



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN KONSUMSI MAKANAN
ULTRA-PROSES SERTA AKTIVITAS FISIK DENGAN
STATUS GIZI PADA MAHASISWA RUMPUN ILMU
KESEHATAN DI UNIVERSITAS ANDALAS**

Oleh :

VICKY RYANA HUTAGALUNG

No. BP. 2011221004

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juni 2024

Vicky Ryana Hutagalung, No. BP. 2011221004

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN KONSUMSI MAKANAN ULTRA-PROSES SERTA AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA MAHASISWA RUMPUN ILMU KESEHATAN DI UNIVERSITAS ANDALAS

xii + 65 halaman, 18 tabel, 2 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan konsumsi makanan ultra-proses serta aktivitas fisik dengan status gizi pada mahasiswa rumpun ilmu kesehatan di Universitas Andalas.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini ialah 146 mahasiswa rumpun ilmu kesehatan di Universitas Andalas yang terdiri dari Fakultas Kedokteran, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Fakultas Keperawatan, Fakultas Farmasi, dan Fakultas Kedokteran Gigi yang diambil dengan teknik *proportional random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan cara pengukuran antropometri, wawancara, dan pengisian kuesioner. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Hubungan variabel diuji menggunakan uji *chi-square* dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan 34,9% mahasiswa memiliki status gizi lebih, 41,1% dengan pengetahuan tentang makanan ultra-proses yang kurang, 50% dengan frekuensi konsumsi makanan ultra-proses yang sering, 50% dengan asupan makanan ultra-proses yang tinggi, dan 40,4% dengan aktivitas fisik yang rendah. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang makanan ultra-proses ($p=0,003$), frekuensi konsumsi makanan ultra-proses ($p=0,01$), asupan makanan ultra-proses ($p=0,01$), dan aktivitas fisik ($p=0,01$) dengan status gizi mahasiswa rumpun ilmu kesehatan di Universitas Andalas.

Kesimpulan

Pengetahuan tentang makanan ultra-proses, frekuensi dan asupan makanan ultra-proses, serta aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi mahasiswa rumpun ilmu kesehatan di Universitas Andalas.

Daftar pustaka : 73 (2000-2024)

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Asupan Makanan Ultra-Proses, Frekuensi Konsumsi Makanan Ultra-Proses, Pengetahuan tentang Makanan Ultra-Proses, Status Gizi.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, June 2024
Vicky Ryana Hutagalung, No. BP. 2011221004**

**THE ASSOCIATION OF KNOWLEDGE, CONSUMPTION OF ULTRA-
PROCESSED FOOD, AND PHYSICAL ACTIVITY WITH NUTRITIONAL
STATUS IN HEALTH SCIENCE STUDENTS AT ANDALAS UNIVERSITY**

xii + 65 pages, 18 tables, 2 pictures, 8 appendices

ABSTRACT

Objective

This study aims to determine the association of knowledge, consumption of ultra-processed food, and physical activity with nutritional status in health science students at Andalas University.

Method

This study is a cross-sectional research study. The sample consisted of 146 health science students at Andalas University consisting of the Faculty of Medicine, Faculty of Public Health, Faculty of Nursing, Faculty of Pharmacy, and Faculty of Dentistry taken with proportional random sampling technique. Research data were collected by anthropometric measurements, interviews, and filling out questionnaires. Data were analyzed univariately and bivariately. The relationship between variables was tested using the chi-square test with a 95% confidence level ($\alpha=0.05$).

Result

The results showed 34,9% of students had more nutritional status. 41,1% with less knowledge about ultra-processed food, 50% with frequent ultra-processed food consumption, 50% with high ultra-processed food intake, and 40,4% low physical activity. There is a significant relationship between knowledge about ultra-processed foods ($p=0,003$), frequency of ultra-processed food consumption ($p=0,01$), ultra-processed food intake ($p=0,01$), and physical activity ($p=0,01$) with the nutritional status of health science students at Andalas University.

Conclusion

Knowledge of ultra-processed foods, frequency and intake of ultra-processed foods, and physical activity have a significant relationship with the nutritional status of health science students at Andalas University.

Reference : 73 (2000-2024)

Keywords : Classification of nutrients, Frequency of Ultra-Processed Food Consumption, Knowledge about Ultra-Processed Food, Physical Activity, Ultra Processed-Food Intake.