

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI DAN KEBIASAAN MAKAN PADA
PRAJURIT TUGAS BELAJAR DI POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU
ADISUTJIPTO**

TUGAS AKHIR

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



MUKHAMAD ANDRIE YULIANTO

NIM 21220016

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

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI DAN KEBIASAAN MAKAN PADA
PRAJURIT TUGAS BELAJAR
DI POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO**

Dipersiapkan dan disusun oleh

MUKHAMAD ANDRIE YULIANTO

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 10 Juli 2024

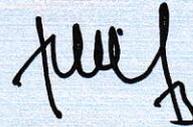
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



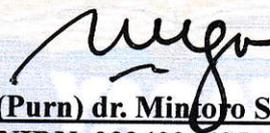
Drs. Zainal Abidin, M.Kes
NIDN. 4706056501

Pembimbing II



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

Ketua Dewan Penguji



Kolonel Kes (Purn) dr. Mintoro Sumego, MS
NIDN. 0324026405

Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

untuk memperoleh gelar Diploma III Gizi

Pada Tanggal 25 / Juli / 2024.

Kepala Program Studi D3 Gizi



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

SURAT PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

Saya menyatakan bahwa tugas Akhir saya yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan pada Prajurit Tugas Belajar di Politeknik Kesehatan TNI AU 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, 10 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



(Mukhammad Andrie Yulianto)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan penyusunan proposal tugas akhir yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan pada Prajurit Tugas Belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto”. Penyusunan proposal tugas akhir ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan Diploma Tiga Program Studi Gizi pada Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto. Penulisan proposal tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan bantuan dari beberapa pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kolonel (Purn) dr. Mintoro Sumego, MS., Direktur Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto yang sudah menjadi pemimpin yang baik bagi semua mahasiswa untuk menuntut ilmu.
2. Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi., Ketua Program Studi Diploma Tiga Gizi dan Dosen Pembimbing yang sudah memberikan dukungan kepada peneliti untuk menyelesaikan proposal tugas akhir;
3. Kolonel (Purn) Drs, Zainal Abidin, M.Kes., Dosen Pembimbing satu yang dengan sabar memberikan bimbingan, saran, dan motivasi kepada peneliti;

Dengan demikian, penulisan proposal tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang membangun sehingga akhir dari laporan proposal tugas akhir ini dapat memberikan manfaat bagi bidang gizi serta penerapan di lapangan agar bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	i
SURAT PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
LEMBAR SINGKATAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Landasan Teori.....	5
B. Kerangka teori.....	14
C. Kerangka Konsep.....	15
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	16
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	16
B. Tempat dan Waktu	16
C. Populasi dan Sampel.....	16
D. Identifikasi Variabel Penelitian	17
E. Definisi Operasional.....	18
F. Instrumen Operasional dan Teknik Pengumpulan Data.....	19
G. Cara Analisis Data.....	20
H. Etika Penelitian	21
I. Jalannya Penelitian.....	21
J. Jadwal Penelitian.....	22

BAB IV	23
HASIL DAN PEMBAHASAN	23
A. Hasil penelitian	23
B. Pembahasan.....	25
BAB V	27
KESIMPULAN DAN SARAN	27
A. Kesimpulan	27
B. Saran	27
DAFTAR PUSTAKA	vi
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	18
Tabel 3.2 Jadwal Penelitian.....	22
Tabel 4.1 Karakteristik Prajurit Tugas Belajar Tingkat I, II, dan III.....	23
Tabel 4.2 Karakteristik Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan.....	24

LEMBAR SINGKATAN

IMT	: Indeks Masa Tubuh
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
TNI	: Tentara Nasional Indonesia
TNI AU	: Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara
WHO	: World Health Organization

ABSTRAK

Latar belakang : Berdasarkan hasil Riskesdas prevalensi status gizi lebih pada orang dewasa dengan pekerjaan PNS/TNI/Polri/Pegawai BUMN pada tahun 2018 sebanyak 20,7% lebih tinggi dari tahun 2010 (15,6%) sedangkan untuk obesitas didominasi pada tahun 2018 (30,5%) dibandingkan dengan tahun 2010 (17,5%). Khususnya Prajurit TNI harus dapat memaksimalkan kemampuan dan meningkatkan kualitas kondisi fisik yang dapat diperoleh dari mempertahankan status gizi normal. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang adalah tingkat pengetahuan gizi dan kebiasaan makan.

Tujuan: Untuk mengetahui Tingkat pengetahuan gizi dan kebiasaan makan Prajurit tugas belajar Poltekkes TNI AU Adisutjipto.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, dengan metode pendekatan *cross sectional* dengan menggunakan total sampling sebanyak 44 responden. Data yang dikumpulkan adalah data primer didapat melalui pengisian kuesioner secara langsung oleh responden .

Hasil : Karakteristik responden bahwa total responden 44 orang sebagian besar responden berusia 25,7 tahun dengan pendidikan terakhir semuanya SMA. Berat badan rata rata responden 71,9 kg dan tinggi badan rata-rata 169,7 cm, memiliki IMT minimal rata-rata sebesar 19,8 kg/m², IMT maksimal 38 kg/m² dengan IMT rata-rata sebesar 24,9 kg/m². Dari hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik 8 orang (18,2%), ada 27 orang (61,4%) dalam kategori cukup, ada 9 (20,5%) orang dalam kategori rendah dengan rata-rata nilai pengetahuan 66,9 dan untuk kebiasaan makan sebagian besar responden mempunyai kebiasaan yang baik ada 21 orang (47,7%) dan dalam kategori kurang baik ada 23 orang (52,3%) dengan nilai rata-rata kebiasaan makan 53,3.

Kesimpulan : Pengetahuan gizi dan kebiasaan makan Prajurit tugas belajar Poltekkes TNI AU Adi Sutjipto cukup untuk pengetahuan gizi dan kurang baik untuk kebiasaan makan.

Kata kunci : Pengetahuan gizi, Kebiasaan makan, Prajurit tugas belajar, Poltekkes TNI AU Adi Sutjipto.

ABSTRACT

Background: Based on the results of Riskesdas, the prevalence of nutritional status in adults with the employment of civil servants/TNI/Polri/SOE employees in 2018 was 20.7% higher than in 2010 (15.6%) while obesity was dominated in 2018 (30.5%) compared to 2010 (17.5%). In particular, TNI soldiers must be able to maximize their abilities and improve the quality of physical conditions that can be obtained from maintaining normal nutritional status. One of the factors that affect a person's nutritional status is the level of nutritional knowledge and eating habits.

Objective: To find out the level of nutritional knowledge and eating habits of the Adisutjipto Air Force Polytechnic.

Methods: This study is a quantitative descriptive research, with a cross sectional approach method using a total sampling of 44 respondents. The data collected is primary data obtained through filling out questionnaires directly by respondents.

Results: Characteristics of respondents that a total of 44 respondents were mostly 25.7 years old with their last education all high school. The average weight of the respondents was 71.9 kg and the average height was 169.7 cm, had an average minimum BMI of 19.8 kg/m², a maximum BMI of 38 kg/m² with an average BMI of 24.9 kg/m². The results of the study showed that most of the respondents had a level of knowledge in the good category of 8 people (18.2%), there were 27 people (61.4%) in the sufficient category, there were 9 (20.5%) people in the low category with an average knowledge score of 66.9 and for eating habits most of the respondents had good habits there were 21 people (47.7%) and in the poor category there were 23 people (52.3%) with an average value of eating habits of 53.3.

Conclusion: Nutrition knowledge and eating habits Soldier of the TNI Air Force Polytechnic Adi Sutjipto's study task is sufficient for nutritional knowledge and not good for eating habits.

Keywords: Nutrition knowledge, Eating habits, Soldier on study duty, TNI AU Adi Sutjipto Polytechnic.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Prajurit adalah warga negara Indonesia yang memenuhi persyaratan yang ditentukan dalam peraturan perundang-undangan dan diangkat oleh pejabat yang berwenang untuk mengabdikan diri dalam dinas keprajuritan. Selain itu prajurit merupakan suatu profesi warga negara yang mengaktualisasikan diri dalam upaya bela negara guna mempertahankan keutuhan wilayah, kedaulatan negara, kehormatan bangsa, melindungi keselamatan rakyat, serta ikut menciptakan perdamaian abadi dan ketertiban dunia. Prajurit berkewajiban menjunjung tinggi kepercayaan yang diberikan oleh bangsa dan negara untuk melakukan usaha pembelaan negara sebagaimana termuat dalam Sumpah Prajurit (Pasal 21 UU Nomor 34 Tahun 2004).

Dalam menjalankan tugas sebagai prajurit TNI ada beberapa tugas pokok yang juga dapat menguras kondisi fisik, kesempataan jasmani dan pemeriksaan kesehatan secara berkala dilakukan dalam jangka waktu 6 bulan sekali (Sartika *et., al* 2017). Menjadi prajurit TNI memerlukan tingkat kebugaran fisik yang tinggi dibandingkan dengan orang biasa karena beban tugasnya yang sangat berat (Rahmi, 2016). Menurut Triono (2019), selain fisik anggota militer juga harus memiliki mental yang sangat baik.

Kelebihan berat badan didefinisikan sebagai penumpukan lemak yang tidak normal di dalam tubuh dan dapat mengganggu kesehatan. Dampak dari kelebihan berat badan dapat membunuh lebih banyak orang dibandingkan orang yang memiliki berat badan kurang. *Underweight* merupakan status gizi yang menggambarkan gizi kurang yaitu pada saat Indeks Massa Tubuh (IMT) kurang dari $18,5 \text{ kg/m}^2$. Seseorang yang

memiliki berat badan Underweight memiliki resiko kematian lebih besar dibandingkan dengan seseorang yang IMTnya normal (WHO, 2018).

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 lebih dari 18 tahun dengan prevalensi berat badan berlebih (13,6%) dan prevalensi obesitas (21,8%), Serta prevalensi kejadian underweight yaitu sebesar 12,1% di Indonesia (Riskesdas, 2013). Di daerah Jawa Tengah prevalensi obesitas 20% (Riskesdas, 2018). Masalah gizi underweight di daerah Jawa tengah berada diatas prevalensi nasional yaitu (21,8%) (Riskesdas, 2013). Berdasarkan hasil Riskesdas prevalensi status gizi lebih pada orang dewasa dengan pekerjaan PNS/TNI/Polri/Pegawai BUMN pada tahun 2018 sebanyak 20,7% lebih tinggi dari tahun 2010 (15,6%) sedangkan untuk obesitas didominasi pada tahun 2018 (30,5%) dibandingkan dengan tahun 2010 (17,5%). Dapat disimpulkan dari hasil tersebut bahwa terjadi peningkatan prevalensi berat badan lebih dan obesitas pada pekerja PNS/TNI/Polri/Pegawai BUMN (Depkes RI, 2018).

Penelitian sebelumnya oleh iswanto (2017) dan Ariyanto (2018) didapatkan gambaran hasil pemeriksaan kesehatan (Rikkes) berkala pada anggota TNI AU di rumah sakit pusat angkatan udara (RSPA) dr. Suhardi Hardjolukito didapatkan 65,9% dan 75,7% mempunyai Indeks Massa Tubuh (IMT) diatas normal.

Berdasarkan penelitian Rachmayani *et.,al* (2018) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi. Sediaoetama (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.

Pengetahuan gizi mencakup dalam pemilihan makanan yang baik dikonsumsi dan salah satu yang dapat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Kesadaran seseorang tentang pentingnya pemilihan makanan yang baik dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan. Usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan keadaan psikologis merupakan tiga variabel yang mempengaruhi karakteristik individu dalam pemilihan makanan (Ningtyas *et.,al* 2018)

Kebiasaan makan merupakan cara atau hal yang sering dilakukan oleh seseorang sebagai karakteristik dari individu dalam memenuhi kebutuhan fisiologis, sosial dan emosional dengan berulang terhadap makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi (Hafiza *et al.*, 2020). Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Abd. Kadir A., *et al* (2016) kebiasaan makan dipengaruhi oleh faktor langsung dan faktor tidak langsung, salah satunya yaitu faktor lingkungan budaya, agama serta pengetahuan, daya beli dan sikap.

Berdasarkan penelitian berupa jenis, jumlah dan frekuensi bahan makanan yang dikonsumsi prajurit TNI harus memperhatikan asupan gizinya yang dibutuhkan yaitu zat gizi makro seperti karbohidrat 60%-75% dari kebutuhan energi total, protein 12% dari kebutuhan energi total dan kebutuhan lemak sebanyak 10-25% dari total kebutuhan energi perhari (Masdarwati, 2022).

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti melakukan observasi terlebih dahulu kepada 10 prajurit tugas belajar TNI AU Adisutjipto dengan cara melakukan pengukuran. Setelah melakukan pengukuran, peneliti mendapatkan hasil dari 10 prajurit terdapat 7 prajurit yang mengalami status gizi lebih atau obesitas dan 3 prajurit dengan status gizi normal.

Melalui uraian latar belakang di atas, sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan gizi dan kebiasaan makan pada Prajurit TNI AU yang sedang melaksanakan tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran pengetahuan gizi dan kebiasaan makan prajurit tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum
 1. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi dan kebiasaan makan prajurit tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto.
2. Tujuan Khusus
 1. Untuk mengetahui pengetahuan gizi prajurit tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto.
 2. Untuk mengetahui kebiasaan makan prajurit tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi dan kebiasaan makan pada prajurit tugas belajar TNI AU Adisutjipto.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Poltekkes TNI AU Adisutjipto

Sebagai penelitian ilmu pengetahuan baru di bidang Kesehatan ilmu gizi khususnya pada prajurit tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto.

- b. Bagi Prajurit Tugas Belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto

Dapat memahami pengetahuan gizi dan kebiasaan makan sehingga dapat mengubah atau mempertahankan status gizi prajurit tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto.

- c. Bagi Institusi TNI AU

Dapat memahami pengetahuan gizi dan kebiasaan makan sehingga dapat mengubah atau mempertahankan status gizi prajurit TNI AU.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Tentara Nasional Indonesia (TNI)

Tentara Nasional Indonesia lahir dalam perjuangan bangsa Indonesia untuk mempertahankan kemerdekaan dari para penjajah. Tentara Nasional Indonesia yang disingkat TNI merupakan nama sebuah angkatan perang dari Negara Indonesia. Peran, fungsi, dan tugas TNI mengalami perubahan sesuai dengan Undang-Undang Nomor: 34 tahun 2004. TNI berperan sebagai alat Negara di bidang pertahanan yang dalam menjalankan tugasnya berdasarkan kebijakan dan keputusan politik Negara. TNI sebagai alat pertahanan Negara, berfungsi sebagai penangkal terhadap setiap bentuk ancaman militer dan ancaman bersenjata dari luar dan dalam negeri terhadap kedaulatan, keutuhan wilayah, dan keselamatan bangsa, penindak terhadap setiap bentuk ancaman sebagaimana dimaksud di atas dan pemilih terhadap kondisi keamanan Negara yang terganggu akibat kekacauan keamanan.

Tugas pokok TNI yaitu menegakkan kedaulatan Negara, mempertahankan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia yang berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945, serta melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dari ancaman dan gangguan terhadap keutuhan bangsa dan Negara.

2. Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara (TNI AU)

TNI AU merupakan kekuatan yang nyata untuk menegakkan hukum terhadap kasus pelanggaran wilayah udara sebagaimana

tercantum dalam dalam penjelasan pasal 8 ayat 1 undang-undang no.1 tahun 2009 bahwa yang dimaksud dengan “melanggar wilayah kedaulatan Negara Kedaulatan Republik Indonesia” adalah memasuki wilayah udara Indonesia tanpa izin dan tidak tertujupada siapa yang dapat melakukan pelanggaran tersebut.

TNI AU mempunyai peran penting dalam menyelenggarakan pertahanan kedaulatan wilayah udara NKRI dalam menghadapi ancaman keamanan udara. Pasal 10 undang-undang no. 34 tahun 2004 tentang tentara nasional indonesia menegaskan bahwa tugas dari TNI AU antara lain adalah melaksanakan tugas TNI matra udara di bidang pertahanan, menegakkan hukum dan menjaga keamanan wilayah yurisdiksi nasional, melaksanakan tugas TNI dalam pengembangan matra udara serta melakukan pemberdayaan wilayah pertahanan udara

3. Masalah Gizi

Masalah gizi merupakan gangguan kesehatan yang terjadi akibat ketidakseimbangan antara asupan dengan kebutuhan tubuh. Masalah gizi yang terjadi pada masa tertentu akan menimbulkan masalah pembangunan di masa selanjutnya, seperti masalah gizi yang terjadi pada masa anak-anak yang dapat mengakibatkan tubuh lebih mudah terserang penyakit. Oleh karena itu anak-anak maupun remaja memerlukan perhatian lebih dalam hal jaminan ketersediaan zat-zat gizi yang dibutuhkan. Keadaan ini akan berlangsung lama dan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak sehingga struktur dan fungsi otak terganggu. Serta gangguan pertahanan tubuh dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu (Cakrawati dan Mustika, 2011).

3. Faktor yang Mempengaruhi Masalah Gizi

Menurut Ilmirh (2015), terdapat 2 faktor yaitu eksternal dan internal.

a. Faktor eksternal meliputi:

- a) Pendapatan, di mana masalah gizi akibat kemiskinan dapat dilihat dari tingkat ekonomi keluarga dan daya beli yang dimiliki keluarga tersebut.
- b) Pendidikan, di mana pendidikan gizi merupakan suatu proses untuk mengubah pengetahuan. Sikap dan perilaku orang tua atau masyarakat agar mencapai status gizi yang baik.
- c) Pekerjaan di mana pekerjaan merupakan hal yang harus dilakukan untuk memenuhi kehidupan keluarga.
- d) Budaya, di mana budaya merupakan ciri khas yang dapat mempengaruhi perilaku dan kebiasaan masyarakat.

b. Faktor internal meliputi:

- a) Usia, dapat mempengaruhi kemampuan atau pengalaman orang tua dalam memberikan nutrisi pada anak balita.
- b) Kondisi fisik, pada saat mereka sakit, sedang dalam proses penyembuhan, atau lanjut usia memerlukan pangan khusus karena kesehatan mereka yang buruk.
- c) Infeksi, di mana infeksi dan demam dapat mengurangi nafsu makan atau menyebabkan kesulitan dalam menelan dan mencerna makanan.

4. Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan adalah suatu hasil tahu dari manusia atas penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segenap apa yang diketahui tentang sesuatu objek tertentu (Suriasumantri dalam Nurroh, 2017). Menurut Notoatmodjo dalam Yuliana (2017), pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya).

Jadi pengetahuan adalah berbagai macam hal yang diperoleh oleh seseorang melalui panca indera.

b. Tingkat pengetahuan

Menurut Sulaiman (2015) tingkatan pengetahuan terdiri dari 4 macam, yaitu pengetahuan deskriptif, pengetahuan kausal, pengetahuan normatif dan pengetahuan esensial. Pengetahuan deskriptif yaitu jenis pengetahuan yang dalam cara penyampaian atau penjelasannya berbentuk secara objektif dengan tanpa adanya unsur subyektivitas. Pengetahuan kausal yaitu suatu pengetahuan yang memberikan jawaban tentang sebab dan akibat. Pengetahuan normatif yaitu suatu pengetahuan yang senantiasa berkaitan dengan suatu ukuran dan norma atau aturan. Pengetahuan esensial adalah suatu pengetahuan yang menjawab suatu pertanyaan tentang hakikat segala sesuatu dan hal ini sudah dikaji dalam bidang ilmu filsafat.

Sedangkan menurut Daryanto dalam Yuliana (2017), pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas yang berbeda-beda, dan menjelaskan bahwa ada enam tingkatan pengetahuan yaitu sebagai berikut:

1) Pengetahuan (*Knowledge*)

Tahu diartikan hanya sebagai *recall* (ingatan). Seseorang dituntut untuk mengetahui fakta tanpa dapat menggunakannya.

2) Pemahaman (*Comprehention*)

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui.

3) Penerapan (*Application*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek tersebut dapat menggunakan dan mengaplikasikan prinsip yang diketahui pada situasi yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu objek.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada. Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki.

6) Penilaian (*Evaluation*)

Yaitu suatu kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek tertentu didasarkan pada suatu kriteria atau norma-norma yang berlaku di masyarakat.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Fitriani dalam Yuliana (2017), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut:

1) Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi proses dalam belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah seseorang tersebut untuk 7 menerima sebuah informasi. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh juga pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini menentukan sikap seseorang terhadap objek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari objek yang diketahui akan menumbuhkan sikap positif terhadap objek tersebut. pendidikan tinggi seseorang didapatkan informasi baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi

yang masuk, semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan.

2) Media massa/sumber informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengetahuan jangka pendek (immediate impact), sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, dan lain-lain yang mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

3) Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau tidak. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada pada lingkungan tersebut. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

5) Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman pribadi ataupun pengalaman orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan.

6) Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak.

d. Cara Mengukur Tingkat Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara menggunakan angket atau wawancara yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoatmodjo, 2010). Mengukur tingkat pengetahuan dapat dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan-pertanyaan, kemudian dilakukan penilaian yaitu nilai 1 untuk jawaban yang benar dan nilai 0 untuk jawaban yang salah. Berdasarkan skala data rasio maka skor pengetahuan yaitu 0 sampai 100 (Arikunto, 2013).

5. Kebiasaan Makan

a. Pengertian

Kebiasaan makan adalah sebuah perilaku yang dilakukan individu atau kelompok terhadap suatu makanan yang sering dimakan. Kebiasaan makan dalam suatu kelompok akan memberikan dampak pada status gizi masyarakat setempat. Oleh karena itu, dalam program perbaikan gizi harus diupayakan agar kebiasaan makan yang baik dapat dilakukan guna menunjang program pemerintah dalam diversifikasi pangan. Sedangkan kebiasaan makan yang jelek harus diganti dengan ide-ide baru untuk menunjang tercapainya gizi masyarakat (Abd. Kadir A, 2016).

Menurut Siagian (2010), ada enam metode yang lazim digunakan untuk menilai konsumsi pangan individu, yaitu: 1) metode ingatan 24 jam. 2) metode pengulangan ingatan 24 jam. 3) metode riwayat makanan. 4) metode penimbangan makanan. 5)

metode riwayat makanan. 6) metode frekuensi konsumsi pangan. Dari keenam metode tersebut bertujuan untuk memperoleh informasi tentang pola kebiasaan makan.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan tidak langsung

1) Faktor lingkungan sosial

Lingkungan sosial memberikan gambaran yang jelas tentang perbedaan-perbedaan kebiasaan makan. Tiap-tiap bangsa dan suku bangsa mempunyai kebiasaan makan yang berbeda-beda sesuai dengan kebudayaan yang dianut secara turun-temurun (Abd. Kadir A, 2016).

2) Faktor lingkungan budaya dan agama

Faktor lingkungan budaya yang berkaitan dengan kebiasaan makan biasanya meliputi nilai-nilai kehidupan rohani dan kewajiban 5 kewajiban sosial. Pada masyarakat ada kepercayaan bahwa nilai spiritual yang tinggi akan dapat dicapai oleh seorang ibu atau anaknya apabila ibu tersebut sanggup memenuhi pantangan-pantangan dalam hal makanan. Agama juga memberikan batasan-batasan tertentu dan pantangan – pantangan untuk setiap agama yang dianut oleh masyarakat (Abd. Kadir A, 2016).

c. Faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan langsung

1) Keluarga

Suasana dalam keluarga, menjadi salah satu faktor kebiasaan makan, hal ini mungkin dilandasi oleh ada atau tidak adanya kebiasaan makan bersama, oleh karena itu kebiasaan makan bersama akhirnya luntur karena tiadanya waktu saling berkumpul, apalagi makan bersama (Khomsan, 2003).

2) Daya beli

Menurut Islamiyati (2014), bahwa usia remaja cenderung akan memilih makanan instan untuk dikonsumsi karena memiliki harga terjangkau. Remaja menjadi sasaran yang tepat untuk pasar makanan karena umumnya remaja mempunyai uang saku, hal ini dimanfaatkan sebaik-baiknya oleh pemasang iklan melalui berbagai media cetak maupun elektronik untuk menarik perhatian remaja.

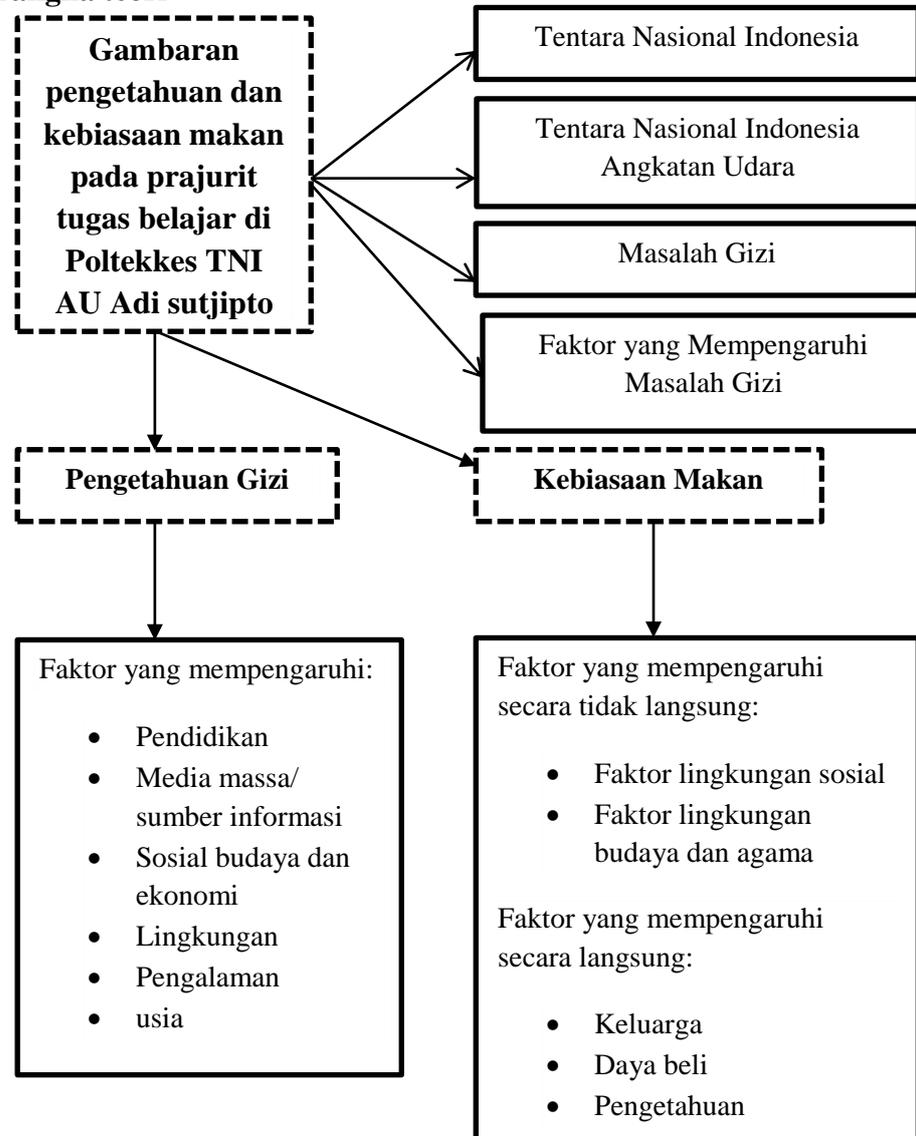
3) Pengetahuan

Tingkat pengetahuan gizi seseorang dapat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengetahuan gizi juga membuat seseorang dapat lebih memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi (Sediaoetama, 2000).

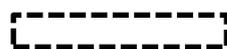
4) Sikap

Remaja yang mendapat pengaruh dari teman sebaya tentu akan memiliki kecenderungan mengkonsumsi mie instan. Ditambah lagi remaja mendapat pengaruh lain dari luar dirinya seperti media massa, uang saku yang relatif rendah dan ketersediaan mie instan disekitar yang tergolong mudah diperoleh harganya terjangkau (Arza, AEI, 2017).

B. Kerangka teori



Keterangan:



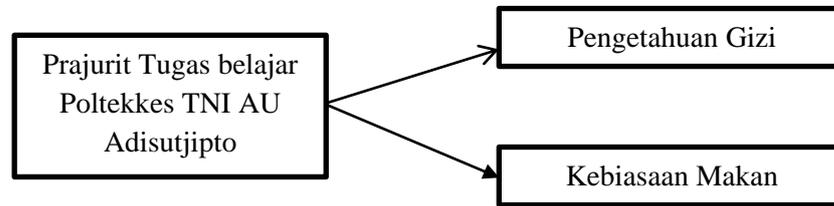
: Variabel yang diteliti



: Variabel yang tidak diteliti

(Abd. Kadir A, 2016). (Suriasumantri dalam Nurroh, 2017).
 (Notoatmodjo dalam Yuliana, 2017). (Fitriani dalam Yuliana, 2017).

C. Kerangka Konsep



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan suatu keadaan secara objektif dengan menggunakan angka dengan desain penelitian cross sectional yang menganalisis data variabel yang dikumpulkan pada satu titik waktu di seluruh populasi sampel yang ditentukan

B. Tempat dan Waktu

1. **Tempat**
Penelitian ini dilaksanakan di Politeknik kesehatan TNI AU Adisutjipto
2. **Waktu**
Pengambilan data pada penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2024

C. Populasi dan Sampel

1. **Populasi**
Populasi dalam penelitian ini adalah prajurit tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adi Sutjipto dengan jumlah 54 prajurit. Jadi, populasi bukan hanya berupa benda namun bias berupa orang dan juga populasi bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek atau subyek yang dipelajari.
2. **Sampel**
Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling, alasan mengambil teknik total sampling adalah karena jumlah populasi yang kurang dari 100 dan dijadikan sampel

penelitian semuanya. Jadi, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 44 orang.

3. Cara Pengambilan Sampel
Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*, alasan mengambil teknik total sampling adalah karena jumlah populasi yang kurang dari 100 dan dijadikan sampel penelitian sebelumnya. Dengan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu :
 - a. Kriteria Inklusi
Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah seluruh prajurit tugas belajar poltekkes TNI AU Adisutjipto yang bersedia menjadi responden.
 - b. Kriteria Eksklusi
Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah prajurit tugas belajar yang sebelumnya sudah dilakukan wawancara dan prajurit tugas belajar yang tidak mengisi data dengan lengkap.

D. Identifikasi Variabel Penelitian

Pengetahuan gizi merupakan hasil dari apa yang diketahui dan dimengerti seseorang dalam memenuhi zat gizinya. Pengetahuan gizi berkaitan dengan status kesehatan seseorang, pengetahuan mengenai zat gizi dan sumber makanan serta fungsinya.

Kebiasaan makan adalah faktor penting yang mempengaruhi status gizi dan kesehatan seseorang dalam perkembangannya. Makanan tidak hanya berfungsi untuk mengenyangkan, tetapi yang lebih penting lagi adalah fungsinya dalam memelihara kesehatan tubuh melalui manfaat zat-zat gizi yang terkandung di dalamnya.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Nama Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur/ Kategori	Skala Pengukuran
Pengetahuan	<p>Pengetahuan adalah suatu hasil tau dari manusia atas penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui.</p> <p>Segenap apa yang diketahui tentang sesuatu objek tertentu (Suriasumantri dalam Nurroh 2017).</p>	<p>Kuisisioner dengan 20 pertanyaan</p>	<p>Baik skor 80-100%. Cukup skor 60-79%. Rendah skor < 60%.</p>	Ordinal
Kebiasaan Makan	<p>Kebiasaan makan adalah sebuah perilaku yang dilakukan individu atau kelompok terhadap suatu makanan yang sering dimakan (Abd. Kadir A, 2016).</p>	<p>Kuisisioner <i>Adolescent Food Habits Checklist</i> (AFHC)</p>	<p>-Kurang baik jika \leq mean -Baik jika $>$ mean</p>	Ordinal

F. Instrumen Operasional dan Teknik Pengumpulan Data

a. Instrumen Operasional

Pada penelitian ini instrumen operasional untuk pengambilan data adalah menggunakan kuesioner. Bagaimana pemahaman tentang pengetahuan gizi dan kebiasaan makan pada Prajurit Tugas Belajar Poltekkes TNI AU Adi Sutjipto, berdasarkan hasil yang didapatkan saat menjawab pertanyaan yang diajukan pada kuesioner yang telah disediakan.

Cara Ukur : Pengisian kuesioner oleh responden.

Alat Ukur : Kuesioner.

Kriteria Objektif :

Pengetahuan Gizi	Kebiasaan Makan
Baik skor 80-100%	Kurang baik jika \leq mean
Cukup skor 60-79%	Baik jika $>$ mean
Rendah skor $<$ 60%	

Kuesioner : Identitas Responden, Pengetahuan gizi dan Kebiasaan makan.

b. Teknik Pengumpulan Data

a) Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung terhadap objek yang diteliti. Data primer dalam penelitian ini yaitu data identitas responden yang terdiri dari nama responden, jenis kelamin dan umur.

b) Data Sekunder adalah data yang diperoleh tidak langsung dari objek penelitian. Data sekunder dalam penelitian ini yaitu alam tempat tinggal, status perkawinan dan jumlah seluruh prajurit tugas belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto.

G. Cara Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data melalui beberapa tahap sebagai berikut:

a. *Editing*

Pada tahap ini peneliti memastikan bahwa semua pertanyaan dan pernyataan dalam kuisisioner telah diisi.

b. *Coding*

Tahap ini dilakukan dengan memberi kode angka pada jawaban responden di dalam kuisisioner untuk mempermudah proses pemasukan dan pengolahan data.

Kode variabel

Pengetahuan Gizi	Kode	Kebiasaan Makan	Kode
Baik	1	Baik	1
Cukup	2	Kurang baik	2
Rendah	3		

c. *Data Entry*

Pada tahap ini peneliti memasukkan jawaban responden dalam bentuk kode ke dalam program komputer.

d. *Cleaning*

Data diperiksa kembali untuk memastikan bahwa data telah lengkap dan tidak ada kesalahan kode dan sebagainya. Kemudian dilakukan koreksi.

2. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis Univariat yang digunakan untuk mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti:

a. Pengolahan data

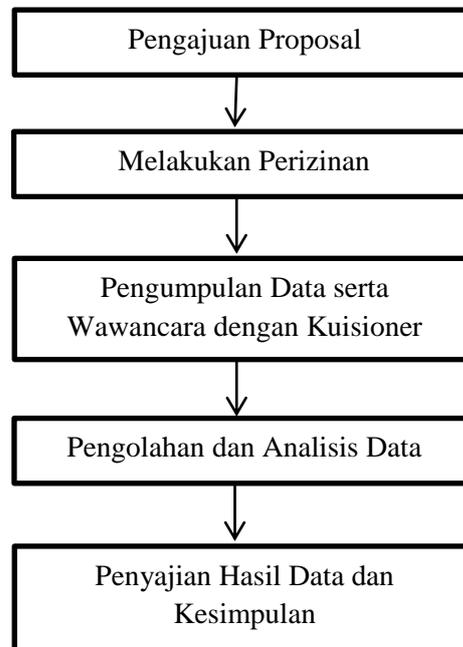
pengetahuan gizi pada prajurit tugas belajar TNI AU Adisutjipto diidentifikasi dalam bentuk baik, cukup, rendah. Dengan mendeskripsikan distribusi frekuensi dan presentase yang disajikan dalam bentuk tabel.

- b. Pengolahan data kebiasaan makan pada prajurit TNI AU Adisutjipto diidentifikasi dalam bentuk sering, sedang, tidak sering. Dengan mendeskripsikan distribusi frekuensi dan presentase yang disajikan dalam bentuk tabel.

H. Etika Penelitian

Sebelum melakukan penelitian peneliti harus mengurus EC (*Ethical Clearance*) dan surat izin terlebih dahulu untuk melakukan penelitian. Saat melakukan penelitian, peneliti memberikan penjelasan dan arahan kepada responden tentang tujuan dan maksud dari peneliti secara langsung. Jika bersedia menjadi responden, maka langkah pertama yaitu, responden diberikan *informed consent* (bentuk pernyataan tertulis dan ditanda tangani responden). Kedua, peneliti menyampaikan keresponden untuk tetap jujur saat mengisi kuisisioner dan disampaikan bahwa kerahasiaan data tetap terjaga. Ketiga, penelitian ini tidak mungkin merugikan responden.

I. Jalannya Penelitian



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian

1.

Gambaran Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Poltekkes TNI AU Adisutjipto yang berada di kawasan TNI AU Lanud Adisutjipto, tepatnya Jl Majapahit (Janti) Blok-R Lanud Adisutjipto.

Tempat penelitian berada dalam kawasan militer, lokasinya tenang dan strategis karena dekat dengan jalan utama provinsi. Mahasiswa mahasiswi Poltekkes TNI AU Adisutjipto ada kurang lebih 200 mahasiswa. Bangunan yang ada di Poltekkes TNI AU Adisutjipto berada di bidang yang datar, akan tetapi memiliki pengawasan yang ketat karena masuk dalam kawasan militer, sehingga untuk mahasiswa atau mahasiswi lebih ditekankan untuk kedisiplinannya.

2.

Karakteristik Responden

Karakteristik responden disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 4.1 Karakteristik Prajurit tugas belajar Tingkat I, II dan III

Karakteristik	Jumlah		Min	Maks	Mean
	N	%			
Usia					
19-24 tahun	20	45,4	23	37	25,7
25-29 tahun	19	43,1			
30-34 tahun	3	6,9			
35-40 tahun	2	4,6			
Pendidikan SMA	44				
Berat Badan (kg)			55	110	71,9
Tinggi Badan			163	185	169,7
IMT (kg/m ²)			19,8	38	24,9

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa total responden 44 orang sebagian besar responden berusia 25,7 tahun dengan pendidikan terakhir semuanya SMA. Berat badan rata rata responden 71,9 kg dan tinggi badan rata-rata 169,7 cm, memiliki IMT minimal rata-rata sebesar 19,8 kg/m², IMT maksimal 38 kg/m² dengan IMT rata-rata sebesar 24,9 kg/m².

3. Karakteristik Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan

Tabel 4.2 Karakteristik Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan

Variabel	Jumlah		
	n	Mean	%
Pengetahuan Gizi			
Baik	8	66,9	18,2
Cukup	27		61,4
Rendah	9		20,5
Jumlah	44		100
Kebiasaan Makan			
Baik	21	53,5	47,7
Kurang Baik	23		52,3
Jumlah	44		100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui hasil analisis frekuensi responden berdasarkan Pengetahuan gizi terdapat 8 orang (18,2%) dalam kategori baik, ada 27 orang (61,4%) dalam kategori cukup, ada 9 orang (20,5%) masuk dalam kategori rendah dengan nilai rata rata 66,9.

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa hasil analisis frekuensi responden berdasarkan variabel Kebiasaan Makan terdapat 21 orang (47,7%) dalam kategori Baik dan ada 23 orang (52,3%) dalam kategori kurang baik dengan nilai rata rata 53,5.

4. Analisis Univariat

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui hasil analisis frekuensi responden berdasarkan Pengetahuan Gizi terdapat 8 orang atau 18,2% dalam kategori baik, terdapat 27 orang 61,4% cukup dan ada 9 orang

atau 20,5% dalam kategori rendah dengan nilai rata-rata 66,9. Adapun hasil analisis frekuensi responden berdasarkan Kebiasaan Makan terdapat 21 orang 47,7% dalam kategori Baik dan ada 23 orang 52,3% dalam kategori kurang baik dengan nilai rata-rata 55,3.

B. Pembahasan

Sebanyak 44 orang Prajurit tugas belajar Poltekkes TNI AU Adisutjipto dilakukan pengambilan data menggunakan kuesioner pengetahuan gizi dan kebiasaan makan. Kuesioner pengetahuan gizi sebelumnya telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas yang hasilnya menyatakan kuesioner valid dan reliable sehingga penelitian dinyatakan benar dan dapat dipertanggung jawabkan. Data kebiasaan makan menggunakan kuesioner *Adolescent Food Habits Checklist (AFHC)* yang dikembangkan oleh Johnson *et.al.* (2002). Kuesioner ini sebelumnya telah digunakan pada beberapa penelitian terdahulu oleh beberapa negara termasuk Indonesia, daftar periksa terbukti memiliki reliabilitas internal dan tes ulang yang tinggi.

Dari hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik 8 orang (18,2%), ada 27 orang (61,4%) dalam kategori cukup, ada 9 (20,5%) orang dalam kategori rendah dengan rata-rata nilai pengetahuan 66,9 dan untuk kebiasaan makan sebagian besar responden mempunyai kebiasaan yang baik ada 21 orang (47,7%) dan dalam kategori kurang baik ada 23 orang (52,3%) dengan nilai rata-rata kebiasaan makan 53,3. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Dewi & Kartini (2017) bahwa pengetahuan gizi merupakan masalah pokok dalam kehidupan sehari-hari. Gizi lebih merupakan salah satu masalah gizi yang mengancam Kesehatan Masyarakat yang sampai saat ini cukup mendapatkan perhatian serius. Gizi lebih terdiri dari overweight dan obesitas. Pengetahuan gizi akan mendasari seseorang dalam menentukan bahan makanan yang sehat dan bergizi juga Jaminah dan Mahmudiono (2018). Ketidaktahuan tentang pengetahuan gizi

menyebabkan perilaku salah dalam menentukan mana saja makanan yang harus dikonsumsi dan harus dihindari. Meskipun demikian, pengetahuan gizi bukan merupakan sebab akibat langsung yang mempengaruhi status gizi lebih karena adanya pengaruh dari lingkungan, teman, dan juga keluarga (Asmini dalam Tepriandy & Rochadi, 2021).

Sebelumnya pernah dikaji oleh (Jayanti dan Novanda, 2019) bahwa kebiasaan makan yang paling umum didapatkan pada makan Bersama keluarga, makan dua kali sehari termasuk sarapan, sering mengkonsumsi makanan ringan dan makanan yang digoreng, tidak mengkonsumsi sayur dan buah, Kebiasaan makan yang kurang baik berawal dari kebiasaan makan keluarga yang tidak baik yang sudah menjadi kebiasaan dari sejak kecil dan terus pada usia remaja hingga dewasa. Kebanyakan kebiasaan makan tanpa melihat kebutuhan zat gizi. Menurut Sari, dkk (2022) perilaku kebiasaan makan yang kurang baik dapat menyebabkan masalah gizi adalah melewati waktu makan satu kali atau lebih setiap harinya, pemilihan makanan selingan (cemilan) yang kurang tepat dan waktu yang tidak teratur. Gizi lebih adalah Dimana keadaan gizi seseorang terjadi ketidak seimbangan yaitu jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh lebih besar dari jumlah energi yang dikeluarkan (Sapira dan Ariani, 2016). Kebiasaan makan dan tingkat pemilihan makanan yang menjadi asupan gizi dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang mengenai gizi. Kebiasaan makan berpengaruh terhadap status gizi, kebanyakan orang membatasi makanan yang mereka makan sesuai dengan apa yang disukai atau biasa dinikmati. Ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran energi mengakibatkan penambahan berat badan (Arisman, 2014).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Tingkatan pengetahuan gizi pada Prajurit tugas belajar Poltekkes TNI AU Adisutjipto adalah cukup dengan presentase 61,4%.
2. Kebiasaan makan Prajurit tugas tugas belajar Poltekkes TNI AU Adisutjipto yaitu kurang baik dengan presentase 52,3%.

B. Saran

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

1. Tingkat pengetahuan dan kebiasaan makan Prajurit tugas tugas belajar Poltekkes TNI AU Adisutjipto perlu ditingkatkan agar dapat menambah informasi tentang pengetahuan gizi yang baik dan kebiasaan makan yang baik untuk menunjang kegiatan kedinasan seorang Prajurit TNI.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti tentang faktor yang lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti asupan makanan prajurit dan pengaruh pengetahuan gizi terhadap pemilihan makanan.
3. Perlu dilakukan penelitian selanjutnya yaitu tentang hubungan pengetahuan gizi terhadap pengaruh kebiasaan makan bagi Prajurit tugas belajar TNI AU Adisutjipto.
4. Pengetahuan Prajurit tugas belajar Poltekkes TNI AU Adisutjipto masih kurang sehingga perlu adanya edukasi, penyuluhan tentang pengetahuan gizi sehingga biasa mempengaruhi kebiasaan makan yang baik untuk Prajurit tugas belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Abd Kadir. 2016. *Kebiasaan Makan Dan Gangguan Pola Makan Serta Pengaruhnya Terhadap Status Gizi Remaja*. Diakses tanggal 5 Januari 2024.
- Achmad Djaeni Sediaoetama. 2000. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia Jilid I*. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.
- Ali khomsan, 2003. *Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta: PT.Rajagrafindo Persada.
- Arikunto S. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyanto, Mirza Hapsari, Lulu Fathnatul Ulya. (2018). *Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Kegemukan pada Anggota TNI AU di RSPAU dr. S Harjolutito*.
- Arza, AEI. 2017. *Faktor-Faktor yang mempengaruhi Konsumsi Mi Instan pada Mahasiswa*. Skripsi Universitas Negeri Padang.
- Cakrawati, Dewi dan Mustika. 2011. *Bahan Pangan, Gizi, dan Kesehatan*. Bandung : Alfabeta.
- Departemen Kesehatan RI. 2017. *Buku Ajar Penilaian Status Gizi*. Depkes RI. Jakarta.
- Dewi, P. L. P., & Kratini, A. (2017). *Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktifitas Fisik, Kebiasaan Makan*. *Journal of Nutrition College*, 6(3).
- Hafiza.D, Utami.A. dan Niriyah.S. 2020. *Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja SMP Ylpi Pekanbaru*. *Jurnal Medika Utama* Vol 02 No. Pp. 332–342.
- Islamiyati Awaln Nur. 2014. *Pengetahuan, Sikap, Tindakan, Konsumsi makanan dan Minuman Instan Pada Siswa Kelas XI Program Keahlian Jasa Boga Sekolah Menengah Kejuruan Negeri*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jaminah, & Mahmudiono, T. (2018). *Hubungan Pengetahuan, Aktifitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Karyawan*. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 9-17
- Johnson, F., J. Wardle, and J. Griffith. 2002. *The Adolescent Food Habits Checklist: Reliability And Validity Of A Measure Of Healthy Eating*

Behaviour. Jurnal In Adolescent: European Journal of Clinical Nutrition, 56(7): 644-649. DOI: <http://dx.doi.org/10.1038/sj.ejcn.1601371>.

Kemenkes RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI. 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.

Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar, Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta.

M Masdarwati, E Kadir, A Imran, ET Handayani. 2022. *AL GIZZAI: PUBLIC HEALTH NUTRITION*. Journal 2 (1).

Ningtyas I, Handayani D, Kusumastuty I. *Pengetahuan Nutrition Facts dan Pemilihan Makanan Kemasan Mahasiswa Obesitas antara Metode Edukasi Personal dan Ceramah*. Amerta Nutr. 2018;2(3):271.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2017. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

NURROH, S. 2017. *FILSAFAT ILMU Studi Kasus: Telaah Buku Filsafat Ilmu (Sebuah Pengantar Populer) oleh Jujun S. Suriasumantri*. FILSAFAT ILMU Studi Kasus: Telaah Buku Filsafat Ilmu (Sebuah Pengantar Populer) Oleh Jujun S. Suriasumantri, 0–23.

Rahmi, E. 2016. Pengaruh Latihan Lari 2mil terhadap peningkatan V02maks dan MVV pada Prajurit TNI Latihan Terprogram dan Tidak Terprogram. Universitas Andalas.

Sartika, J., Rinaldy, A., dan Bustamam. 2017. *Evaluasi Daya Tahan Jantung Paru pada Prajurit TNI AU Kota Sabang Tahun 2016*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, 3(2), 116-124.

Sulaiman, S. 2015. *Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Fisioterapi di SMK Negeri 2 Sibolga Kota Sibolga*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(2).

Tepriandy, S., & Rochadi, R. K. (2021). *Hubungan pengetahuan dan sikap dengan status gizi pada masa pandemi COVID-19*. *TROPHICO: Tropical Public Health Journal*,1(1), 43-49.

Triono, S. D. 2019. *Peranan Olahraga Beladiri Militer Yongmoodo terhadap Kepercayaan Diri Anggota TNI AD*. Jurnal Olahraga, 5(1), 32-38.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2009 tentang Penerbangan.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 34 Tahun 2004 tentang Tentara Nasional Indonesia.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2008 tentang Wilayah Negara.

WHO. 2018. *Obesity and Overweight*. Diakses 5 Januari 2024.

Yuliana, E. 2017. *Analisis Pengetahuan Siswa Tentang Makanan yang Sehat dan Bergizi Terhadap Pemilihan Jajanan di Sekolah*. Diakses pada 05 Januari 2024.

LAMPIRAN

Lampiran 1. 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 / 12 / II / 2024 / Gz
Klasifikasi : Biasa
Lampiran : 1 Bendel
Perihal : Izin Penelitian

Yogyakarta, Februari 2024

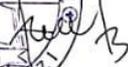
Kepada

Yth. Direktur Poltekkes TNI AU 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 : Mukhamad Andrie Yulianto
 - b. NIM : 21220016
 - c. Prodi : D3 Gizi
 - d. Judul Penelitian : **Gambaran Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan pada Prajurit Tugas Belajar di Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto**Adapun untuk konfirmasi kesediaan ijin pelaksanaan Penelitian ke nomor telepon 081211081736 (Mukhamad Andrie Yulianto)
3. Kami lampirkan proposal penelitian sebagai bahan pertimbangan. Demikian atas berkenannya di sampaikan terima kasih.

Ka. Program Studi D3 Gizi

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

Lampiran 2. Surat *Ethical Clearance*



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



KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION "ETHICAL EXEMPTION"

No.2.26/KEPK/SSG/VIII/2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :

The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Mukhammad Andrie Yulianto

Principal In Investigator

Anggota Peneliti : Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi

Research Members

Nama Institusi : Poltekkes TNI AU Adisutjipto Yogyakarta

Name of the Institution

Dengan Judul :

Title

"Gambaran Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan pada Prajurit Tugas Belajar di Poltekkes TNI AU Adisutjipto"

"Description of Nutritional Knowledge and Eating Habits of Soldiers on Study Duty at the Adisutjipto Indonesian Air Force Health Polytechnic"

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 Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Consents 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 26 Agustus 2024 sampai tanggal 26 Agustus 2025

This declaration of ethics applies during August 26, 2024 the period until August 26, 2025

August 26, 2024
Professor and Chairperson

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



Lampiran 3. Surat selesai penelitian

POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO
UNIT PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



IJIN PENELITIAN
Nomor : SIP/06/ VII /2024/UPPM

- Pertimbangan : Bahwa dalam rangka melaksanakan kegiatan penelitian tugas akhir makaperlu dikeluarkan surat ijin penelitian
- Dasar : Nota dinas No. B/ 12/ II /2024/ Gz tanggal 5 Februari 2024 tentang Pengajuan izin Penelitian Tugas Akhir .

DIIJINKAN

- Kepada : Mukhamad Andrie Yulianto, NIM. 21220016, Mahasiswa Angkatan 2022 Prodi D3 Gizi.
- Untuk : 1. Melaksanakan kegiatan Penelitian dengan Judul Tugas Akhir " Gambaran Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan pada Prajurit Tugas Belajar di Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto" yang berlaku 6 bulan sejak surat ijin penelitian ini dikeluarkan.
2. Adakan koordinasi dengan bagian Unit Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat dan melaksanakan kerja sama yang baik dalam melaksanakan tugas sesuai pedoman.
3. Melaksanakan Surat Ijin Penelitian ini dengan sebaik-baiknya dan penuh rasa tanggung jawab.
- Selesai

Dikeluarkan di Yogyakarta
Pada Tanggal 2 Juni 2024

Ka. Unit Penelitian dan Pengabdian kepada
Masyarakat



Marius Agung Sasmita Jati, S.Si, M.Sc.
NUPK. 00231108

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI DAN KEBIASAAN MAKAN PADA
PRAJURIT TUGAS BELAJAR DI POLTEKKES TNI AU ADI SUTJIPTO**

KODE SAMPEL:

A. Identitas Responden

- Nama Lengkap :
- Pangkat :
- TTL :
- Umur :
- No. Hp :
- Alamat :

B. Data Antropometri

- TB :
- BB :
- IMT :

Lampiran 5. Informend Concent

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Penelitian Berjudul,

GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI DAN KEBIASAAN MAKAN PADA PRAJURIT TUGAS BELAJAR DI POLTEKKES TNI AU ADI SUTJIPTO

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Usia :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian secara sukarela yang akan dilakukan oleh Mukhamad Andrie Yulianto, mahasiswa program studi D3 Gizi Poltekkes TNI AU Adi Sutjipto. Tujuan dilakukannya penelitian ini ialah untuk mengetahui pengetahuan gizi dan kebiasaan makan pada prajurit tugas belajar TNI AU Adi Sutjipto. Manfaat dari penelitian ini diharapkan menjadi sarana informasi dan sumber referensi dalam upaya mengurangi prevalensi kejadian status gizi obesitas pada prajurit tugas belajar TNI AU Adi Sutjipto. Semua berkas yang mencantumkan identitas responden hanya digunakan untuk penelitian dan dijamin kerahasiaannya. Penelitian ini tidak akan berpengaruh neganegativea diri saya dan berguna untuk pengembangan.

Demikian surat pernyataan ini saya tanda tangani tanpa suatu paksaan.

Yogyakarta, Mei 2024

Yang menyatakan,

Tanda Tangan

Lampiran 6. Kuesioner Pengetahuan Gizi

PENGETAHUAN GIZI

1	Makanan yang beraneka ragam terdiri dari....	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nasi, sayuran, buah-buahan, lauk nabati, laukhewani 2. Nasi, sayuran, lauk nabati, buah-buahan, susu 3. Nasi, sayuran, lauk nabati, lauk hewani, susu 4. Tidak tahu 	
2	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 	
3	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 	
4	Menurut anda, terpenuhi gizi bagi prajurit ditandai dengan...	<ol style="list-style-type: none"> 1. Badan yang langsing 2. Badan yang gemuk 3. Berat badan normal 4. Tidak tahu 	
5	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 	
6	Konsumsi makanan sumber energi yang melebihi kebutuhan secara terus menerus akan menyebabkan...	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berat badan berlebih 2. Kurang gizi 3. Stamina meningkat 4. Tidak tahu 	
7	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 	
8	Makanan sumber karbohidrat komplek antaralain...	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sagu, pisang, madu 2. Ubi, pisang, nasi 3. Nasi, kentang, gula 4. Tidak tahu 	
9	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 	
10	Konsumsi minyak sehari-hari sebaiknya menggunakan minyak	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lemak jenuh 2. Hewani 3. Nabati 4. Tidak tahu 	
11	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 	
12	Kelompok makanan berikut ini yang dijadikan sumber pembangun	<ol style="list-style-type: none"> 1. Protein 2. Vitamin 3. Mineral 4. Tidak tahu 	

13	Yang anda lakukan untuk meningkatkan konsentrasi saat bertugas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sarapan pagi 2. Minum susu 3. Tidak makan apa-apa 4. Hanya konsentrasi 	
14	Berapa gelas air minum yang biasa anda konsumsi setiap hari	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak tahu 2. Minum air 8 gelas sehari 3. Minum air setiap haus saja 4. Tidak melakukan apa-apa 	
15	Seberapa sering anda melakukan sarapan pagi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah 2. Tidak tentu 3. Seminggu sekali 4. Setiap hari 	
16	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 	
17	Seberapa sering anda mencuci tangan sebelum dan sesudah makan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah 2. Kadang-kadang 3. Selalu 4. Kalau ingat saja 	
18	Untuk menjaga berat badan normal, anda selalu memperhatikan pertambahan berat badan secara berkala	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selalu 2. Kadang-kadang 3. Tidak rutin 4. Tidak pernah 	
19	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 seminggu 4. 1 kali seminggu 	
20	Manakah yang termasuk sumber lemak nabati	<ol style="list-style-type: none"> 1. Minyak ikan 2. Minyak kambing 3. Minyak wijen 4. Lemak Sapi 	

Lampiran 7. Kuesioner Kebiasaan Makan

KEBIASAAN MAKAN

1	Saya biasanya menghindari makanan yang digoreng	1. Ya 2. Tidak	
2	Saya biasanya makan dessert (Makanan pencuci mulut) atau pudding jika tersedia	1. Ya 2. Tidak	
3	Jika saya makan siang diluar rumah, saya sering memilih makanan yang rendah lemak seperti sayur, buah, dll	1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah makan siang di luar	
4	Saya pasti makan buah dalam sehari minimal satu porsi	1. Ya 2. Tidak	
5	Saya menjaga jumlah asupan lemak agar tetap rendah seperti mengurangi memakan daging sapi dan gorengan	1. Ya 2. Tidak	
6	Jika saya membeli camilan sejenis makanan ringan, keripik kentang atau ciki saya sering memilih yang kadar lemaknya rendah	1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah membeli snack	
7	Saya menghindari banyak makanan cepat saji seperti sosis, burger, kebab	1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah makan makanan cepat saji	
8	Saya sering membeli pasty/croissant, kue kering, cake, dll	1. Ya 2. Tidak	
9	Saya menjaga asupan gula agar tetap rendah, dengan tidak meminum minuman manis	1. Ya 2. Tidak	
10	Saya pasti makan minimal satu porsi sayuran atau salad dalam sehari	1. Ya 2. Tidak	
11	Jika saya makan dessert, saya mencoba makan yang rendah lemak seperti buah, sayur, dll	1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah makan dessert	
12	Saya jarang membeli makanan dari luar rumah	1. Ya 2. Tidak	
13	Saya mencoba banyak makan buah dan sayur	1. Ya 2. Tidak	
14	Saya sering makan makanan ringan yang manis sebagai makanan selingan seperti cake, gulali, dll	1. Ya 2. Tidak	
15	Biasanya saya makan minimal satu porsi sayur (kecuali kentang) atau salad pada makan malam	1. Ya 2. Tidak	

16	Ketika saya membeli minuman ringan biasanya saya memilih yang rendah kalori	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah membeli membeli minuman ringan 	
17	Ketika saya mengoleskan mentega atau margarin ke roti, biasanya saya mengoleskannya dengan tipis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah memakai margarin atau mentega dalam roti 	
18	Jika saya membawa bekal makan siang, biasanya saya menambahkan beberapa coklat atau biscuit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah membawa bekal makan siang 	
19	Ketika saya makan camilan atau makanan ringan sebelum makan, saya sering memilih buah sebagai camilan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah makan cemilan sebelum makan 	
20	Saat makan di restoran saya cenderung memilih makanan penutup yang paling sehat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah makan makanan penutup 	
21	Saya sering menambahkan cream di makanan penutup atau minuman	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak 3. Saya tidak pernah makan makanan penutup 	
22	Saya makan minimal tiga porsi buah hamper setiap minggu	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak 	
23	Saya sering mencoba pola makan sehat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak 	

Lampiran 8. Dokumentasi



Lampiran 9. Analisis SPSS

Statistics

		Pengetahuan	Kebiasaan makan
N	Valid	44	44
	Missing	0	0

Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	8	18.2	18.2	18.2
	Cukup	27	61.4	61.4	79.5
	Rendah	9	20.5	20.5	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

Kebiasaan makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	21	47.7	47.7	47.7
	Kurang Baik	23	52.3	52.3	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

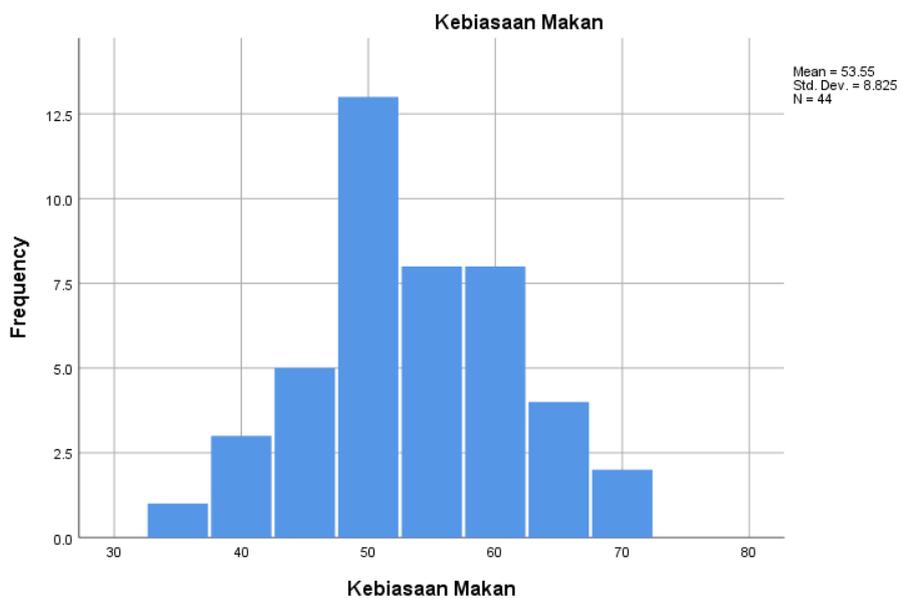
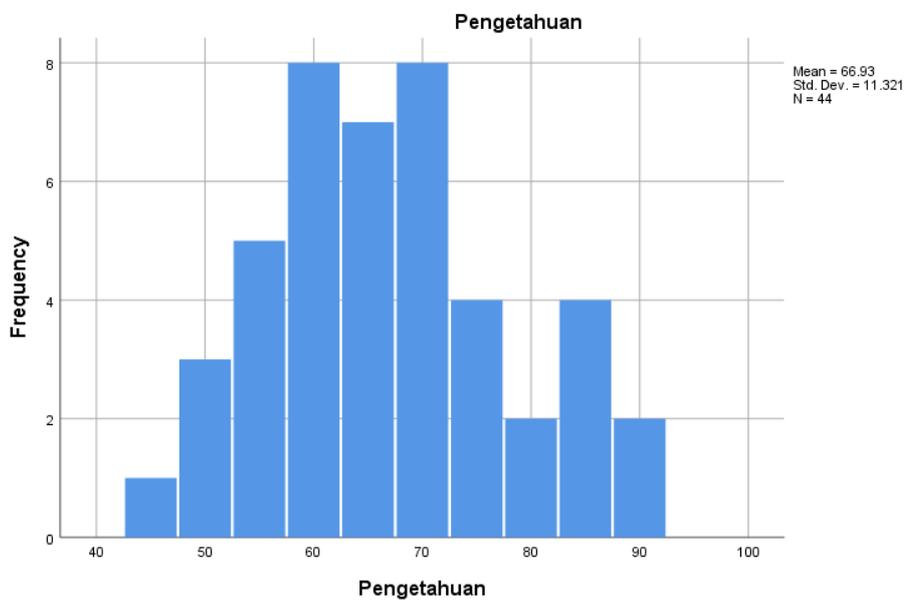
Statistics

		Pengetahuan	Kebiasaan Makan
N	Valid	44	44
	Missing	0	0
Mean		66.93	53.55
Median		65.00	52.50
Std. Deviation		11.321	8.825
Minimum		45	35
Maximum		90	70

Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45	1	2.3	2.3	2.3
	50	3	6.8	6.8	9.1
	55	5	11.4	11.4	20.5
	60	8	18.2	18.2	38.6

65	7	15.9	15.9	54.5
70	8	18.2	18.2	72.7
75	4	9.1	9.1	81.8
80	2	4.5	4.5	86.4
85	4	9.1	9.1	95.5
90	2	4.5	4.5	100.0
Total	44	100.0	100.0	



Case Processing Summary

	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
	Pengetahuan * Kebiasaan Makan	44	100.0%	0	0.0%	44

Pengetahuan * Kebiasaan Makan Crosstabulation

		Kebiasaan Makan			
		Baik	Kurang Baik	Total	
Pengetahuan	Baik	Count	3	5	8
		Expected Count	3.8	4.2	8.0
		% within Pengetahuan	37.5%	62.5%	100.0%
		% within Kebiasaan Makan	14.3%	21.7%	18.2%
		% of Total	6.8%	11.4%	18.2%
	Cukup	Count	13	14	27
		Expected Count	12.9	14.1	27.0
		% within Pengetahuan	48.1%	51.9%	100.0%
		% within Kebiasaan Makan	61.9%	60.9%	61.4%
		% of Total	29.5%	31.8%	61.4%
	Kurang	Count	5	4	9
		Expected Count	4.3	4.7	9.0
		% within Pengetahuan	55.6%	44.4%	100.0%
		% within Kebiasaan Makan	23.8%	17.4%	20.5%
		% of Total	11.4%	9.1%	20.5%
Total	Count	21	23	44	
	Expected Count	21.0	23.0	44.0	
	% within Pengetahuan	47.7%	52.3%	100.0%	
	% within Kebiasaan Makan	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	47.7%	52.3%	100.0%	