

# Hubungan pola makan dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia reguler angkatan 2016 = Relationship between eating pattern and body mass index (MBI) in 2016's regular nursing students at Faculty of Nursing Universitas Indonesia

Simarmata, Yosefine Julia Agatha, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20456794&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Makan merupakan kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi. Aktivitas makan akan membentuk pola makan dalam kehidupan sehari-hari individu. Indeks massa tubuh IMT berperan dalam penentuan status gizi individu. Penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional dengan menggunakan uji Spearman ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan mahasiswa dengan IMT.

Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 60 mahasiswa reguler angkatan 2016 yang ditentukan berdasarkan simple random sampling. Instrumen yang digunakan adalah Food Recall 24 Hours untuk menghitung jumlah makanan dan Food Frequency Questionnaire untuk tingkat keseringan makan diikuti pengukuran berat dan tinggi badan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara jenis makanan, jumlah konsumsi energi dan protein, dan frekuensi makan dengan IMT  $p=0,408-0,791$ ;  $\alpha=0,05$ . Disarankan diadakan edukasi dan manajemen terkait pola makan yang baik sesuai kebutuhan sehingga kebutuhan gizi harian mahasiswa dapat terpenuhi.

.....Eating food is human basic needs that must be fulfilled. This activity will make an eating pattern in daily human life. Body mass index is one of the indicator for individual's nutrition status. This correlation descriptive study with cross sectional approach using the spearman test aimed to determine the relationship between eating pattern and BMI of nursing student.

The number of samples in this study were 60 students that determined based on simple random sampling. Instrument that used in this research are Food Recall 24 Hours to collect amount of food consumption and Food Frequency Questionnaire for food consumption frequency, followed by weighing and measuring height.

The result of this study indicated that there was no significant correlation between types of food, the amount of energy and protein consumption, and eating frequency with BMI  $p 0,408 0,791 0,05$ . It is recommended to make an education and management about eating pattern that good enough to fulfill the daily students need of nutrition in a day.