

HUBUNGAN PERILAKU *PICKY EATING* DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN KUALITAS DIET MAHASISWA IPB UNIVERSITY

PRADJNA FITRIA ADZARIEFFA INTANI



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Perilaku *Picky Eating* dan Pengetahuan Gizi dengan Kualitas Diet Mahasiswa IPB University” adalah benar-benar hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum pernah diajukan sebagai karya ilmiah pada suatu perguruan tinggi atau lembaga mana pun dan tidak mengandung bahan-bahan yang pernah ditulis atau diterbitkan pihak lain kecuali sebagai bahan rujukan yang dicantumkan dalam bagian daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia bertanggung jawab atas pernyataan ini.

Bogor, Agustus 2024

Pradjna Fitria Adzariiffa Intani
I1401201047

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

PRADJNA FITRIA ADZARIIFFA INTANI. Hubungan Perilaku *Picky Eating* dan Pengetahuan Gizi dengan Kualitas Diet Mahasiswa IPB University. Dibimbing oleh REISI NURDIANI.

Penerapan pola makan yang kurang tepat pada kelompok dewasa awal umumnya disebabkan karena adanya preferensi dan kekuatan yang terbentuk dalam menentukan pilihan makanan berkaitan dengan berbagai faktor yang dapat berakibat pada risiko ketidakseimbangan asupan sesuai dengan rekomendasi. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara perilaku *picky eating* dan pengetahuan gizi dengan kualitas diet mahasiswa IPB University. Kualitas diet diukur menggunakan *Indonesian Healthy Eating Index* (I-HEI), perilaku *picky eating* diukur dengan *Adult Picky Eating Questionnaire* (APEQ), dan pengetahuan gizi diukur dengan kuesioner terstruktur. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional study* yang melibatkan 70 subjek mahasiswa sarjana IPB University kampus Dramaga, Kabupaten Bogor. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, dan pengisian kuesioner secara langsung. Rata-rata skor I-HEI subjek adalah $51,4 \pm 12,3$ yang termasuk kategori *need improvement*. Sebagian besar subjek memiliki perilaku *picky eater* (54%). Mayoritas subjek memiliki pengetahuan gizi yang tergolong rendah (57%). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara perilaku *picky eating* dan pengetahuan gizi dengan kualitas diet mahasiswa IPB University ($p < 0,05$).

Kata kunci: I-HEI, kualitas diet, pengetahuan gizi, *picky eating*

ABSTRACT

PRADJNA FITRIA ADZARIIFFA INTANI. Correlation between Picky Eating Behavior and Nutrition Knowledge with Diet Quality among IPB University Students. Supervised by REISI NURDIANI.

The implementation of an inappropriate diet in early adulthood is generally due to the preferences and strengths formed in determining food choices related to various factors that may cause the risk of imbalance nutritional intake in accordance with recommendations. This study aims to analyze the correlation between picky eating behavior and nutritional knowledge with diet quality among IPB University students. Diet quality is measured using the Indonesian Healthy Eating Index (I-HEI), picky eating behavior is measured with the Adult Picky Eating Questionnaire (APEQ), and nutritional knowledge was measured with a structured questionnaire. The cross sectional study design is conducted with 70 subjects of IPB University's undergraduate students in Dramaga campus, Bogor Regency. Data collection is conducted through interviews, and self-administered questionnaire. The average I-HEI score of the subjects was 51.4 ± 12.3 which was categorized as need improvement. Most of the subjects has picky eater behavior (54%). The majority of subjects has low nutritional knowledge (57%). The results showed that there was a significant correlation between picky eating behavior and nutritional knowledge with the diet quality among IPB University students ($p < 0.05$).

Keywords: diet quality, I-HEI, nutritional knowledge, picky eating



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



HUBUNGAN PERILAKU *PICKY EATING* DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN KUALITAS DIET MAHASISWA IPB UNIVERSITY

PRADJNA FITRIA ADZARIIFFA INTANI

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.




Judul Skripsi : Hubungan Perilaku *Picky Eating* dan Pengetahuan Gizi dengan Kualitas Diet Mahasiswa IPB University
Nama : Pradjna Fitria Adzariiffa Intani
NIM : 11401201047

@Hak cipta milik IPB University

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Disetujui oleh

Pembimbing :
Reisi Nurdiani, S.P., M.Si.



Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP. 197102011999032001





@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji serta syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Perilaku *Picky Eating* dan Pengetahuan Gizi dengan Kualitas Diet Mahasiswa IPB University”. Penulis sadar bahwa skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat dukungan dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan terima kasih dan rasa hormat kepada:

1. Reisi Nurdiani, S.P., M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi sekaligus dosen pendamping akademik yang telah memberikan saran, arahan, dan motivasi kepada penulis selama proses penyusunan hingga penyelesaian skripsi ini;
2. Dr. Ir. Cesilia Meti Dwiriani, M.Sc. selaku dosen pemandu seminar hasil penelitian dan penguji sidang akhir yang telah memberi masukan yang bermanfaat untuk perbaikan dan penyusunan skripsi ini;
3. Kedua orang tua tercinta yaitu Ayah Apnaeni Henry Winarcahyo dan Bunda Tintin Retno Pramesti, adik-adik penulis yaitu Pandubuwana Ikhsan Ramadhan, Premaisha Cantika Intani, dan Panji Rafiandra Dhananjaya, serta keluarga besar yang senantiasa memberikan doa, bantuan, dukungan, dan kasih sayang yang tidak pernah putus kepada penulis selama menjalani perkuliahan maupun penyusunan skripsi ini;
4. Mbak Aning Rinawati selaku komdik Departemen Gizi Masyarakat yang telah banyak membantu dan memberikan pelayanan terbaik selama proses penyelesaian tugas akhir;
5. Sahabat terkasih penulis yaitu Sandra Eka Rachmawati dan Naufal Ghaly Azhar yang telah memberikan banyak bantuan, dukungan, semangat, waktu, tenaga, pikiran, materi, dan selalu hadir untuk penulis dalam keadaan suka maupun duka selama menjalani perkuliahan maupun penyusunan skripsi ini;
6. Rekan-rekan seperjuangan Gizi Masyarakat angkatan 57 terutama teman-teman Cobaapayaa (Riza, Syahuda, Rechita, Alisha, Azzahra, Devira, Larissa, Fathiyah, Raisha, Triayu, Rina, Shabila, Tri Setia dan Nirvani) yang senantiasa memberikan motivasi, keceriaan, dan dukungan selama menjalani perkuliahan maupun penyusunan skripsi ini;
7. Jinan Noer Fadhilah dan Lingga Alifania Putri yang selalu hadir, memberikan semangat, serta kebersamaan penulis sejak tahun 2015 hingga saat ini;

Karya ilmiah ini tidak lepas dari kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, karya ilmiah ini terbuka untuk segala kritik dan saran yang membangun. Semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2024

Pradjna Fitri Adzariiffa Intani



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat	4
1.5 Hipotesis	4
II KERANGKA PEMIKIRAN	5
III METODE	7
3.1 Desain, Waktu, dan Tempat	7
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Subjek	7
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	9
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	10
3.5 Definisi Operasional	14
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	16
4.1 Karakteristik Subjek	16
4.2 Karakteristik Keluarga	17
4.3 Perilaku <i>Picky Eating</i>	18
4.4 Pengetahuan Gizi	21
4.5 Kualitas Diet	23
4.6 Hubungan Karakteristik Subjek dan Karakteristik Keluarga dengan Perilaku <i>Picky Eating</i>	26
4.7 Hubungan Perilaku <i>Picky Eating</i> dengan Kualitas Diet	29
4.8 Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kualitas Diet	30
V SIMPULAN DAN SARAN	32
5.1 Simpulan	32
5.2 Saran	32
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN	38



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

DAFTAR TABEL

3.1	Jumlah minimal subjek berdasarkan perhitungan <i>stratified proportionate random sampling</i>	8
3.2	Jenis, variabel, dan cara pengumpulan	10
3.3	Pengategorian data	11
3.4	Kriteria penilaian <i>Indonesian Healthy Eating Index</i>	13
4.1	Sebaran subjek berdasarkan karakteristik	16
4.2	Sebaran subjek berdasarkan karakteristik keluarga	17
4.3	Sebaran subjek berdasarkan perilaku <i>picky eating</i>	18
4.4	Sebaran subjek dan rata-rata skor berdasarkan pernyataan pada sub-skala APEQ	19
4.5	Sebaran subjek berdasarkan jawaban benar pada pertanyaan	22
4.6	Sebaran subjek berdasarkan pengetahuan gizi	23
4.7	Anjuran konsumsi/hari, rata-rata konsumsi/hari dan skor I-HEI subjek	23
4.8	Sebaran skor kualitas diet subjek	26
4.9	Sebaran karakteristik subjek dan perilaku <i>picky eating</i> subjek	26
4.10	Sebaran karakteristik keluarga dan perilaku <i>picky eating</i> subjek	28
4.11	Sebaran perilaku <i>picky eating</i> dan kualitas diet subjek	29
4.12	Sebaran pengetahuan gizi dan kualitas diet subjek	30

DAFTAR GAMBAR

2.1	Kerangka pemikiran hubungan karakteristik mahasiswa, perilaku <i>picky eating</i> dan pengetahuan gizi terhadap kualitas diet mahasiswa IPB University	6
3.1	Kerangka <i>sampling</i>	9

DAFTAR LAMPIRAN

1	Surat Kaji Etik	39
2	Kuesioner Penelitian	40

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.