas, akan mempengaruhi tingkah laku dan kebiasaan.

(b) Faktor Internal

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

- (1) 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).
- (2) Usia akan mempengaruhi kemampuan atau pengalaman yang dimiliki orang tua dalam pemberian asupan pada anak dan remaja.
- (3) 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.
- (4) Infeksi dan demam dapat menyebabkan menurunnya nafsu makan atau menimbulkan kesulitan menelan dan mencerna makanan.

(c) Status Kebugaran

Kebugaran fisik adalah salah satu dari beberapa kriteria kelayakan untuk pendaftaran, pengangkatan atau pelantikan militer. Komposisi tubuh adalah parameter utama kelayakan kebugaran fisik

dan dinas militer individu dapat menambahkan ukuran kebugaran fisik tradisional, seperti kapasitas aerobik. Pemeriksaan kekuatan dan ketahanan untuk menyatakan bahwa seorang rekrutan siap menghadapi kerasnya pelatihan dan secara fisik siap untuk pendudukan militer yang telah ditentukan sebelumnya. (Bryant Webber, 2022)

Tren masyarakat yang telah terdokumentasi dengan baik dalam perilaku yang berhubungan dengan kesehatan dan menantang upaya perekrutan militer. Perilaku siswa sekolah menengah AS yang berhubungan dengan kesehatan sebagian besar cenderung ke arah yang kurang sehat. Meskipun konsumsi minuman manis telah menurun namun angka tersebut masih tinggi. Dampak tren ini terhadap kesiapan militer masih belum diketahui, selain itu studi kesiapan siaga sebelumnya tidak berbanding dengan aktifitas fisik. Hal ini juga berhubungan langsung dengan kebugaran fisik yang memprediksi cedera muskuloskeletal terkait pelatihan dan pelepasan pelatihan. (Bryant Webber, 2022).

2. Pengetahuan

a. Definisi

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan ialah hasil kegiatan ingin tahu manusia tentang apa saja melalui cara-cara dan dengan alat-alat tertentu. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula (Darsini et al., 2019)

b. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan Menurut Agnes Grace Florence, (2017) yaitu:

1) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.

2) Massa media / informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (immediate impact) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Majunya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

3) Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan

tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

5) Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali 15 pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu. Pengalaman belajar dalam bekerja yang dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan professional serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang kerjanya.

6) Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia madya, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia madya akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca.

7) Inteligensi

Inteligensi adalah kemampuan untuk belajar dari pengalaman dan beradaptasi dengan, membentuk, dan memilih lingkungan. Inteligensi sering dikaitkan dengan perilaku adaptif dimana seseorang menggunakan pengalaman untuk menanggapi situasi tertentu. Syane Triwulandari, Supardi U.S (2022).

3. Gizi Seimbang

a. Definisi

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 memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kemenkes RI, 2014).

b. Prinsip Gizi Seimbang

Menurut Pemerintah kesehatan Republik Indonesia no.41 tahun 2014 dalam prinsipnya, gizi seimbang terdiri dari empat pilar yaitu:

1) Mengonsumsi Aneka Ragam Pangan

Kontribusi zat gizi dari makanan yang dikonsumsi bervariasi, menjadikan tidak ada jenis makanan tunggal yang dapat menyediakan semua nutrisi secara lengkap, kecuali pada ASI yang merupakan sumber nutrisi komprehensif untuk bayi usia 0-6 bulan. Oleh karena itu, disarankan untuk mengonsumsi berbagai jenis makanan dan memperhatikan variasi warna dalam pola makan.

2) Membiasakan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Penyakit infeksi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi status gizi seseorang secara langsung, terutama anak-anak. Seseorang yang menderita penyakit infeksi akan mengalami penurunan nafsu makan sehingga jumlah dan jenis zat gizi yang masuk ke tubuh berkurang.

3) Melakukan Aktivitas Fisik

Dengan aktivitas fisik, tubuh berupaya untuk menjaga keseimbangan antara kebutuhan zat gizi yang digunakan dan yang diserap, terutama sebagai sumber energi utama. Selain itu, aktivitas fisik juga berperan dalam meningkatkan kelancaran sistem metabolisme tubuh, termasuk metabolisme zat gizi. Untuk meningkatkan tingkat aktivitas fisik, disarankan untuk melakukan olahraga setidaknya 3 kali seminggu dengan durasi 30 menit per sesi. Hal ini bertujuan untuk menjaga keseimbangan zat gizi dalam tubuh.

4) Menjaga Berat Badan Ideal

Salah satu indikator yang menunjukkan bahwa telah terjadi keseimbangan gizi di dalam tubuh adalah memiliki berat badan yang normal dalam Indeks Masa Tubuh (IMT). Pemantauan berat badan dapat dilakukan dengan mengukur berat badan per tinggi badan kuadrat dalam meter.

4. Pengetahuan Gizi Seimbang

a. Definisi

Pengetahuan gizi adalah pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan aman di konsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat pengetahuan gizi yang tidak memadai, kurangnya pengertian tentang kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan akan menimbulkan masalah kecerdasan dan produktivitas. bahwa Pengetahuan gizi memberikan bekal pada remaja bagaimana memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makan berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan. Beberapa masalah gizi dan kesehatan pada saat dewasa sebenarnya bisa diperbaiki pada saat remaja melalui pemberian pengetahuan dan kesadaran tentang kebiasaan makan dan gaya hidup sehat. Permasalahan gizi yang sering

dihadapi oleh remaja adalah masalah gizi ganda (*double burden*), yaitu gizi kurang dan gizi lebih (Jayanti Yunda Dwi dan Novananda, 2017).

b. Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang

Pengetahuan mengenai gizi seimbang bisa diidentifikasi melalui penggunaan metode wawancara atau penyusunan kuesioner yang dirancang secara khusus. Tingkat kedalaman pengetahuan yang ingin diukur dapat disesuaikan dengan kebutuhan atau tingkat spesifik tertentu. Cara pengkategorian dilakukan dengan menetapkan titik potong (*cut-off point*) dari skor yang telah ada. Menurut Arikunto (2016) klasifikasi nilai pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu:

- 1) Baik : Hasil presentase 76% - 100%
- 2) Cukup : Hasil presentase 56%-75%
- 3) Kurang : Hasil presentase <56%

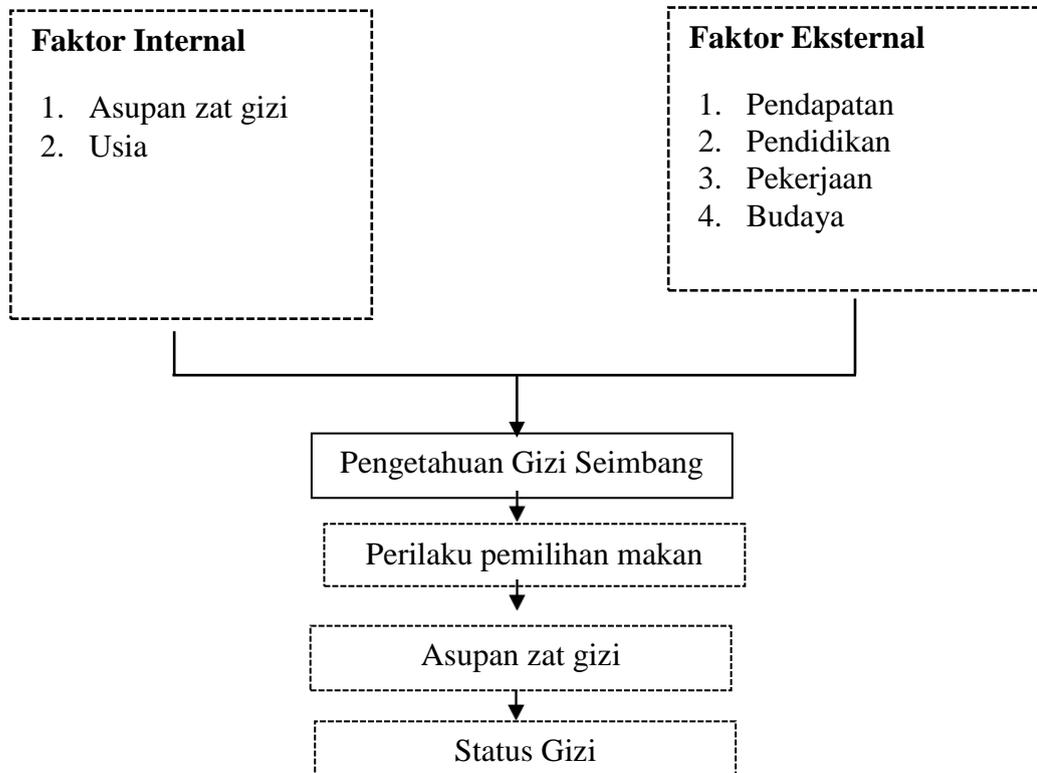
c. Pengetahuan Berkaitan Dengan Status Gizi

Gizi adalah zat zat yang ada dalam makanan dan minuman yang dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energy untuk pertumbuhan badan. Gizi merupakan faktor penting untuk menciptakan sumber daya manusia dan masa depan yang berkualitas. Menurut Emilia (2009) dalam (Jayanti Yunda Dwi dan Novanda, 2017) menyebutkan bahwa pengetahuan gizi memberikan bekal dan bagaimana memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makan berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan. Beberapa masalah gizi dan kesehatan pada saat dewasa sebenarnya bisa diperbaiki pada saat remaja melalui pemberian pengetahuan dan kesadaran tentang kebiasaan makan dan gaya hidup sehat.

Menurut Notoatmodjo (2010) dalam (Fitriani Rika et., al 2020) mengatakan bahwa pengetahuan gizi adalah pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber sumber zat gizi pada makanan, makanan aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat pengetahuan gizi yang tidak memadai, kurangnya pengertian tentang kontribusi gizi dari berbagai

jenis makanan akan menimbulkan masalah kecerdasan dan produktivitas. Menurut Rika Fitriana et., al 2020 menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang gizi dengan status gizi, hubungan yang nyata antara pengetahuan gizi dan status gizi terlihat pada pola konsumsi makanan, semakin baik pengetahuan gizi semakin baik pola konsumsi makanan dan sebaliknya semakin kurang pengetahuan gizi maka akan semakin kurang pola konsumsi. Kesalahan dalam memilih makanan dan kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi akan mengakibatkan timbulnya masalah gizi yang akhirnya berhubungan dengan status gizi.

B. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka teori

Sumber : Marmi, 2013 dan Mardalena, 2017

Keterangan:

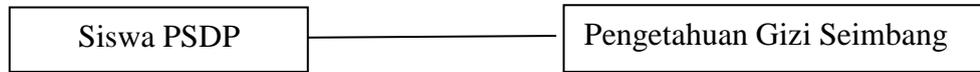


: Diteliti



: Tidak diteliti

C. Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan Jenis penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan yang menggunakan angka dengan desain *cross sectional* karena tidak melakukan intervensi terhadap sampel populasi dan dilakukan kepada seluruh dari populasi.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Wingdik 100/Terbang Lanud Adisutjipto yang berada di Lanud Adisutjipto Yogyakarta. Penelitian dilakukan pada bulan Februari 2024

C. Populasi dan Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa PSDP di wingdik 100/Terbang Lanud Adisutjipto sebanyak 17 orang.

2. Besar Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa PSDP di Wingdik 100/Terbang Lanud Adisutjipto sebanyak 17 orang.

3. Cara pengambilan sampel

Cara Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, dengan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu:

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah Bersedia menjadi responden.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah **Siswa penerbang yang berhenti atau mengundurkan diri pada saat penelitian.**

D. Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini adalah pengetahuan gizi seimbang pada Siswa Sekolah Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) di WINGDIK 100/Terbang Pangkalan Udara (LANUD) Adisutjipto Yogyakarta.

E. Definisi Operasional

**Tabel 3.1 Definisi
Operasional Penelitian**

Nama Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil Ukur/ Kategori	Skala pengukuran
Pengetahuan Gizi Seimbang	Tingkat kedalaman pengetahuan yang ingin diukur dapat disesuaikan dengan kebutuhan atau tingkat spesifik tertentu. (Arikunto, 2016)	Kuesioner pengetahuan gizi seimbang	Kategori pengetahuan gizi seimbang berdasarkan cut off point (Arikunto, 2016) 1. Baik (76%-100%), 2. Cukup (56%-75%) 3. Kurang (<55%)	Ordinal

F. Instrumen Operasional dan Cara Pengumpulan Data

1. Instrumen penelitian

Alat pada waktu penelitian berdasarkan suatu metode. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah:

- a. Form persetujuan responden
- b. Form karakteristik identitas responden

c. Kuesioner pengetahuan gizi seimbang

Kuesioner Berupa 20 soal dengan menggunakan kode 1 – 4 untuk memberikan jawaban yang paling benar untuk menjawab pertanyaan tersebut. Kuesioner pengetahuan gizi seimbang diperoleh dari penelitian Dwi Agus Setyo Wibowo (dengan hasil uji validitas dan realibilitas dengan nilai r hitung (*person correlation*) lebih besar dari nilai r table (0,443) kurang dari 0,05).

d. Cara Penilaian Kuesioner

- 1) Baik : Hasil presentase 76% - 100%
- 2) Cukup : Hasil presentase 56%-75%
- 3) Kurang : Hasil presentase <56%

2. Teknik Pengumpulan Data

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang diambil secara langsung dilapangan meliputi data nilai dan tingkat pengetahuan.

b. Data sekunder merupakan sekumpulan informasi yang telah ada sebelumnya dan digunakan sebagai pelengkap kebutuhan data penelitian meliputi usia, berat badan, tinggi badan.

G. Cara Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian berjudul "Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa Penerbang Prajurit Suka Rela Dinas Pendek (PSDP) Di Wing Pendidikan (Wingdik) 100/Terbang Pangkalan Udara (LANUD) Adisutjipto Yogyakarta" ini adalah analisis deskriptif menggunakan Software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) Univariat yang mendeskripsikan data yang berupa frekuensi, nilai maksimum dan nilai minimum.

H. Etika Penelitian

Ethical Clearance nomor 04/III/2024/KEPKRSBhy di buat di RS Bhayangkara. Menurut Hidayat (2014), etika penelitian diperlukan untuk

menghindari terjadinya tindakan yang tidak etis dalam melakukan penelitian, maka dilakukan prinsip-prinsip sebagai berikut (Hidayat, 2014): Lembar Persetujuan

1. Lembar Persetujuan

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.

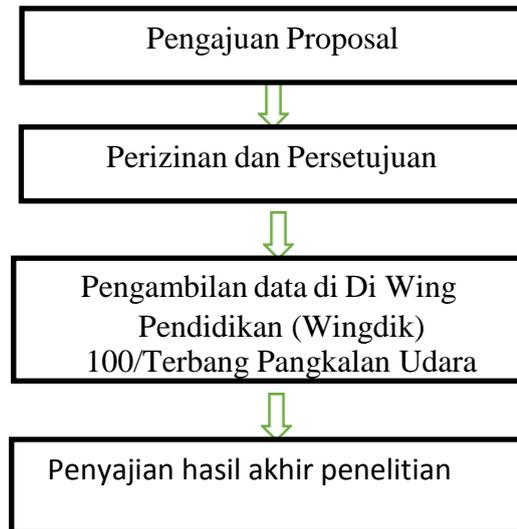
3. Kerahasiaan

Kerahasiaan 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.

I. Jalannya Penelitian



J. Jadwal Penelitian

Tabel 3.2
Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Bulan 2023- 2024									
		Oktr	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	
1	Persiapan Penelitian										
	a. Pengajuan Judul										
	b. Pengajuan Proposal										
	c. Perijinan Penelitian										
2.	Pelaksanaan										
	a. Pengumpulan Data										
	b. Analisis Data										
3.	Penyusunan Laporan										

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Wingdik 100/Terbang Lanud Adisutjipto yang berada di Lanud Adisutjipto Yogyakarta tepatnya di Jalan Raya Solo KM.9, Maguwoharjo, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Daerah penelitian termasuk daerah bersuhu sedang karena merupakan dataran rendah, lokasinya tenang dan privasi jauh dengan keramaian kota, lokasi sangat strategis karena dekat dengan kampus Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto, dekat dengan stasiun akan tetapi melewati pos-pos penjagaan pangkalan udara. Bangunan yang ada di Wingdik 100/Terbang terletak dibidang yang datar serta memiliki kelas yang berjarak cukup jauh sehingga memerlukan alat transportasi dari Mess menuju kelas maupun ke lokasi tempat praktik latihan.

Penelitian ini dilakukan di Wingdik 100/Pangkalan Udara Adisutjipto. Wingdik 100/Terbang Pangkalan Udara (LANUD) Adisutjipto Yogyakarta merupakan tempat siswa penerbang dilatih untuk menjadi penerbang pesawat tempur atau transportasi yang profesional dan andal. WINGDIK 100/Terbang ini didirikan pada tanggal 9 April 1946 dan mempunyai organisasi sendiri yaitu Sayap Pendidikan Penerbangan (Wingdikter) yang berada di bawah kendali Pangkalan Udara Adisutjipto Yogyakarta. Ada dua tipe siswa di Sekolah Penerbangan Pangkalan Udara Wingdik 100/Terbang Adisutjipto. Para siswa tersebut merupakan Siswa Penerbang PSDP yang berpendidikan SMA(Lanud, 2014)

Pada penelitian ini jumlah responden sebanyak 17 orang Siswa PSDP. Data yang diperoleh dari hasil sebaran survei kemudian dianalisis untuk mengetahui frekuensi dan persentase pernyataan pengetahuan Siswa Penerbang. Pengumpulan data penelitian ini terjadi pada bulan Februari 2024. Penelitian ini menghasilkan data yang menggambarkan pengetahuan

gizi seimbang pada Siswa Penerbang Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) di WINGDIK 100/Terbang Pangkalan Udara (LANUD) Adisutjipto Yogyakarta.

2. Karakteristik Responden

Karakteristik responden disajikan dalam tabel 4.1 sebagai berikut.

Tabel 4.1
Karakteristik siswa PSDP

Variable	n	%	Min	Max	Mean
Usia	17	100,0	20	24	21,94
20 tahun	1	-	-	-	-
21 tahun	6	-	-	-	-
22 tahun	5	-	-	-	-
23 tahun	3	-	-	-	-
24 tahun	2	-	-	-	-
Berat Badan	17	100,0	62	85	73,12
Tinggi Badan	17	100,0	169	186	175,65
Nilai	17	100,0	40	85	63,24

Sumber: Data Primer (2024) dan Data Sekunder (2024)

Data primer merupakan data yang diambil secara langsung di lapangan meliputi data nilai dan data tingkat pengetahuan, sedangkan data sekunder merupakan sekumpulan informasi yang telah ada sebelumnya dan digunakan sebagai pelengkap kebutuhan data penelitian meliputi usia, berat badan, tinggi badan. Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden berusia 20-24 tahun dengan sebagian besar responden berusia 21 tahun. Berat badan minimal 62 kg dengan rata-rata berat badan 73,12 kg, sedangkan tinggi badan responden rata-rata 175,65 cm

3. Pengetahuan Gizi Seimbang

Distribusi Pengetahuan gizi seimbang disajikan dalam tabel 4.2 sebagai berikut..

Tabel 4.2 Distribusi Pengetahuan Gizi Seimbang

Variable	n	%	Min	Max	Mean
Tingkat Pengetahuan	-	-	-	-	-
Baik	3	17,6	-	-	-
Cukup	8	47,1	-	-	-
Kurang	6	35,3	-	-	-

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa pengetahuan gizi seimbang pada siswa PSDP di Wingdik 100/Terbang Lanud Adisutjipto terhadap 17 responden nilai kuisioner yang diambil dari penelitian minimal 40 termasuk dalam tingkat pengetahuan gizi seimbang kategori kurang sebanyak 6 responden dengan persentase 35,3 %, kategori cukup terdiri 8 responden dengan persentase 47,1%, dan kategori baik terdiri 3 responden dengan persentase 17,6%. Nilai rata-rata 17 responden adalah 63,24.

B. Pembahasan

Gizi seimbang memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Prinsip lain Gizi Seimbang adalah kesesuaian atau keseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi untuk beraktivitas (Kemenkes RI, 2014).

Sebanyak 17 orang siswa PSDP di Wingdik 100/Terbang dilakukan pengambilan data menggunakan kuisioner pengetahuan gizi seimbang. Dari data hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total sampel sebanyak 17 siswa PSDP, terdapat 3 siswa yang memiliki nilai predikat baik dengan nilai rata-rata 17,6%, kemudian 8 siswa yang memiliki predikat cukup dengan nilai rata-rata 47,1%, dan 6 siswa memiliki predikat kurang dengan nilai 35,3%. Sebagian besar gizi responden normal (80.6%) dan tingkat pengetahuan responden sedang (82.3%) Latar belakang pendidikan seluruh responden yaitu lulusan SMA belum pernah melihat, menerima ataupun membaca informasi tentang PUGS (Pedoman Umum Gizi Seimbang), tersebut memberikan dugaan kuat bahwa siswa PSDP memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang gizi seimbang dikarenakan pola makan Siswa pada saat Pesiar atau Izin Bermalam, masih sering mengkonsumsi makanan cepat saji karena saat di mess tidak pernah mengkonsumsi makanan cepat saji. Sedangkan Siswa PSDP yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik, karena siswa pada saat Pesiar atau Izin Bermalam jarang mengkonsumsi makanan cepat saji, dikarenakan mereka mengetahui bahwa makanan cepat saji kurang baik untuk dikonsumsi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dwi Agus Setyo Wibowo (2022) pada Semaba WARA Skadik 401 A-50 yang menyatakan karakteristik responden berusia 18-22 tahun dengan sebagian responden berusia 20 tahun. Berat badan minimal 46,5 kg dan maksimal 68,5 kg dengan rata-rata berat badan 54,34 kg, sedangkan tinggi badan responden rata-rata 160,69 cm dengan tinggi terendah 153 cm dan tinggi badan tertinggi 168 cm. Sebagian besar gizi responden normal (80,6%) dan tingkat pengetahuan responden sedang (82,3%). Latar belakang pendidikan seluruh responden yaitu lulusan SMA, dengan (71%) belum pernah melihat, menerima ataupun membaca informasi tentang PUGS (Pedoman Umum Gizi Seimbang), sedangkan responden yang mendapatkan informasi tentang PUGS paling banyak didapat dari internet dan petugas Kesehatan (16,1%). Responden paling banyak memiliki kebiasaan membeli makanan bersama orang tuanya (59,7%), dan responden memilih sendiri makanannya (93,5%). Hasil menunjukkan tingkat pengetahuan sedang (82,3%).

Penelitian Arientya (2022) pada Pramugari TNI AU di Mess WARA Kanya Sena 2 Jakarta yang menyatakan bahwa total responden 41 orang sebagian besar responden berusia 23 tahun dan 24 tahun dengan pendidikan terakhir seluruhnya SMA. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa hasil analisis frekuensi mengetahui responden berdasarkan pengetahuan gizi seimbang terdapat 7 orang (17,1%) memiliki pengetahuan gizi baik, ada 20 orang (48,8%) memiliki pengetahuan gizi seimbang cukup, ada 14 orang (34,1%) memiliki pengetahuan gizi seimbang kurang. Berdasarkan penelitian diketahui gambaran pengetahuan gizi seimbang pada pramugari TNI AU di Mess WARA Kanya Sena 2 Jakarta diperoleh 20 orang (48,8%), termasuk dalam kategori cukup dengan nilai rata-rata 53,7. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka pengetahuan yang dimilikinya semakin baik, dan sebaliknya (Marjan, 2018). Faktor pendidikan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan gizi seimbang. Melalui sistem pendidikan yang baik, individu dapat memperoleh

pengetahuan yang cukup tentang gizi seimbang, termasuk pemahaman tentang nilai nutrisi dari makanan, pentingnya pola makan yang seimbang, serta dampaknya terhadap kesehatan secara keseluruhan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan gizi seimbang siswa PSDP Wingdik 100/Terbang adalah cukup dengan persentasi (47,1%) dan nilai rata-rata pengetahuan adalah 63,24.

B. SARAN

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

1. Tingkat pengetahuan gizi seimbang siswa PSDP Wingdik 100/Terbang perlu ditingkatkan agar dapat menambah informasi mengenai gizi seimbang dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti variabel, asupan makan dan aktivitas fisik serta pengaruh pengetahuan gizi seimbang terhadap perilaku pemilihan makanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Djaeni Sediaoetama. 2000. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia Jilid 1*. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.
- Agnes Grace Florence. 2017. *Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tpb Sekolah Bisnis Dan Manajemen Institut Teknologi Bandung*. Universitas Pasundan Bandung.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Ciptad
- Azqinar TC, Himayani R. 2020. *Hubungan Tingkat Pendidikan*. Jurnal Dunia, 9(2).
- Ariyanto, Mirza Hapsari, Lulu Fathnatul Ulya. 2018. *Faktor-Faktor yang mempengaruhi terjadinya Kegemukan pada Anggota TNI AU*. RSPAU Dr. S Hardjolukito.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. 2019. *Pengetahuan*; Artikel Review. Jurnal Keperawatan, 12(1), 97.
- Dewi. 2013. *Pengkategorian Kelompok Pengetahuan Gizi*. Jurnal Siswa Kelas Xii Program Keahlian Jasa Boga yogyakarta 1, 30.
- Departemen Kesehatan dan Layanan Kemanusiaan AS. *Pedoman Diet Untuk Orang Amerika 2020*. edisi ke-9
- Departemen Kesehatan RI. 2017. *Buku Ajar Penilaian Status Gizi*. Depkes RI. Jakarta.
- Dinda Permata Sari. 2018. *Gambaran Pengetahuan Gizi , Asupan Zat Gizi Makro Terhadap Status Gizi Remaja Overweight Di Smp N 26 Palembang*.
- Direktorat Kesehatan TNI AU. 1995. *Dasar-Dasar Ilmu Kesehatan Penerbangan*. Jilid 1.
- Fahmi 2013. *Manajemen Penyakit Berbasis Wilayah*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Fitriani Rika et.,al 2020. *Makro Dengan Status Gizi Pada Siswa The Relationship Between Balanced Nutrition Knowledge, Body Images Sufficiency Level Of Energy and Macro Nutrition With Nutricional Status*.(1)
- Harjatno TP, Par'i HM, W. S. 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian

Kesehatan RI.

- Hidayat, A.A.. 2014. *Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data*. Jakarta : Salemba Medika
- Indarjo Gatot. 2021. Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang, Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2021. Karya Tulis Ilmiah.
- Jayanti Yunda Dwi dan Novananda,N.E 2017. *Hubungan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan status gizi.*, 6(50)
- Juliani Ibrahim, dkk. 2018. *Obesitas Terhadap Tingkat Insiden Hiperkolestrolemia pada karyawan DPRD Provinsi Sulawesi Selatan*. Jurnal Berkala Ilmiah Kedokteran, Vol1, No. 1, Hal : 1 - 12.
- Kemenkes RI. 2014. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. 1–96.
- Kemenkes RI. 2014. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. 1–23.
- Marjan, L.. (2018). Hubungan tingkat pendidikan terhadap tingkat pengetahuan orang tua dalam swamedikasi demam pada anak menggunakan obat paracetamol. Skripsi.Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Marmi. 2013. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Nindya A.A.K. 2023. *Hubungan Citra Tubuh dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Pramugari TNI AU di Mess Wara Kanya Sena 2 Jakarta*. Skripsi Politekkes TNI AU Adisutjipto Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. 2013. *Promosi Kesehatan (Teori dan Aplikasi)*. Rineka Cipta:Jakarta.
- Notoatmodjo, 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Pantaleon, Maria Goreti. 2019. *Hubungan pengetahuan gizi dan kebiasaan makan dengan status gizi remaja putri di SMAN 2 Kota Kupang*. Chmk Health Journal, 3(3), 69–76.
- Prasetyo, I. J., & Wibowo, A. S. 2019. *Aplikasi Navigation System Bagi Siswa Sekolah Penerbang Tni Au Berbasis Multimedia Interaktif (Application Of Navigation System For Indonesian Air Force Flying*. Prosiding SIPTEKGAN XXIII Tahun, 148–157.

- Purvis DL, Lentino CV, Jackson TK, Murphy KJ, Deuster PA. 2013. *Gizi Sebagai Komponen Triad Kinerja: Bagaimana Prilaku Makan Sehat Berkontribusi Terhadap Kinerja Prajurit dan Kesiapan Militer*. Dep Medis Angkatan Darat AS, 66-78.
- Rachmayani, Siti Andina., dkk. 2018. *Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor*. Indonesian Journal of Human Nutrition, Vol. 5 No. 2.
- Sekretaris Angkatan Darat Wangshington. 2022. *Petunjuk Angkatan Darat (Tes Kebugaran Tempur Angkatan Darat)*. Washington, DC: Sekretaris Angkatan Darat Washington.
- Selvi, S., Amisi, M. D., & Sanggelorang, Y. 2022. *Pengetahuan, Sikap dan Praktik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama tentang Gizi Seimbang*. Sam Ratulangi Journal of Public Health, 2 (2), 066.
- Shaliha, T. N. 2022. *Hubungan Pengetahuan Terhadap Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Mahasiswa Di Era Pandemi Covid-19*.
- Sitasari A, Susilo J, H. N. 2022. *Gizi Kesehatan Masyarakat. Global Eksekutif Teknologi*.
- Sykes AJ, Larsen PD, Griffiths RF, Aldington S. 2012. *Sebuah Study Tentang Morbiditas Pilot Maskapai Penerbangan*. Pertunjukkan Aerosp Med Hum, 83(10): 1001-5.
- Wati, D. A., Pratiwi, A. R., Dewi, A. P., & Muharramah, A. 2022. *Pengukuran Indeks Massa Tubuh Sebagai Penentu Status Gizi Dan Konseling Gizi Seimbang Pada Pengunjung Nggeruput (Minggu Meruput) Dalam Rangka Memperingati Hari Gizi Nasional Ke 62 Di Kabupatenpringsewu Tahun 2022*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU), 4(1), 18–22.
- WHO. 2018. *Obesity and Overweight*, Diakses pada 5 Januari 2024..
- Wibowo, D. Agus Setyo. 2023. *Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Siswa Semaba Wara Skadik 401 A-50*.

LAMPIRAN

Lampiran 1. *Informed Consent* Responden**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN
(*Informed Consent*)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

No. Telepon :

Setelah mendapatkan penjelasan mengenai penelitian tentang "Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa PSDP Lanud Adisutjipto". Bersama ini saya menyatakan BERSEDIA / TIDAK BERSEDIA *) untuk menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi D3 Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tni Au Adisutjipto Yayasan Adi Upaya Yogyakarta secara sadar dan sukarela tanpa adanya paksaan dari siapapun.

*) Coret yang tidak perlu

Yogyakarta, 2024
Responden

(.....)

Lampiran 2. Kuisisioner Identitas**KUISISIONER IDENTITAS**

Kode Responden :

Tanggal Pengambilan data :

A. IDENTITAS SAMPEL

1. Nama Lengkap :

2. Tanggal Lahir :

3. Usia :

4. Jenis Kelamin :

5. Alamat :

6. No Tlp/WA :

7. BB :

8. TB :

Lampiran 3. Kuisisioner Pengetahuan Gizi Seimbang

1	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 	
2	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 	
3	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 	
4	Menurut anda, sebaiknya 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 	
5	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 	
6	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 	

7	Konsumsi makanan sumber energi yang melebihi kebutuhan secara terus menerus akan menyebabkan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berat badan berlebihan 2. Kurang gizi 3. Stamina meningkat 4. Tidak tahu 	
8	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 	
9	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 	
10	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 	
11	Konsumsi minyak sehari- hari sebaiknya menggunakan minyak	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lemak jenuh 2. Hewani 3. Nabati 4. Tidak tahu 	
12	Jika seseorang mengkonsumsi lemak dan minyak secara berlebihan akan mengakibatkan	<ol style="list-style-type: none"> 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 	

13	Kelompok makanan berikut ini yang dijadikan sumber Pembangun	<ol style="list-style-type: none"> 1. Protein 2. Vitamin 3. Mineral 4. Tidak tahu 	
14	Yang anda lakukan untuk meningkatkan konsentrasi saat berlatih	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sarapan pagi 2. Minum susu 3. Tidak makan apa-apa 4. Hanya Konsentrasi 	
15	Berapa gelas air minum yang biasa anda konsumsi setiap hari	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak Tahu 2. Minum air 8gelas sehari 3. Minum air setiap haus saja 4. Tidak minum air 	
16	Seberapa seringanda melakukan sarapan pagi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah 2. Tidak tentu 3. Seminggu sekali 4. Setiap hari 	
17	Setiap anda membeli makanan yang dikemas, seberapa sering anda membaca labelnya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah 2. Kadang-kadang 3. Ya, selalu 4. Kalau ingat saja 	
18	Seberapa sering anda mencuci tangansebelum dan sesudahmakan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah 2. Kadang- kadang 3. Selalu 4. Kalau ingat saja 	
19	Untuk menjaga berat badan normal, anda selalu memperhatikan penambahan berat badan secara berkala	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selalu 2. Kadang- kadang 3. Tidak rutin 4. Tidak pernah 	
20	Seberapa sering anda melakukan olahraga di luar jam Latihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah 2. Kadang- kadang 3. 3-5 kali sehari 4. 1 kali seminggu 	

Lampiran 4. Hasil SPSS

Frequencies

Statistics						
		Nilai	Tingkat.Pengetahuan	Usia	Berat.Badan	Tinggi.Badan
N	Valid	17	17	17	17	17
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		63,24	2,18	21,94	73,12	175,65
Median		65,00	2,00	22,00	72,00	175,00
Minimum		40	1	20	62	169
Maximum		85	3	24	85	186

Frequency Table

Nilai					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	40	1	5,9	5,9	5,9
	50	2	11,8	11,8	17,6
	55	3	17,6	17,6	35,3
	60	2	11,8	11,8	47,1
	65	3	17,6	17,6	64,7
	70	3	17,6	17,6	82,4
	80	2	11,8	11,8	94,1
	85	1	5,9	5,9	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

Tingkat.Pengetahuan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	3	17,6	17,6	17,6
	Cukup	8	47,1	47,1	64,7
	Kurang	6	35,3	35,3	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

Usia					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20	1	5,9	5,9	5,9
	21	6	35,3	35,3	41,2
	22	5	29,4	29,4	70,6
	23	3	17,6	17,6	88,2
	24	2	11,8	11,8	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian Kepada Wingdik 100/Terbang.

	<p>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</p>		
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;"> <p>Nomor : B / 20 / II / 2024 / Gz Klasifikasi : Biasa Lampiran : 1 Bendel Perihal : <u>Izin Penelitian</u></p> </td> <td style="width: 50%; text-align: right;"> <p>Yogyakarta, Februari 2024</p> </td> </tr> </table>		<p>Nomor : B / 20 / II / 2024 / Gz Klasifikasi : Biasa Lampiran : 1 Bendel Perihal : <u>Izin Penelitian</u></p>	<p>Yogyakarta, Februari 2024</p>
<p>Nomor : B / 20 / II / 2024 / Gz Klasifikasi : Biasa Lampiran : 1 Bendel Perihal : <u>Izin Penelitian</u></p>	<p>Yogyakarta, Februari 2024</p>		
<p>Kepada Yth. Komandan WINGDIK 100/Terbang Lanud Adisutjipto Yogyakarta di Tempat</p>			
<p>1. Dasar.</p> <p>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.</p> <p>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:</p> <p>a. Nama : Bambang Pamungkas</p> <p>b. NIM : 21220005</p> <p>c. Prodi : D3 Gizi</p> <p>d. Judul Penelitian : Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Penerbangan Prajurit Sukarela Dinas Pondok (PSDP) Wingdik/100 Terbang Pangkalan Udara Lanud Adisutjipto Yogyakarta</p> <p>Adapun untuk konfirmasi kesediaan ijin pelaksanaan Penelitian ke nomor telepon 089512494567 (Bambang Pamungkas)</p> <p>3. Kami lampirkan proposal penelitian sebagai bahan pertimbangan. Demikian atas berkenannya di sampaikan terima kasih.</p>			
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">  Ka, Program Studi D3 Gizi Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi. NIDN. 0508089102 </td> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> 2/4  </div> </td> </tr> </table>		 Ka, Program Studi D3 Gizi Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi. NIDN. 0508089102	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> 2/4  </div>
 Ka, Program Studi D3 Gizi Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi. NIDN. 0508089102	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> 2/4  </div>		
			
<p>CS Dipindai dengan CamScanner</p>			

Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian Kepada Komandan Pangkalan Udara Adisutjipto.

	<p>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</p>		
<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>Nomor : B / 10 / II / 2024 / Gz Klasifikasi : Biasa Lampiran : 1 Bendel Perihal : <u>Izin Penelitian</u></p> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p style="text-align: right;">Yogyakarta, Februari 2024</p> <p style="text-align: center;">Kepada Yth. Komandan Lanud Adisutjipto Yogyakarta di Tempat</p> </td> </tr> </table>		<p>Nomor : B / 10 / II / 2024 / Gz Klasifikasi : Biasa Lampiran : 1 Bendel Perihal : <u>Izin Penelitian</u></p>	<p style="text-align: right;">Yogyakarta, Februari 2024</p> <p style="text-align: center;">Kepada Yth. Komandan Lanud Adisutjipto Yogyakarta di Tempat</p>
<p>Nomor : B / 10 / II / 2024 / Gz Klasifikasi : Biasa Lampiran : 1 Bendel Perihal : <u>Izin Penelitian</u></p>	<p style="text-align: right;">Yogyakarta, Februari 2024</p> <p style="text-align: center;">Kepada Yth. Komandan Lanud Adisutjipto Yogyakarta di Tempat</p>		
<p>1. Dasar.</p> <p style="margin-left: 20px;">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.</p> <p>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:</p> <p style="margin-left: 20px;">a. Nama : Bambang pamungkas b. NIM : 21220005 c. Prodi : D3 Gizi d. Judul Penelitian : Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Penerbangan Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) Wingdik/100 Terbang Pangkalan Udara Lanud Adisutjipto Yogyakarta</p> <p style="margin-left: 40px;">Adapun untuk konfirmasi kesediaan ijin pelaksanaan Penelitian ke nomor telepon 089512494567 (Bambang Pamungkas)</p> <p>3. Kami lampirkan proposal penelitian sebagai bahan pertimbangan. Demikian atas berkenannya di sampaikan terima kasih.</p>			
<table border="0" style="margin-left: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;">  Ka. Program Studi D3 Gizi Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi. NIDN. 0508089102 </td> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;">  </td> </tr> </table>		 Ka. Program Studi D3 Gizi Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi. NIDN. 0508089102	
 Ka. Program Studi D3 Gizi Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi. NIDN. 0508089102			
<p> Dipindai dengan CamScanner</p>			

Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian Kepada Komandan PSDP



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 / 11 / II /2024 / Gz
 Klasifikasi : Biasa
 Lampiran : 1 Bendel
 Penhal : Izin Penelitian

Yogyakarta, Februari 2024

Kepada
 Yth. Komandan PSDP
 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 : Bambang pamungkas
 b. NIM : 21220005
 c. Prodi : D3 Gizi
 d. Judul Penelitian : **Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Penerbangan Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP) Wingdik/100 Terbang Pangkalan Udara Lanud Adisutjipto Yogyakarta**

Adapun untuk konfirmasi kesediaan ijin pelaksanaan Penelitian ke nomor telepon **089512494567 (Bambang Pamungkas)**

3. Kami lampirkan proposal penelitian sebagai bahan pertimbangan. Demikian atas berkenannya di sampaikan terima kasih.



Ka. Program Studi D3 Gizi
Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi.
 NIDN. 0508089102

 Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 8. Surat Keterangan Security Clearance Dari Intel

KODIKLATAU
PANGKALAN TNI AU ADISUTJIPTO

RAHASIA



SURAT KETERANGAN SECURITY CLEARANCE

Nomor : R/SKSC- 3 /VNI/II/2024/Intel

1. Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa :
 - a. Nama : Bambang Pamungkas
 - b. Tanggal Lahir : Klaten, 27 Juli 1987
 - c. Pangkat / NRP : Koptu / 534913
 - d. Jabatan : Mahasiswa Poltekes TNI AU Adisutjipto
 - e. Alamat Rumah : Sakung RT. 02 RW. 03 Butuhan, Delanggu, Klaten
2. Berdasarkan :
 - a. Keputusan Kepala Staf Angkatan Udara Nomor Kep/488/VI/2016 tanggal 2 Juni 2016 tentang Petunjuk Teknis TNI AU tentang Penerbitan Surat Keterangan Security Clearance.
 - b. Surat Komandan Lanud Adisutjipto Nomor B/152-12/17/08/Adi Tanggal 16 Februari 2024 tentang Izin Penelitian dalam rangka menyusun tugas akhir Mahasiswa Program Studi D3 Gizi dengan Judul "Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Penerbangan Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP).
3. Setelah diadakan penelitian, dinyatakan belum ada hal-hal yang memberatkan bagi yang bersangkutan dengan data data sebagai berikut :
 - a. Tujuan : Lanud Adisutjipto
 - b. Keperluan : Ijin Penelitian
 - c. Berlaku : Tanggal 17 Februari 2024



Dikeluarkan di Yogyakarta
Pada tanggal 16 Februari 2024

Letkol Komandan Pangkalan TNI AU Adisutjipto
Kepala Intelijen,

Tommy Wahyu S., S.Si., M.H., M.Han
Letkol Sus NRP 531967

RAHASIA

Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian Dari Komandan Lanud Adisutjipto

ka Intel

KODIKLATAU
PANGKALAN TNI AU ADISUTJIPTO

Yogyakarta, 16 Februari 2024

Nomor : B/152.12/17/08/44
Klasifikasi : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada
Yth. Kepala Program Studi D3 Gizi
Poltekes TNI AU Adisutjipto
di
Yogyakarta

1. Dasar. Surat Kepala Program Studi D3 Gizi Poltekes TNI AU Adisutjipto Yogyakarta Nomor B/10/II/2024/Gz tanggal 14 Februari 2024 tentang izin Penelitian dalam rangka menyusun tugas akhir Mahasiswa program studi D3 Gizi atas nama Bambang Pamungkas, NIM 21220005 dengan judul " Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Penerbangan Prajurit Sukarela Dinas Pendek (PSDP)".

2. Sehubungan dasar tersebut, dengan hormat diberitahukan bahwa Lanud Adisutjipto mengizinkan untuk kegiatan dimaksud. dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan kerja praktik tanggal 17 Februari 2024 sampai dengan selesai.
- b. Laporan kepada Dansatpom untuk pembuatan *Passring* dan Kaintel untuk mendapatkan *Security Clearance* serta berkoordinasi Komandan PSDP Lanud Adisutjipto sebagai Penanggungjawab/Pembimbing.
- d. Mematuhi peraturan/tata tertib yang berlaku di lingkungan Lanud Adisutjipto, serta menerapkan protokol kesehatan.

3. Demikian mohon dimaklumi.


 a.n. Komandan Pangkalan TNI AU Adisutjipto
 Kepala Dinas Personel.
 Satrio
 NRP 528750

Tembusan :

1. Danlanud Adi
2. Dan PSDP
3. Dansatpom Lanud Adi
4. Kaintel Lanud Adi ✓

Lampiran 10. Surat *Ethical Clearance*



KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN R.S BHAYANGKARA POLDA D.I.YOGYAKARTA

Jl. Solo-Yogyakarta KM 14 Sieman
Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia 55571
Phone: 0274-498278 Fax: 0274-49827
Email: kepkrsbhayangkaraiojja@gmail.com

ETHICAL CLEARANCE

Nomor: 04/III/2024/KEPKRSBhy

Berdasarkan surat permohonan ethical clearance dari Bambang Pamungkas tanggal 07 Februari 2024, maka Komite Etik Penelitian Kesehatan R.S Bhayangkara Polda D.I. Yogyakarta telah mengkaji protokol berikut :

Judul Penelitian	: Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa Penerbang Prajurit Suka Rela Dinas Pendek (PSDP) di Wingdik 100/Terbang Pangkalan Udara (Lanud) Adisutjipto Yogyakarta
Peneliti	: Bambang Pamungkas
Pembimbing	: 1. Pristina Adi Rachmawati, S.Gz., M.Gizi. 2. Drs. Zainal Abidin, M.Kes.
Institusi	: Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto Yogyakarta
Tanggal Di Setujui	: 08 Maret 2024
Tempat Penelitian	: RS Bhayangkara Yogyakarta
Masa Berlaku	: 1 (satu tahun)

Dengan ini, Komite Etik Penelitian Kesehatan R.S Bhayangkara Polda D.I Yogyakarta menyatakan bahwa penelitian tersebut diatas telah memenuhi prinsip - prinsip etik. Oleh karena itu penelitian tersebut dapat dilaksanakan.

Komite Etik Penelitian Kesehatan R.S Bhayangkara Polda D.I Yogyakarta memiliki hak untuk memantau kegiatan penelitian setiap saat sampai penelitian selesai dilaksanakan. Peneliti wajib menyampaikan laporan perkembangan penelitian dan menyerahkan laporan akhir penelitian.

Demikian surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.

Yogyakarta, 08 Maret 2024
Ketua, KEPK

RUMAH SAKIT BHAYANGKARA
PATANG TRIYUWANTO
PEMBINA TK I NIP 197202142002121003

Lampiran 11. Dokumtasi Penelitian



(Gambar 1. Saat Penyebaran Kuesioner Pada Responden)



(Gambar 2. Saat Memberikan Penjelasan Pada Responden tentang Pengisian Kuesioner)