

## **Gambaran Pengetahuan Gizi pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara**

**Meta Angelia Buntardi<sup>1</sup>, Idawati Karjadidjaja<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Sarjana Kedokteran,  
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

<sup>2</sup> Bagian Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

Korespondensi :

dr. Idawati Karjadidjaja, M.S., Sp.GK.

Bagian Ilmu Gizi

Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

Email : idawatik@fk.untar.ac.id

---

### **ABSTRAK**

Pengetahuan gizi secara luas mengarah pada pengetahuan tentang konsep dan proses-proses yang berhubungan dengan gizi seperti pola dan sumber asupan nutrisi dan termasuk juga masalah kesehatan. Pengetahuan gizi penting untuk diketahui oleh semua orang terutama mahasiswa/i kedokteran dan bidang kesehatan lainnya. Pengetahuan gizi dapat memengaruhi bagaimana seseorang akan bertindak dalam memilih asupan nutrisi yang baik dan buruk serta menjaga kesehatannya. Kurangnya pengetahuan gizi berdampak pada buruknya pemilihan asupan nutrisi dan dapat juga mengarah pada buruknya kesehatan seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menunjukkan gambaran pengetahuan gizi pada mahasiswa/i kedokteran. Penelitian yang dilakukan adalah penelitian dengan desain observasional deskriptif dan menggunakan pendekatan survei. Penelitian dilakukan terhadap 117 responden yang merupakan mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Pemilihan responden didapatkan dengan cara simple random sampling. Pengambilan data dilakukan dengan cara responden melakukan pengisian kuesioner pengetahuan gizi yang terdiri dari 20 pertanyaan. Hasil dari pengisian kuesioner akan dikelompokkan menjadi pengetahuan gizi baik dan kurang. Data akan dianalisis dan diolah dengan uji analisis univariat. Hasil analisis data menunjukkan karakteristik responden yang terbagi dua kelompok berdasarkan jenis kelamin dan terbagi tujuh berdasarkan kelompok umur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 117 responden, 61 (52,1%) responden memiliki pengetahuan gizi yang kurang, sedangkan 56 (47,9%) responden memiliki pengetahuan gizi yang baik.

**Kata kunci:** Pengetahuan Gizi, Mahasiswa Kedokteran, Masalah Kesehatan

### **ABSTRACT**

*Nutritional knowledge broadly leads to knowledge of concepts and processes related to nutrition such as patterns and sources of nutrient intake and includes health problems. Nutritional knowledge is important for everyone, especially medical students and students of other health fields. Nutritional knowledge influences how a person will act in choosing good or bad nutritional intake and maintaining health. Lack of nutritional knowledge has an impact on poor food selection and also leads to poor health. This study aims to identify and describe nutritional knowledge of medical students. This is a descriptive observational study and was conducted on 117 respondents who are the students of faculty of medicine, Tarumanagara university. Respondents were selected and obtained by simple random sampling. Data are collected by filling out a nutritional knowledge questionnaire consisting of 20 questions. The results of the questionnaire will be grouped into good and poor nutritional knowledge. The data was analyzed by a univariate analysis test. The results showed that characteristics of the respondents who were divided into two groups based on gender and divided into seven groups based on age. The results showed that out of 117 respondents, 61 (52,1%) respondents had poor nutritional knowledge, while 56 (47,8%) respondents had good nutritional knowledge.*

**Keywords:** Nutritional knowledge, Medical student, Health problem

## PENDAHULUAN

Secara umum, istilah "pengetahuan gizi" mengarah pada pengetahuan tentang konsep dan proses-proses yang berhubungan dengan gizi, seperti makanan dan kaitannya dengan kesehatan, penyakit, sumber nutrisi, hingga pedoman dan anjuran pola makan.<sup>1</sup> Pengetahuan gizi penting untuk diketahui oleh siapapun, terutama mahasiswa/i kedokteran dan bidang kesehatan lainnya. Tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan primer diharapkan memiliki pengetahuan yang memadai dalam menilai risiko dan keperluan gizi pasien. Hal ini penting untuk memberikan intervensi yang tepat dan sesuai.<sup>2</sup> Sebuah penelitian mengatakan bahwa pengetahuan gizi berhubungan dengan kualitas pola dan pilihan makan dimana hal tersebut dianggap sebagai faktor yang mendorong konsumen untuk memilih makanan yang sehat.<sup>3</sup>

Umumnya, seseorang yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang gizi akan lebih memperhatikan dan memilih makanan berdasarkan jenis, kualitas, dan kandungannya dibanding tampilan makanan tersebut.<sup>4</sup> Seseorang yang memiliki pengetahuan gizi baik juga diharapkan dapat menyesuaikan kebutuhan nutrisi yang tepat dengan jumlah kalori yang diperlukan untuk menjaga kesehatan tubuh tetap optimal sehingga dapat menjalankan aktivitas dan produktivitas sehari-hari dengan baik.<sup>5</sup>

Kurangnya pengetahuan gizi dapat mengarah kepada kurang baik dan tidak seimbang asupan gizi seseorang, hal tersebut bisa berdampak pada masalah kesehatan seperti *underweight* dan *overweight* bahkan obesitas, dimana nantinya bisa menyebabkan timbulnya penyakit-penyakit lain.<sup>6</sup> Sebuah penelitian tentang tingkat pengetahuan gizi pada 220 mahasiswa kedokteran menunjukkan hasil sebanyak 116 (52,3%) orang berpengetahuan rendah, 80 (35,0%) orang berpengetahuan rata-rata dan 44 (11,7%) orang berpengetahuan yang cukup tinggi.<sup>7</sup> Sebuah studi terhadap 158 mahasiswa kedokteran juga pernah dilakukan di salah satu Universitas di Nusa Tenggara Timur, Indonesia untuk menguji pengetahuan mahasiswa tentang gizi.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 99 (62,7%) mahasiswa berpengetahuan cukup, 54 (34,1%)

mahasiswa berpengetahuan kurang dan 5 (3,2%) mahasiswa berpengetahuan baik.<sup>8</sup>

Tinggi rendahnya pengetahuan gizi seseorang dipengaruhi oleh berbagai banyak faktor. Sebuah penelitian pernah dilaksanakan di China untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan gizi seseorang, hasilnya didapatkan karakteristik sosiodemografi seseorang, seperti usia, gender, tingkat pendidikan, pekerjaan, lokasi tempat tinggal dan riwayat penyakit, memiliki hubungan yang bermakna dengan pengetahuan gizi serta kesehatan.<sup>9</sup>

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran pengetahuan gizi pada mahasiswa kedokteran, subjek penelitian ini adalah mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021.

## METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian dengan desain observasional deskriptif dan menggunakan pendekatan survei. Penelitian dilakukan terhadap 117 responden yang merupakan mahasiswa/i angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang sedang menjalankan Blok Sistem Imun dan Infeksi 2022. Pengambilan sampel responden dilakukan dengan cara *simple random sampling*. Penelitian dilaksanakan secara luring pada bulan Desember 2022 dan dilakukan di Gedung J Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta.

Data yang diambil dari responden berupa pengisian kuesioner pengetahuan gizi secara tertulis. Kuesioner pengetahuan gizi terdiri dari 20 pertanyaan yang dibuat oleh peneliti dengan mengacu pada kuesioner-kuesioner gizi yang sudah pernah digunakan dengan modifikasi dan penyesuaian serta telah dilakukan uji validitas kuesioner. Data yang telah didapatkan diolah dan dianalisis dengan analisis univariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil analisis data, didapatkan sebaran jenis kelamin responden yang terdiri dari 2 kelompok yaitu laki-laki dan perempuan. Responden laki-laki sebanyak 28

(23,9%) responden dan perempuan sebanyak 89 (76,1%) responden, seperti yang terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin**

Karakteristik Responden	Mean ± SD atau Frekuensi (%)
Usia (tahun)	20,34 ± 1,2
Jenis Kelamin	
Laki-laki	28 (23,9%)
Perempuan	89 (76,1%)

**Tabel 2 Distribusi Nilai Pengetahuan Gizi Responden**

Karakteristik	Frekuensi (%)
Baik	56 (47,9%)
Kurang	61 (52,1%)
Total	117 (100%)

### Gambaran Pengetahuan Gizi Responden

Gambaran pengetahuan gizi responden didapatkan dari hasil pengisian kuesioner pengetahuan gizi yang terdiri dari 20 pertanyaan terkait gizi mulai dari pengetahuan mikro dan makro nutrisi, sumber makanan sehari-hari dan kandungannya, serta gizi seimbang dimana 1 pertanyaan akan bernilai 1 poin sehingga poin maksimal yang bisa didapatkan adalah 20 poin. Hasil nilai

Hasil analisis data ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di salah satu universitas di Iran dimana pada penelitian tersebut juga didapatkan mayoritas responden berpengetahuan kurang atau rendah.<sup>7</sup> Hal tersebut bisa dikarenakan responden kurang mengingat dan memahami ilmu-ilmu gizi yang telah didapatkan selama mengikuti kuliah sebagai mahasiswa/i kedokteran seperti yang disebutkan oleh Maria, Sidarta, Sangguana, dan Rahel dalam penelitiannya.<sup>8</sup>

Menurut penelitian yang dilakukan Florence, pengetahuan gizi seseorang juga dapat dipengaruhi oleh cara berpikir dan tingkat pengetahuan yang dimiliki.<sup>10</sup> Pada penelitian ini didapatkan usia responden yang beragam, hal tersebut bisa saja memengaruhi pengetahuan dan cara berpikir responden.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, diketahui bahwa pengetahuan gizi yang dimiliki responden beragam dan mayoritas berpengetahuan kurang, yaitu sebanyak 61 (52,1%) orang, sedangkan yang berpengetahuan baik sebanyak 56 (47,9%) orang. Responden disarankan untuk lebih meningkatkan pemahaman dan pengetahuan

kuesioner pengetahuan gizi akan dikelompokkan menjadi 2 yaitu kelompok pengetahuan baik untuk responden yang mendapatkan nilai > 13 poin dan kelompok pengetahuan kurang untuk responden yang mendapatkan nilai ≤ 13 poin. Hasil analisis data terlihat pada Tabel 2 yang menunjukkan mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi, yaitu sebanyak 61 (52,1%) orang.

gizi, karena hal tersebut dapat memengaruhi kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Miller, L. M. S., Cassady, D. L. The effects of nutrition knowledge on food label use. A review of the literature. *Appetite*. 2015;92;p207–216. Available from : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666315002743?via%3Dihub>
2. Bawazir, Z., Alrasheedi, A., Aljehany, B. Nutritional Knowledge and Attitudes among Physician Interns Graduated from King Abdul-Aziz University, Jeddah, Saudi Arabia. *Healthcare* 2022;10;1788. <https://doi.org/10.3390/healthcare10091788>
3. Huang Z, Huang B, Huang J. The Relationship between Nutrition Knowledge and Nutrition Facts Table Use in China: A Structural Equation Model. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(12);6307. Available from : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/article/PMC8296123/>
4. Dewi, S.R. Hubungan antara Pengetahuan Gizi, Sikap Terhadap Gizi, dan Pola Konsumsi Siswa Kelas XII Program Keahlian Jasa Boga di SMKN 6 Yogyakarta. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.

2013. Available from : <https://eprints.uny.ac.id/19392/1/6.pdf>
5. Majid, M., Suherna, Harniati. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Gizi, Body Image, Asupan Energi dan Status Gizi pada Mahasiswa Gizi dan Non Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. 2018;1. Available from : <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes/article/download/99/93/>
6. Laswati, Dyah. Masalah Gizi dan Peran Gizi Seimbang. *Agrotech : Jurnal Ilmiah Teknologi Pertanian*. 2019;2;p69-73. Available from : [https://www.researchgate.net/publication/339381803\\_MASALAH\\_GIZI\\_DAN\\_PERAN\\_GIZI\\_SEIMBANG](https://www.researchgate.net/publication/339381803_MASALAH_GIZI_DAN_PERAN_GIZI_SEIMBANG)
7. Dolatkah, N., Aghamohammadi, D., Farshbaf-Khalili, A. et al. Nutrition knowledge and attitude in medical students of Tabriz University of Medical Sciences in 2017–2018. *BMC Res Notes*. 2019;12(757). Available from : <https://bmresnotes.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13104-019-4788-9#citeas>
- 11.
8. Charina, M., Sagita, S., Koamesah, S., & Woda, R. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal (CMJ)*. 2022;10(1);p197-204. Available from : <https://ejournal.undana.ac.id/index.php/CMJ/article/view/6829>
9. Wu Y, Wang S, Shi M, Wang X, Liu H, Guo S, Tan L, Yang X, Wu X, Hao L. Awareness of nutrition and health knowledge and its influencing factors among Wuhan residents. *Front Public Health*. 2022;5;10:987755. Available from : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9580461/>
10. Florence, A.G. 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa TPB Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi Bandung. Skripsi: Universitas Pasundan Bandung. 2017. Available from : <http://repository.unpas.ac.id/29841/>