

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI GIZI
2022**

ABSTRAK

DERIS SRI ANJANI

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, KEBIASAAN KONSUMSI BUAH DAN KEBIASAAN KONSUMSI SAYUR DENGAN STATUS GIZI (STUDI PADA MAHASISWA ANGKATAN 2021 PROGRAM STUDI GIZI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS SILIWANGI TAHUN 2022)

Masalah gizi yang terjadi pada mahasiswa dapat disebabkan oleh kurangnya konsumsi buah dan sayur. konsumsi buah dan sayur yang kurang dapat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan gizi. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi buah dan kebiasaan konsumsi sayur dengan status gizi mahasiswa angkatan 2021 Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode survei analitik menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah mahasiswa angkatan 2021 Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi sebanyak 73 orang. Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*, sampel yang memenuhi kriteria sebanyak 68 orang. Data penelitian didapatkan dari pengisian kuesioner tingkat pengetahuan gizi, *Frequency Questionnaire* (FFQ), pengukuran berat badan dan tinggi badan. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*. Hasil uji univariat sebagian besar tingkat pengetahuan gizi pada kategori baik 40 orang (58,8%), sebagian besar kebiasaan konsumsi buah jarang 35 orang (51,5%), sebagian besar kebiasaan konsumsi sayur jarang 39 orang (57,4%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 67 orang (98,5%), sebagian besar usia responden 19 tahun 45 orang (66,2%), sebagian besar tempat tinggal responden di kos atau asrama 40 orang (54,8%). Hasil uji bivariat adalah tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi ($p= 0,379$; $OR=2,438$; $95\%CI=379-15,659$). Ada hubungan antara kebiasaan konsumsi buah dengan status gizi ($p=0,001$; $OR=6,759$; $95\%CI=2,217-20,553$). Ada hubungan antara kebiasaan konsumsi sayur dengan status gizi ($p=0,012$; $OR= 4,472$; $95\%CI=1,493-13,396$). Diharapkan mahasiswa lebih meningkatkan pengetahuannya serta dapat menerapkan dalam mengonsumsi buah dan sayur setiap hari sehingga dapat menunjang status gizi menjadi baik.

Kata kunci: konsumsi buah, konsumsi sayur, mahasiswa, pengetahuan gizi, status gizi

