

**HUBUNGAN POLA MAKAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI
DENGAN KEMAMPUAN KOGNITIF PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN
INDONESIA ANGKATAN 2017 TAHUN 2020**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana
Kedokteran (S.Ked) Pada Program Studi Pendidikan Sarjana Kedokteran
Universitas Kristen Indonesia**

Oleh

DEANITA AMPULEMBANG

1761050023



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN SARJA KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2021**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Deanita Ampulembang
NIM : 1761050023
Program Studi : Pendidikan Sarjana Kedokteran
Fakultas : Kedokteran

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis tugas akhir yang berjudul "HUBUNGAN POLA MAKAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI DENGAN KEMAMPUAN KOGNITIF PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA ANGKATAN 2017 TAHUN 2020" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tugas akhir ini dianggap batal.

Jakarta, 26 Oktober 2021


10000
METERAN
TEMPEL
071BAJX439290878
(Deanita Ampulembang)



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR
HUBUNGAN POLA MAKAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI
DENGAN KEMAMPUAN KOGNITIF PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN
INDONESIA ANGKATAN 2017 TAHUN 2020

Oleh :

Nama : Deanita Ampulembang
NIM : 1761050023
Program Studi : Pendidikan Sarjana Kedokteran

telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Sidang Tugas Akhir guna mencapai gelar Sarjana Strata Satu pada program studi Pendidikan Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia.

Jakarta, 26 Oktober 2021

Menyetujui:

Pembimbing I

dr. Nur Nunu Prihantini Sinaga, M.Si
NIP. 091687

Ketua Progam Studi Pendidikan
Sarjana Kedokteran

Dra. Lucia Sri Sunarti, M.S
NIP. 861261

Dekan

Dr. dr. Robert Hotman Sirait, Sp.An
NIP. 031545



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN

PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR

Pada 16 September 2021 telah diselenggarakan Sidang Tugas Akhir untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Pendidikan Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia, atas nama:

Nama : Deanita Ampulembang
NIM : 1761050023
Program Studi : Pendidikan Sarjana Kedokteran
Fakultas : Kedokteran

termasuk ujian Tugas Akhir yang berjudul "HUBUNGAN STRES TERHADAP POLA MAKAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA ANGKATAN 2017 TAHUN 2020" oleh tim penguji yang terdiri dari:

Nama Penguji	Jabatan dalam Tim Penguji	Tanda Tangan
1 dr. Louisa A. Langi, M.Si, MA	Sebagai Dosen Penguji	

Jakarta, 26 Oktober 2021



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

Pernyataan dan Persetujuan Publikasi Tugas Akhir

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Deanita Ampulembang
NIM : 1761050023
Program Studi : Pendidikan Sarjana Kedokteran
Fakultas : Kedokteran
Jenis Tugas Akhir : Strata 1
Judul : Hubungan Pola Makan Gizi Seimbang Dan Status Gizi Dengan Kemampuan Kognitif Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2017 Tahun 2020

Menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya/kami mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Noneksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih hak cipta.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundangan-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Dibuat di Jakarta

Pada tanggal 26 Oktober 2021

Yang menyatakan,

(Deanita Ampulembang)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas Kasih dan RahmatNya penulis dapat menyelesaikan Skripsi Penelitian yang berjudul “Hubungan Pola Makan Gizi Seimbang Dan Status Gizi Dengan Kemampuan Kognitif Pada Mahasiswa Universitas Kristen Indonesia Fakultas Kedokteran Angkatan 2017”. Penulisan penelitian ini dibuat dan disusun sebagai tugas akhir penulis, dan bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Kristen Indonesia dan untuk menambah wawasan yang berkaitan dengan judul penelitian penulis.

Penulis menyadari bahwa selama belajar di program studi Sarjana Kedokteran Universitas Kristen Indonesia, penulis mendapat banyak ilmu dan pelajaran yang bermanfaat bagi kehidupan. Dalam proses pembuatan skripsi ini penulis dapat menyelesaikan dengan baik karena bantuan dari banyak pihak. Maka dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. dr. Robert Hotman Sirait, Sp.An selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Indonesia yang telah mengeluarkan kebijakan-kebijakan yang bijaksana dan turut membantu kelancaran proses perkuliahan penulis.
2. DR. Muhammad Alfarabi, S.Si, M.Si selaku Ketua Tim Skripsi tahun 2020 beserta anggota Tim Skripsi yang telah mengkoordinir pembagian dosen pembimbing dan Menyusun Buku Pedoman Penulisan dan Penilaian Skripsi sebagai pedoman dalam menuliskan skripsi ini.
3. dr. Nur Nunu Prihantini Sinaga, M.Si sebagai dosen pembimbing penulis yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk membimbing dan memberi pengarahan dalam penyusunan penelitian skripsi ini.

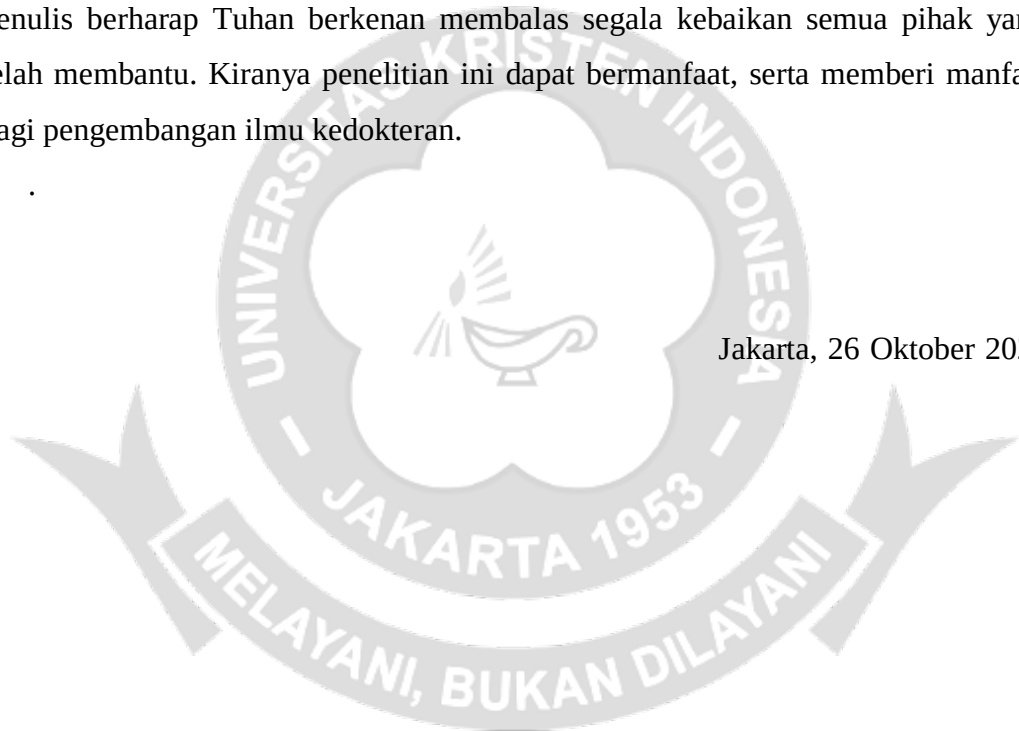
4. dr. Louisa Langi, Msi. MA yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk menjadi dosen penguji pada sidang skripsi penulis
5. Ibu Dra. Lucia Sri Sunarti, MS., selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu segala urusan akademik penulis selama menjadi mahasiswa FK UKI.
6. Dosen-dosen Program S1 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia yang telah memberikan banyak pengalaman dan banyak ilmu yang bermanfaat selama masa perkuliahan.
7. Seluruh staf P2SK yang telah bersedia membantu penulis dalam menyediakan transkrip nilai mahasiswa angkatan 17 FK UKI untuk keperluan skripsi ini.
8. Keluarga tercinta Bpk. Daud Irianto Ampulembang dan Ibu Gustini Pakendek sebagai orang tua yang selalu memberikan dukungan material dan semangat serta atas doa yang tulus tiap harinya kepada penulis sehingga penyusunan skripsi dapat terselesaikan. Tidak lupa juga kepada adik saya, Adelgita Marsela Ampulembang, yang memberi semangat kepada penulis, dalam masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.
9. Seluruh keluarga besar atas segala dukungan semangat dan doa yang tiada henti selalu dipanjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa untuk keberhasilan penulis dalam menjalani kehidupan perkuliahan ini.
10. Teman-teman mahasiswa Pendidikan Dokter, FK UKI 2017. Khususnya Buca Yulanda, Tiatira Paembonan, Augrelia Dheavanka, Dita Duma dan Ivan Andreas, Jonathan Keliat, Elizabeth Suminar, Zombielifegirls yang

selalu mendukung, memberikan semangat, membantu penulis dalam berbagai hal, baik itu dalam masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah berperan membantu menyelesaikan penulisan skripsi ini.

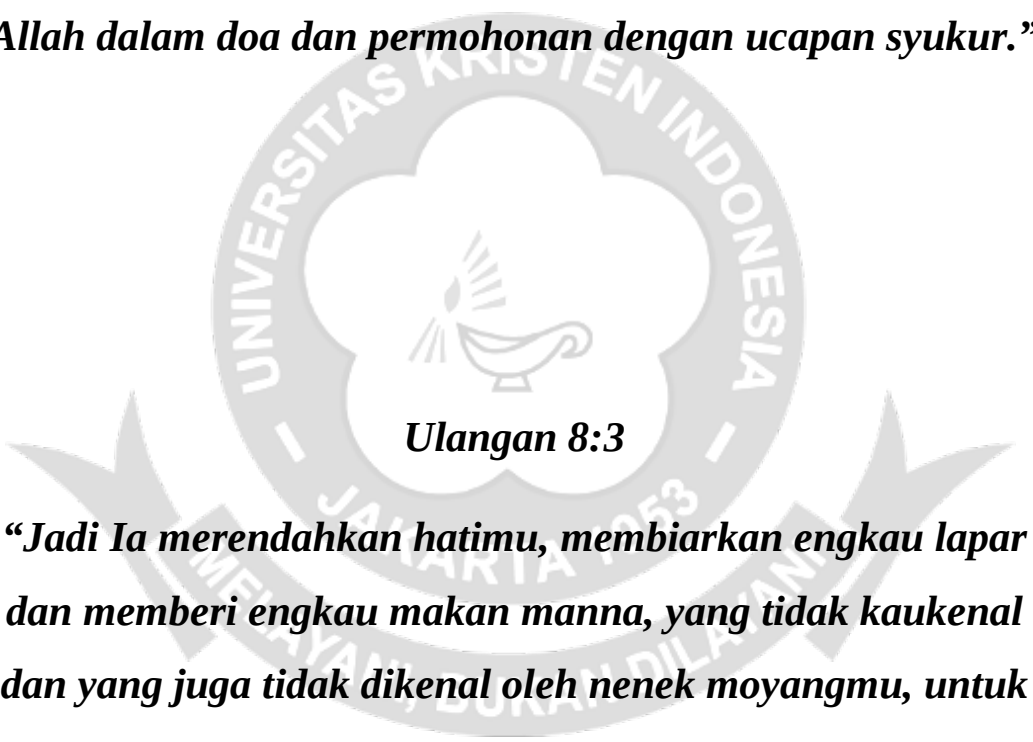
Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak dan penulis berharap Tuhan berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Kiranya penelitian ini dapat bermanfaat, serta memberi manfaat bagi pengembangan ilmu kedokteran.

Jakarta, 26 Oktober 2021



Filipi 4:6

“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apa pun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur.”



Ulangan 8:3

“Jadi Ia merendahkan hatimu, membiarkan engkau lapar dan memberi engkau makan manna, yang tidak kaukenal dan yang juga tidak dikenal oleh nenek moyangmu, untuk membuat engkau mengerti, bahwa manusia hidup bukan dari roti saja, tetapi manusia hidup dari segala yang diucapkan TUHAN”

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iv
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT.....	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	2
1.3. Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4. Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Bagi Instansi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia	3
1.4.2 Bagi Masyarakat.....	3
BAB II.....	4
TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1. Gizi Seimbang.....	4
2.2. Status Gizi	10
2.2.1 Penilaian Status Gizi.....	10
2.2.2 Antropometri.....	11

2.3. Kemampuan Kognitif.....	13
2.4. Hubungan Pola Makan Gizi Seimbang Dan Status Gizi Dengan Kemampuan Kognitif	14
2.5. Kerangka Teori.....	17
2.6. Kerangka Konsep	18
BAB III.....	19
METODOLOGI PENELITIAN.....	19
3.1. Desain Penelitian.....	19
3.2. Tempat & Waktu Penelitian.....	19
3.3. Variabel Penelitian	19
3.3.1 Variabel Terikat.....	19
3.3.2 Variabel Bebas.....	19
3.4. Populasi Dan Sampel	19
3.4.1 Populasi Penelitian.....	19
3.4.2 Sampel Penelitian	19
3.5. Kriteria Inklusi Dan Kriteria Eksklusi	20
3.5.1 Kriteria Inklusi.....	20
3.5.2 Kriteria Eksklusi	20
3.6. Instrumen Penelitian.....	20
3.7. Uji Instrumen	21
3.7.1 Uji Validitas.....	21
3.7.2 Uji Reliabilitas	21
3.8. Definisi Operasional Variabel.....	22
3.9. Rencana Pengolahan dan Analisis Data.....	23
3.9.1 Pengolahan Data	23
3.9.2 Penyajian data.....	24
3.9.3 Analisis Data.....	24
BAB IV	25
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	25
4.1. Hasil Penelitian	25

4.1.1	Karakteristik Responden Yang Menerapkan Pola Makan Gizi Seimbang	25
4.1.2	Hasil Analisis Bivariat	35
4.1.3	Hasil Analisis Multivariat Pengaruh Pola Makan Gizi Seimbang Dan Status Gizi Terhadap Kemampuan Kognitif Menggunakan Regresi Logistik Ordinal	38
4.2.	Pembahasan.....	39
4.2.1	Hubungan Pola Makan Gizi Seimbang dengan Kemampuan Kognitif	39
4.2.2	Hubungan Status Gizi dengan Kemampuan Kognitif.....	39
4.2.3	Hubungan Jenis Kelamin dengan Kemampuan Kognitif	40
4.2.4	Hubungan Usia dengan Kemampuan Kognitif.....	41
4.2.5	Hubungan Pola Makan Gizi Seimbang dan Status Gizi dengan Kemampuan Kognitif	42
BAB V		43
KESIMPULAN DAN SARAN.....		43
5.1.	Kesimpulan	43
5.2.	Saran.....	43
5.2.1	Bagi Responden Penelitian	43
5.2.2	Bagi Institusi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia	43
5.2.3	Bagi Peneliti Lain	44
DAFTAR PUSTAKA		45
BIODATA MAHASISWA		49
LAMPIRAN		50

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Indeks Massa Tubuh Berdasarkan WHO.....	12
Tabel 3. 1	Definisi Operasional Variabel.....	22
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	25
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	26
Tabel 4. 3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi	26
Tabel 4. 4	Distribusi Frekuensi Pola Makan Gizi Seimbang Responden Berdasarkan FFQ.....	27
Tabel 4. 5	Distribusi Frekuensi Kemampuan Kognitif Responden Berdasarkan IPK	27
Tabel 4. 6	Distribusi Penerapan Gizi Seimbang Responden.....	28
Tabel 4. 7	Distribusi Kebiasaan Makan Responden.....	32
Tabel 4. 8	Hubungan Pola Makan Gizi Seimbang dengan Kemampuan Kognitif.....	35
Tabel 4. 9	Hubungan Status Gizi dengan Kemampuan Kognitif	36
Tabel 4. 10	Hubungan Jenis Kelamin dengan Kemampuan Kognitif	36
Tabel 4. 11	Hubungan Usia dengan Kemampuan Kognitif	37
Tabel 4. 12	Hubungan Pola Makan Gizi Seimbang Dan Status Gizi Terhadap Kemampuan Kognitif.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1	Tumpeng Gizi Seimbang (Kemenkes, 2014).....	8
Gambar 2. 2	Piring Makanku (Kemenkes,2014).....	9
Gambar 2. 3	Kerangka Teori	17
Gambar 2. 4	Kerangka Konsep.....	18



DAFTAR SINGKATAN

IPK	Indeks Prestasi Kumulatif
Depkes RI	Departemen Kesehatan Republik Indonesi
WHO	World Health Organization
BB	Berat Badan
gr	Satuan Berat Gram
FK	Fakultas Kedokteran



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Informed Consent Kuesioner.....	50
Lampiran 2 : Kuesioner Penelitian.....	51
Lampiran 3 : Data Penelitian.....	59
Lampiran 4 : Hasil Pengolahan Data SPSS.....	78



ABSTRAK

Gizi adalah zat makanan pokok yang diperlukan bagi pertumbuhan dan kesehatan badan. Gizi berkontribusi positif terhadap tinggi rendahnya pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas, cerdas, dan produktif. Status gizi dapat mempengaruhi hal tersebut. Keadaan status gizi dipengaruhi oleh pola mengonsumsi makanan yang baik dan cukup dengan mempertimbangkan aspek biologi, lingkungan, dan budaya. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah metode *analitik korelasi* dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, untuk mengetahui kaitan analisis pola makan gizi seimbang dan status gizi dengan perkembangan kognitif pada mahasiswa Universitas Kristen Indonesia Fakultas Kedokteran Angkatan 2017. Pengambilan sampel yang digunakan berupa *random sampling* sebanyak 63 orang yang diambil dari 170 mahasiswa FK UKI Angkatan 17. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner kebiasaan makan, kuesioner penerapan gizi seimbang, dan kuesioner food frequency kualitatif. Data diuji dengan metode statistik *Cronbach's Alpha* dengan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (60,3%) dari responden berstatus gizi normal yakni 38 orang, dengan pola makan gizi seimbang yang kurang sebanyak 36 orang dan 49 orang memiliki kemampuan kognitif sedang, sebagian kecil (4,8%) dari responden berstatus gizi kurus yakni 3 orang, dengan 27 orang pola makan gizi seimbang dan 2 orang memiliki perkembangan kognitif rendah. Hasil uji statistik $p\text{-value} = 0,01 > \alpha (0,05)$, sehingga disimpulkan bahwa tidak ada hubungan pola makan gizi seimbang dan status gizi dengan perkembangan kognitif pada mahasiswa Universitas Kristen Indonesia Fakultas Kedokteran Angkatan 2017.

Kata Kunci: Gizi Seimbang, Status Gizi, Kognitif, Mahasiswa