



@Hak cipta milik IPB University

IPB University

SUMBER INFORMASI GIZI KAITANNYA DENGAN TINGKAT LITERASI GIZI DAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA

GHANIATI WAFA TAQIYYA



**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**

- 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 dengan judul “Sumber Informasi Gizi Kaitannya dengan Tingkat Literasi Gizi dan Perilaku Makan Mahasiswa” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2026

Ghaniati Wafa Taqiyya
I1401221078

- 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 mengumunkan 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

GHANIATI WAFA TAQIYYA. Sumber Informasi Gizi Kaitannya dengan Tingkat Literasi Gizi dan Perilaku Makan Mahasiswa. Dibimbing oleh BUDI SETIAWAN.

Mahasiswa merupakan kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Di saat yang sama, masifnya arus informasi gizi menuntut kemampuan literasi gizi yang memadai untuk dapat menerapkan perilaku makan yang sehat. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara sumber informasi gizi, literasi gizi, dan perilaku makan pada 94 mahasiswa PKU IPB University dengan desain *cross-sectional*. Data dikumpulkan melalui kuesioner kemudian dianalisis dengan uji korelasi Spearman dan uji beda Mann-Whitney serta Kruskal-Wallis. Hasil menunjukkan bahwa sumber informasi gizi berdasarkan media dan aktor (1 bulan terakhir) berhubungan dengan domain interaktif literasi gizi ($p < 0,05$). Domain interaktif ($p < 0,05$) dan total literasi gizi ($p < 0,05$) berhubungan dengan perilaku makan sehat. Terdapat perbedaan signifikan perilaku makan sehat antar kelompok status gizi ($p < 0,05$). Disimpulkan bahwa akses terhadap sumber informasi gizi berkaitan dengan literasi gizi interaktif dan literasi gizi interaktif berkaitan dengan perilaku makan sehat.

Kata kunci: informasi gizi, literasi gizi, mahasiswa, perilaku makan, status gizi

ABSTRACT

GHANIATI WAFA TAQIYYA. Sources of Nutrition Information and Their Relationship to Nutrition Literacy Levels and Eating Behaviors Among College Students. Supervised by BUDI SETIAWAN

College students are a group vulnerable to nutritional problems. At the same time, the massive flow of nutritional information requires adequate nutritional literacy to adopt healthy eating behaviors. This study aimed to analyze the relationship between sources of nutritional information, nutritional literacy, and eating behaviors among 94 students at PKU IPB University using a cross-sectional design. Data were collected via a questionnaire and analyzed using Spearman's correlation test, the Mann-Whitney U test, and the Kruskal-Wallis test. The results showed that sources of nutrition information based on media and actors (within the past month) were associated with the interactive domain of nutrition literacy ($p < 0.05$). The interactive domain ($p < 0.05$) and total nutrition literacy ($p < 0.05$) were associated with healthy eating behaviors. There were significant differences in healthy eating behaviors among nutritional status groups ($p < 0.05$). It was concluded that access to nutritional information sources is associated with interactive nutrition literacy, and that interactive nutrition literacy is associated with healthy eating behaviors.

Keywords: college students, eating behavior, nutrition information, nutrition literacy, nutritional status



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, tahun 2026¹
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



SUMBER INFORMASI GIZI KAITANNYA DENGAN TINGKAT LITERASI GIZI DAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA

GHANIATI WAFATAGIYYA

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

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@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 : Sumber Informasi Gizi Kaitannya dengan Tingkat Literasi Gizi dan Perilaku Makan Mahasiswa
Nama : Ghaniati Wafa Taqiyya
NIM : I1401221078

Disetujui oleh

Pembimbing:
Prof. Dr. Ir. Budi Setiawan, M.S.

Diketahui oleh

Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Gizi
Fakultas Kedokteran dan Gizi:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001

Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni
Fakultas Kedokteran dan Gizi:
Dr. dr. Mira Dewi, M.Si.
NIP 197611162005012001



Tanggal Ujian:
30 Juli 2026

Tanggal Lulus:

10 AUG 2026



@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 dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan pada bulan April 2026 ini ialah sumber informasi gizi, dengan judul “Sumber Informasi Gizi Kaitannya dengan Tingkat Literasi Gizi dan Perilaku Makan Mahasiswa”.

Terima kasih penulis ucapkan kepada pihak-pihak yang baik secara langsung maupun tidak langsung memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Budi Setiawan, M.S. selaku dosen pembimbing akademik sekaligus skripsi yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis selama menjadi mahasiswa maupun selama penyusunan skripsi ini
2. Prof. Dr. Ir. Ali Khomsan, M.S. selaku dosen moderator seminar sekaligus dosen penguji skripsi yang telah memberikan saran dan masukan yang membangun sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan lebih baik
3. Orang tua penulis, Bapak Dadan Hamdani dan Ibu Nia Siti Julaeha, yang selalu memberikan dukungan, doa, dan kepercayaannya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan semangat
4. Teman-teman mahasiswa PKU kelas SS09 tahun ajaran 2025/2026 yang telah bersedia dan membantu penulis untuk mendapatkan data penelitian
5. Keluarga besar dari Kakek Lili Sadeli, yaitu para bibi, paman, dan sepupu yang selalu memberikan semangat dan hiburan dalam perjalanan penulis menyelesaikan skripsi ini
6. Teman-teman dekat penulis, yaitu Kayla Alisha Putri, Ade Khairani Putri, dan Marta Sekar Kinasih yang senantiasa saling membantu dan mendukung satu sama lain
7. Teman-teman Gizi Masyarakat angkatan 59 yang selalu suportif untuk mendukung kelancaran penyelesaian tugas akhir ini
8. Pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut memberikan masukan, saran, maupun semangat selama penulisan skripsi ini

Semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2026

Ghaniati Wafa Taqiyya



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

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.

Perpustakaan 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	2
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	3
1.5 Hipotesis	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian	6
3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	6
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	7
3.5 Definisi Operasional	10
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	12
4.1 Karakteristik Subjek	12
4.2 Sumber Informasi Gizi	13
4.3 Literasi Gizi	14
4.4 Perilaku Makan	19
4.5 Hubungan Antara Sumber Informasi Gizi, Literasi Gizi, dan Perilaku Makan pada Mahasiswa PKU IPB University	22
V SIMPULAN DAN SARAN	28
5.1 Simpulan	28
5.2 Saran	28
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN	33



DAFTAR TABEL

1	Jenis dan cara pengumpulan data	7
2	Kategori variabel penelitian	9
3	Karakteristik subjek	12
4	Frekuensi sumber informasi gizi yang diakses subjek	13
5	Sebaran literasi gizi subjek	15
6	Sebaran jawaban kuesioner literasi gizi domain fungsional	15
7	Sebaran jawaban kuesioner literasi gizi domain interaktif	17
8	Sebaran jawaban kuesioner literasi gizi domain kritis	18
9	Sebaran perilaku makan subjek	19
10	Sebaran jawaban kuesioner perilaku makan sehat	20
11	Sebaran jawaban kuesioner perilaku makan tidak sehat	21
12	Hasil uji hubungan sumber informasi gizi dengan literasi gizi	22
13	Hasil uji hubungan sumber informasi gizi dengan perilaku makan	24
14	Hasil uji hubungan literasi gizi dengan perilaku makan	25
15	Hasil uji beda	26
16	Tabulasi silang status gizi dengan literasi gizi dan perilaku makan sehat	27

DAFTAR GAMBAR

1	Kerangka pemikiran	5
2	Boxplot skor perilaku makan sehat berdasarkan usia subjek	26

DAFTAR LAMPIRAN

1	Sertifikat lolos kaji etik	34
2	Penjelasan sebelum persetujuan	35
3	<i>Informed consent</i>	37
4	Kuesioner karakteristik subjek	38
5	Kuesioner sumber informasi gizi	39
6	Kuesioner literasi gizi	40
7	Kuesioner perilaku makan	43