

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Makan dan Sikap Memilih Makanan Terhadap Status Gizi Lebih pada Mahasiswa Gizi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA

Shine Luthfiana Agung

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74651&lokasi=lokal>

Abstrak

Gizi lebih merupakan kondisi kompleks yang dapat menyebabkan banyak kontribusi pada kesehatan yang buruk, kualitas hidup yang menurun, gangguan fungsional, penyakit serius, serta kematian lebih besar. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik, pola makan dan sikap memilih makanan pada mahasiswa gizi. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif observasional dengan desain studi cross-sectional. Total sampel penelitian ini 93 mahasiswa gizi Angkatan 2017 dan 2018 di Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode Proportional Stratified Random Sampling. Pengambilan data aktivitas fisik menggunakan kuesioner IPAQ, variabel pola makan menggunakan SQ-FFQ dan variabel sikap memilih makanan menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji statistik Chi-Square dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan (45.2%) mahasiswa mengalami gizi lebih, responden memiliki aktivitas ringan (51.6%), pola makan kurang baik (73.1%), dan sikap negatif memilih makanan (63.4%). Hasil uji statistik chi-square menunjukkan terdapat hubungan antara sikap memilih makanan ($p < 0,05$) dengan status gizi lebih dan tidak terdapat hubungan antara aktifitas fisik dan pola makan ($p > 0,05$ dengan status gizi lebih).