

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI  
DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA KESEHATAN  
MASYARAKAT UINSU MEDAN**

**SKRIPSI**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN**

Oleh :

**DELIA NURRAHMAH RANGKUTI**

**NIM: 0801172160**

**SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2023**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI  
DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA KESEHATAN  
MASYARAKAT UINSU MEDAN**

**SKRIPSI**



**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M.)**

**Oleh :**

**DELIA NURRAHMAH RANGKUTI**

**NIM: 0801172160**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2023**

# HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA KESEHATAN MASYARAKAT UINSU MEDAN

**Delia Nurrahmah Rangkuti**

**NIM: 0801172160**

## ABSTRAK

Status kesehatan seseorang sebagian besar dipengaruhi oleh pola makannya. Status gizi merupakan salah satu hal yang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi dan bagaimana pengetahuan tersebut digunakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah status gizi mahasiswa kesehatan masyarakat UINSU Medan dipengaruhi oleh pola konsumsi dan pengetahuan gizi. Metode penelitian: Penelitian ini adalah studi kuantitatif dengan desain *cross-sectional* dan jumlah sampel sebanyak 400 orang. Metode pengambilan sampel acak sederhana digunakan untuk memilih 80 responden sebagai sampel. Melalui jajak pendapat dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Hasil dari penelitian ini: Terdapat nilai *p-value* sebesar 0,045 ( $<0,05$ ) antara pengetahuan mahasiswa kesehatan masyarakat UINSU Medan tentang gizi dengan status gizi, dan terdapat nilai *p-value* sebesar 0,002 ( $<0,05$ ) antara pola konsumsi mahasiswa kesehatan masyarakat UINSU Medan dengan status gizi. Saran: Bermitra dengan tenaga kesehatan atau ahli gizi untuk memberikan penyuluhan status gizi secara berkelanjutan, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap keluhan status gizi.

**Kata Kunci : Pengetahuan, Pola Konsumsi, dan Status Gizi**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

**RELATIONSHIP KNOWLEDGE OF NUTRITION AND CONSUMPTION  
PATTERN WITH NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS OF  
PUBLIC HEALTH UINSU MEDAN**

**Delia Nurrahmah Rangkuti**  
**NIM: 0801172160**

**ABSTRACT**

*A person's health status is largely influenced by their diet. Nutritional status is one of the things that can be influenced by nutritional knowledge and how that knowledge is used. This study aims to determine whether the nutritional status of UINSU Medan public health students is influenced by consumption patterns and nutritional knowledge. Research method: This research is a quantitative study with a cross-sectional design and a sample size of 400 people. Simple random sampling method was used to select 80 respondents as the sample. Through polling and Food Frequency Questionnaire (FFQ). Results of this study: There is a p-value of 0.045 ( $<0.05$ ) between UINSU Medan public health students' knowledge about nutrition and nutritional status, and there is a p-value of 0.002 ( $<0.05$ ) between UINSU Medan public health students' consumption patterns and nutritional status. Suggestion: Partnering with health workers or nutritionists to provide nutritional status counseling on an ongoing basis is expected to increase student awareness of nutritional status complaints.*

**Keywords: Knowledge, Consumption Patterns, and Nutritional Status**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Delia Nurrahmah Rangkuti  
NIM : 0801172160  
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Peminatan : Gizi  
Tempat/Tgl Lahir : Medan, 09 Oktober 1999  
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan  
Status Gizi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU  
Medan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat dari FKM UIN Sumatera Utara Medan adalah skripsi ini, yang merupakan hasil karya asli saya sendiri.
2. Sesuai dengan Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan, saya telah mencantumkan semua sumber yang saya gunakan dalam penulisan ini.
3. Saya bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan apabila di kemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan hasil karya saya sendiri atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

Medan, 15 Februari 2023



Delia Nurrahmah Rangkuti  
NIM: 0801172160

## HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Delia Nurrahmah Rangkuti  
NIM : 0801172160  
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Peminatan : Gizi Masyarakat

### HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA KESEHATAN MASYARAKAT UINSU MEDAN

Dinyatakan bahwa skripsi dari mahasiswa ini telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UINSU Medan).

Medan, 15 Februari 2023  
Disetujui,

**Pembimbing I**  
**Dosen Pembimbing Umum**

**Pembimbing II**  
**Dosen Pembimbing Kajian**  
**Integrasi Keislaman**



**Dr. Nefi Darmayanti, M.Si.**  
**NIP. 196311092001122001**



**Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag.**  
**NIP. 197405172003122003**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

### HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA KESEHATAN MASYARAKAT UINSU MEDAN

Yang Dipersiapkan dan Dipertahankan Oleh:

**DELIA NURRAHMAH RANGKUTI**

**NIM: 0801172160**

Telah Diuji dan Dipertahankan di Hadapan Tim Penguji Skripsi  
Pada Tanggal 15 Februari 2023 dan  
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk Diterima

**TIM PENGUJI**

**Ketua Penguji**

**Yulia Khairina Ashar, S.K.M., M.K.M.**

**NIP. 199307312019032018**

**Penguji I**



**Dr. Nefi Darmayanti, M.Si.**

**NIP. 196311092001122001**

**Penguji II**



**Eliska, S.K.M., M.Kes.**

**NIP. 1100000125**

**Penguji Integrasi Keislaman**



**Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag.**

**NIP. 197405172003122003**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA MEDAN

Medan, 15 Februari 2023

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

**Wakil Dekan**

**Bidang Akademik dan Kelembagaan**



**Dr. Mhd. Furqan, S.Si., M.Comp.Sc.**

**NIP. 198008062006041003**

## DAFTAR RIWAYAT PENULIS

Nama : Delia Nurrahmah Rangkuti  
Tempat /Tanggal lahir : Medan, 09 Oktober 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Status : Menikah  
Agama : Islam  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Alamat : Jalan Ade Irma Suryani, Kecamatan Stabat,  
Kabupaten Langkat, Sumatera Utara  
Alamat Email : delianurrahmahrkt@gmail.com

### DATA PENDIDIKAN

2005 - 2006 : SDN 060800 Medan  
2006 - 2011 : SD Swasta Al-Jama'iyah Medan  
2011 - 2014 : SMP Swasta Al-Ulum Medan  
2014 - 2017 : MAN 1 Medan  
2017 - 2023 : S1 FKM UINSU

### PENGALAMAN ORGANISASI

1. Mengikuti ekstrakurikuler Club Olimpiade Biologi saat SMP.
2. Mengikuti ekstrakurikuler UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) dan Club Olimpiade Kimia saat di MAN.
3. Menjadi mentor di FORMASI (Forum Mahasiswa Berprestasi) saat berkuliah.



## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Kehadirat Allah ta'ala, yang telah memberikan hidayah, rahmat, dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU Medan", senantiasa penulis panjatkan puji dan syukur. Shalawat dan salam kepada Nabi besar Muhammad ﷺ semoga selalu tercurah, semoga kita semua mendapat perlindungannya di hari akhir nanti. Tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dari Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Penulis berpendapat bahwa para pembaca, khususnya mahasiswa kesehatan masyarakat dan masyarakat secara umum, dapat menggunakan skripsi ini sebagai referensi. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan dapat diselesaikan. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

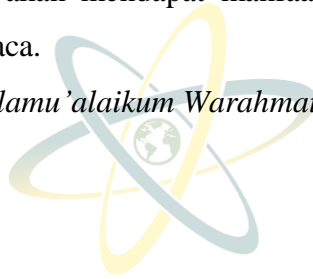
1. Bapak Prof. Dr. H. Abu Rokhmad, M.Ag., selaku Plt. Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Mhd. Furqan, S.Si., M.Comp.Sc., selaku Wakil Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Watni Marpaung, M.A., selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi dan Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Bapak Dr. Salamuddin, M.A., selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
5. Ibu Susilawati, S.K.M., M.Kes., selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Ibu dr. Nofi Susanti, M.Kes., selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

7. Ibu Dr. Nefi Darmayanti, M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan petunjuk, dukungan, serta penuh kesabaran dalam memberikan arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Ibu Eliska, S.K.M., M.Kes., selaku Koordinator Peminatan Gizi Kesehatan Masyarakat sekaligus dosen penguji dalam ujian skripsi ini, yang telah memberikan banyak petunjuk, arahan, dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag., selaku dosen pembimbing Integrasi Keislaman yang telah membimbing, mendorong, dan mendukung penyelesaian skripsi ini.
10. Ibu Yulia Khairina Ashar, S.K.M., M.K.M., selaku ketua penguji pada ujian skripsi ini, yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini dengan memberikan saran, arahan, dan dukungan.
11. Semua Dosen dan Staf Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan bantuan selama penulis melaksanakan perkuliahan.
12. Ucapan terima kasih yang tiada tara untuk kedua orang tua penulis. Untuk Ibu Erlina Hasibuan, S.H., dan Buya Darajat Rangkuti, M.Pd., yang telah menjadi orang tua terbaik di dunia, selalu memberikan dukungan, bimbingan, cinta, perhatian, dan doa, yang jelas tidak dapat penulis balas.
13. Kepada suami tercinta dan terkasih, Ahmad S. Sembiring, S.Kom., yang selalu menyemangati, menemani, dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Kepada anak tersayang, Yumna Nafeeza Sembiring yang selalu menjadi penyemangat dan penyejuk dalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Kepada teman-teman di IKM 5 angkatan 2017 yang telah memberi dukungan untuk penulis, terutama Tiva Saptari, S.K.M., sahabat yang selalu senantiasa membantu penulis sampai akhir.
16. Kepada teman-teman seperjuangan peminatan gizi di Fakultas Kesehatan Masyarakat UINSU yang telah banyak memberikan pengalaman dan kenangan yang menarik.

17. Kepada Arifatul Aini Asnawi adik junior di UKS MAN 1 Medan dan di FKM peminatan Gizi serta mahasiswa/i angkatan 2019 yang telah banyak membantu penulis dalam proses pengerjaan skripsi ini.
18. Dan seluruh orang yang tidak dapat disebutkan satu-persatu namanya yang turut membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Karena keterbatasan kemampuan yang dimiliki, Penulis menyadari bahwa informasi yang disajikan dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penyusunan skripsi ini akan mendapat manfaat dari kritik dan saran yang membangun dari para pembaca.

*Baarakallahu fiikum. Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh .*



Medan, 15 Februari 2023

Delia Nurrahmah Rangkuti  
NIM : 0801172160



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	iv
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	v
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>DAFTAR RIWAYAT PENULIS</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	7
2.1 Konsep Pengetahuan Gizi.....	7
2.2 Konsep Pola Konsumsi.....	8
2.3 Konsep Status Gizi.....	12
2.4 Mahasiswa .....	18
2.5 Kajian Integritas Keislaman.....	18
2.6 Kerangka Teori .....	24
2.7 Kerangka Konsep Penelitian.....	25
2.8 Hipotesa Penelitian.....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	27
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	27

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	27
3.3 Populasi dan Sampel .....	27
3.4 Variabel Penelitian .....	29
3.5 Defenisi Operasional .....	29
3.6 Aspek Pengukuran.....	30
3.7 Uji Validitas dan Reliabelitas .....	31
3.8 Teknik Pengumpulan Data .....	34
3.9 Analisa Data.....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>39</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	39
4.2 Pembahasan .....	45
4.3 Perspektif Islam Tentang Status Gizi .....	50
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>54</b>
5.1 Kesimpulan .....	57
5.2 Saran.....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>62</b>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## DAFTAR GAMBAR

Bagan	
2.1 Kerangka Teori .....	24
2.2 Kerangka Konsep Penelitian .....	25



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## DAFTAR TABEL

### Tabel

3.1	Defenisi Operasional .....	29
3.2	Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan .....	32
4.1	Distribusi Frekuensi Umur Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU ....	40
4.2	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU .....	41
4.3	Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU .....	41
4.4	Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU .....	42
4.5	Distribusi Frekuensi Status Gizi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU	42
4.6	Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU Medan .....	43
4.7	Hubungan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UINSU Medan .....	44

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Lembar Informed Consent.....	63
2. Kuesioner Penelitian .....	64
3. Uji Validitas Dan Reliabilitas .....	68
4. Hasil Penelitian .....	71
5. Dokumentasi Penelitian.....	88



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN