

# HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK TERKAIT *SUSTAINABLE DIET* DENGAN STATUS GIZI *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS MAHASISWA IPB

DEWI FIRDA SARI



PROGRAM STUDI MAGISTER 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.



## PERNYATAAN MENGENAI TESIS DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Terkait *Sustainable Diet* dengan Status Gizi *Overweight* dan Obesitas Mahasiswa IPB” 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 tesis ini.

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

Bogor, Agustus 2026

Dewi Firda Sari  
NIM I1504241039



## @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.



## @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.



## @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.

## RINGKASAN

DEWI FIRDA SARI. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Terkait *Sustainable Diet* dengan Status Gizi *Overweight* dan Obesitas Mahasiswa IPB. Dibimbing oleh SRI ANNA MARLIYATI dan IKEU TANZIHA.

*Overweight* dan obesitas merupakan masalah kesehatan global yang prevalensinya terus meningkat, termasuk pada kelompok mahasiswa. Bukti empiris yang menghubungkan pengetahuan, sikap, dan praktik (KAP) terkait *sustainable diet* dengan status gizi lebih di Indonesia masih sangat terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan pengetahuan, sikap, dan praktik *sustainable diet* dengan status gizi *overweight* dan obesitas mahasiswa IPB.

Penelitian ini merupakan studi observasional analitik desain *cross-sectional* dan telah dilaksanakan pada bulan Desember 2025 hingga Januari 2026 yang berlokasi di Kampus IPB University, Dramaga, Bogor. Sampel sebanyak 97 mahasiswa IPB non ilmu gizi (S1 dan S2) berusia 18–30 tahun dengan status gizi *overweight* atau obesitas, dipilih secara *purposive sampling*. Perhitungan sampel menggunakan rumus estimasi proporsi berdasarkan Lwanga dan Lemeshow (1991).

Data penelitian dikumpulkan secara primer menggunakan kuisioner. Adapun jenis data yang dikumpulkan yaitu karakteristik individu dan sosial ekonomi (usia, jenis kelamin, uang saku dan status tempat tinggal), akses media informasi, pengetahuan, sikap terkait *sustainable diet*, praktik pemilihan pangan, pola konsumsi pangan, konsumsi pangan dan status gizi. Pengumpulan data pengetahuan, dan sikap terkait *sustainable diet* pada mahasiswa IPB diperoleh dari kuisioner *Sustainable Diet Questionnaire (SUSDQ)*, dan kemudian diuji validitas dan reliabilitasnya pada konteks populasi mahasiswa di Indonesia yang memiliki karakteristik yang sama dengan karakteristik sampel penelitian. Data pemilihan pangan diperoleh menggunakan *Food Choice Questionnaire (FCQ)*. Data pola konsumsi dan konsumsi pangan dikumpulkan melalui kuisioner *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)*. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Pengolahan data dilakukan menggunakan *Microsoft Excel 2021 for windows*, *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)* version 26 serta *software smartPLS* versi 4.0 untuk analisis multivariat. Uji multivariat untuk mengetahui pengaruh tingkat pengetahuan, sikap dan praktik terkait *sustainable diet* terhadap status gizi lebih mahasiswa IPB secara simultan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subjek berusia 18–21 tahun (81,4%) dan belum pernah mendapat informasi *sustainable diet* (63,9%). Hampir separuh subjek (46,4%) memiliki pengetahuan kategori baik, mayoritas (71,1%) bersikap cukup. Alasan pemilihan pangan tertinggi adalah kesehatan ( $4,53 \pm 0,45$ ) dan harga ( $4,45 \pm 0,67$ ), sedangkan dimensi lingkungan belum menjadi pertimbangan utama. Pola konsumsi mahasiswa IPB saat ini belum sejalan dengan EAT-Lancet di mana 100% subjek defisit serelia tinggi serat, 99% defisit kacang-kacangan, sementara konsumsi telur (322,84%), unggas (261,06%), dan daging merah (187,57%) jauh melampaui target. Proporsi protein hewani (53,60%) melebihi protein nabati (46,40%). Sebanyak 81,4% subjek tergolong defisit berat pada tingkat kecukupan serat dan tingkat kecukupan zat gizi mikro ditemukan tergolong kurang pada vitamin B12 (80,41%) dan kalsium (74,23%).



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.

Hasil SEM-PLS menunjukkan satu-satunya jalur signifikan adalah pengetahuan terhadap sikap ( $\beta=0,411$ ;  $p<0,001$ ;  $R^2=0,169$ ;  $f^2=0,204$ ). Jalur dari sikap ke praktik konsumsi dan dari pola konsumsi ke status gizi tidak signifikan, mencerminkan adanya fenomena *value-action gap*. Skor diet berkelanjutan hanya berhubungan signifikan dengan tingkat kecukupan serat ( $r=0,334$ ;  $p=0,001$ ), yang selanjutnya berhubungan negatif dengan status gizi ( $r=-0,218$ ;  $p=0,032$ ). Model memiliki kemampuan prediksi kuat ( $Q^2=0,482$ ) dengan GoF sebesar 24% dan nilai SRMR=0,09. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingginya asupan serat melalui diversifikasi pangan nabati berkaitan erat dengan penurunan risiko obesitas, sehingga dapat menjadi strategi penting dalam penerapan *sustainable diet* pada mahasiswa. Intervensi yang efektif diperlukan dengan mengintegrasikan modifikasi lingkungan pangan kampus melalui pendekatan *nudging* untuk menjembatani kesenjangan antara sikap dan praktik konsumsi berkelanjutan.

Kata kunci: Diet berkelanjutan, EAT-Lancet, model KAP, mahasiswa, *overweight* dan obesitas

## SUMMARY

DEWI FIRDA SARI. The Relationship between Knowledge, Attitudes, and Practices Related to the Sustainable Diet with *Overweight* and Obesity Nutritional Status of IPB Students. Supervised by SRI ANNA MARLIYATI, and IKEU TANZIHA.

Overweight and obesity are global health problems whose prevalence continues to rise, including among student groups. Empirical evidence linking knowledge, attitude, and practice (KAP) related to a sustainable diet with overweight status in Indonesia is still very limited. This study aims to analyze the relationships among knowledge, attitude, and practice of a sustainable diet and overweight and obesity status among IPB students.

This research is an analytical observational study with a cross-sectional design and was conducted from December 2025 to January 2026 at the IPB University Campus, Dramaga, Bogor. The sample consisted of 97 IPB students (undergraduate and master's) not from nutrition majors, aged 18–30 years, with overweight or obese status, selected through purposive sampling. The sample size was calculated using the proportion estimation formula based on Lwanga and Lemeshow (1991).

Research data was collected primarily using questionnaires. The types of data collected included individual and socio-economic characteristics (age, gender, pocket money, and housing status), access to media information, knowledge, attitudes related to a sustainable diet, food choice practices, food consumption patterns, food intake, and nutritional status. Data on knowledge and attitudes related to a sustainable diet among IPB students were obtained by selecting several questionnaire items from the Sustainable Diet Questionnaire (SUSDQ), and then testing their validity and reliability in the context of the Indonesian student population with characteristics similar to the research sample. Food-choice data were collected using the Food Choice Questionnaire (FCQ). Data on food consumption patterns and intake were collected through the Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ).

Nutritional status data were obtained through anthropometric measurements of body weight and height, and body mass index (BMI) was calculated. Data processing was performed using Microsoft Excel 2021 for Windows, Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 26, and smartPLS version 4.0 for multivariate analysis. A multivariate test was conducted to determine the simultaneous effects of knowledge, attitude, and practice related to a sustainable diet on overweight status among IPB students. The results showed that most subjects were aged 18–21 years (81.4%) and had never received information about sustainable diets (63.9%). Almost half of the subjects (46.4%) had good knowledge, and the majority (71.1%) had a fair attitude. The highest food choice motivations were health ( $4.53 \pm 0.45$ ) and price ( $4.45 \pm 0.67$ ), while environmental factors were not yet a primary consideration. The current eating patterns of IPB students are not in line with the EAT-Lancet guidelines, as 100% of subjects have a deficit in high-fiber cereals.

There's a 99% deficit in legumes, while egg consumption (322.84%), poultry (261.06%), and red meat (187.57%) far exceed the targets. The proportion of animal



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.

protein (53.60%) is higher than that of plant protein (46.40%). Major deficits were found in fiber (81.4% of subjects), and micronutrient deficiencies were dominated by vitamin B12 (80.41%) and calcium (74.23%). SEM-PLS results showed that the only significant pathway is knowledge-to-attitude ( $\beta=0.411$ ;  $p<0.001$ ;  $R^2=0.169$ ;  $f^2=0.204$ ). The paths from attitude to consumption practices and from consumption patterns to nutritional status were not significant, indicating a value-action gap. Sustainable diet scores were only significantly related to fiber adequacy ( $r=0.334$ ;  $p=0.001$ ), which in turn was negatively related to nutritional status ( $r=-0.218$ ;  $p=0.032$ ). The model has strong predictive ability ( $Q^2=0.482$ ) with a GoF of 24% and SRMR=0,09. These findings suggest that increasing fiber intake through a variety of plant-based foods is a key path to a sustainable diet for reducing obesity risk among college students. Effective interventions are needed to integrate campus food environment modifications using a nudging approach to bridge the gap between attitudes and sustainable consumption practices.

**Keywords:** EAT-Lancet, KAP model, overweight and obesity, sustainable diet, university students



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 2026  
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.*



## @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 PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK TERKAIT *SUSTAINABLE DIET* DENGAN STATUS GIZI *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS MAHASISWA IPB**

**DEWI FIRDA SARI**

Tesis  
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Magister pada  
Program Studi Ilmu Gizi

**PROGRAM STUDI MAGISTER 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.

Tim Penguji pada Ujian Tesis:

1. Dr. Ir. Cesilia Meti Dwiriani, M.Sc.



Judul Tesis : Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Terkait *Sustainable Diet* dengan Status Gizi *Overweight* dan Obesitas Mahasiswa IPB  
Nama : Dewi Firda Sari  
NIM : 11504241039

@Hak cipta milik IPB University

Disetujui oleh

Pembimbing 1:  
Prof. Dr. Ir. Sri Anna Marliyati, M.S.

Pembimbing 2:  
Prof. Dr. Ir. Ikeu Tanziha, M.S.

Diketahui oleh

Ketua Program Studi:  
Prof. Dr. Rimbawan  
NIP 196204061986031002

Dekan Fakultas Kedokteran dan Gizi  
Dr. dr. Ivan Rizal Sini, GDRM., MMIS., MBA.,  
FRANZCOG., Sp.OG.  
NPI 202501197205091001





## @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 karya ilmiah ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan November sampai bulan Januari 2026 ini ialah *Sustainable Diet*, dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Terkait *Sustainable Diet* dengan Status Gizi *Overweight* dan Obesitas Mahasiswa IPB”.

Terima kasih penulis ucapkan kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Sri Anna Marliyati, M.S. dan Prof. Dr. Ir. Ikeu Tanziha, M.S. yang telah membimbing dan banyak memberi saran.
2. Moderator kolokium Dr. agr. Eny Palupi, S.TP, M.Sc dan pembahas kolokium Dr. Ir. Ikeu Ekayanti, M.Kes yang telah memberikan masukan untuk menyempurnakan tesis.
3. Pimpinan sidang dan Ketua Program Studi Pascasarjana Ilmu Gizi Prof. Dr. Rimbawan dan penguji ujian tesis yang telah memberikan masukan untuk menyempurnakan tesis.
4. Ayah dan Ibuku tercinta, Bapak Firdaus dan Ibu Ernawati, yang senantiasa mendoakan, memberi semangat dan dukungan untuk bisa menyelesaikan pendidikan hingga sampai tahap ini.
5. Teh Sarifah, S.E. dan Mba Aisyah, S.Hum. yang telah membantu proses administrasi dan memberikan alasannya terhadap penulis.
6. Universitas Ibn Khaldun (UIKA) Bogor yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan uji validitas kuisioner.
7. Teman-teman S2 Ilmu Gizi IPB yang telah membantu penulis dalam pengambilan data dan dukungan selama proses penelitian yaitu Rhizka Nurul Aeni, S.Gz, Inneke Orrhyza Agriana, S.Gz, Zuraidah Hanifah, S.Gz, Siti Nurjanah, S.Gz, Jumania Falindri, S.Gz, Ashyfa Restu Wulandari, S.Gz, Sita Aulia Wahidah, S.Gz dan rekan seperbimbingan Fenty Florentina D.L. Tukan, S.Gz serta Tasya Gumala Elyandri, S.Gz
8. Lembaga Pengelola Dana Pendidikan (LPDP) yang telah memberikan dukungan finansial bagi penulis sejak dari awal perkuliahan, penelitian hingga karya ilmiah ini berhasil disusun.

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

Bogor, Agustus 2026

Dewi Firda Sari



## DAFTAR ISI

|                                                                                           |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| DAFTAR TABEL                                                                              | xiii |
| DAFTAR GAMBAR                                                                             | xiv  |
| DAFTAR LAMPIRAN                                                                           | xv   |
| PENDAHULUAN                                                                               | 1    |
| 1.1 Latar Belakang                                                                        | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah                                                                       | 4    |
| 1.3 Tujuan                                                                                | 4    |
| 1.4 Manfaat                                                                               | 5    |
| 1.5 Hipotesis                                                                             | 5    |
| II TINJAUAN PUSTAKA                                                                       | 6    |
| 2.1 <i>Sustainable Diet</i>                                                               | 6    |
| 2.2 Pengetahuan, Sikap, dan Praktik terkait <i>Sustainable</i>                            | 8    |
| 2.3 Pemilihan Pangan ( <i>Food Choices</i> )                                              | 8    |
| 2.4 Pola Konsumsi Pangan dalam Konteks <i>Sustainable Diet</i>                            | 9    |
| 2.5 Definisi dan Metode Penilaian Konsumsi Pangan                                         | 12   |
| 2.6 Status gizi dan Hubungannya dengan <i>Sustainable Diet</i>                            | 12   |
| III KERANGKA PEMIKIRAN                                                                    | 14   |
| IV METODE                                                                                 | 17   |
| 4.1 Desain, Lokasi dan Waktu Penelitian                                                   | 17   |
| 4.2 Jumlah dan Cara Penarikan Subjek                                                      | 17   |
| 4.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data                                                       | 22   |
| 4.4 Pengolahan dan Analisis Data                                                          | 27   |
| 4.5 Definisi Operasional                                                                  | 31   |
| V HASIL DAN PEMBAHASAN                                                                    | 35   |
| 5.1 Karakteristik Individu dan Sosial Ekonomi Subjek                                      | 35   |
| 5.2 Pengetahuan Subjek Terkait <i>Sustainable Diet</i>                                    | 36   |
| 5.3 Sikap Subjek Terkait <i>Sustainable Diet</i>                                          | 47   |
| 5.4 Praktik Pemilihan Pangan ( <i>Food Choices</i> )                                      | 51   |
| 5.5 Kesesuaian Pola Konsumsi dengan Rekomendasi EAT-Lancet                                | 53   |
| 5.6 Asupan Zat Gizi                                                                       | 62   |
| 5.7 Status Gizi                                                                           | 76   |
| 5.8 Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terkait <i>Sustainable Diet</i>                        | 68   |
| 5.9 Hubungan Pengetahuan Terkait <i>Sustainable Diet</i> dengan Praktik Pemilihan Pangan  | 69   |
| 5.10 Hubungan Kategori Pengetahuan dengan Pola Konsumsi (Skor Diet Berkelanjutan)         | 70   |
| 5.11 Hubungan Sikap dengan Praktik Pemilihan Pangan                                       | 71   |
| 5.12 Hubungan Sikap dengan Pola Konsumsi (Skor Diet Berkelanjutan)                        | 72   |
| 5.13 Hubungan Pola Konsumsi (Skor Diet Berkelanjutan) dengan Status Gizi                  | 73   |
| 5.14 Hubungan Praktik Pemilihan Pangan dengan Pola Konsumsi Subjek berdasarkan EAT-Lancet | 74   |

|      |                                                                                                  |     |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 5.15 | Hubungan Praktik Pemilihan Pangan ( <i>Food Choices</i> ) dengan Status Gizi                     | 75  |
| 5.16 | Hubungan Kategori Skor Diet Berkelanjutan dengan Asupan Zat Gizi Subjek Sesuai EAT-Lancet        | 75  |
| 5.17 | Hubungan Skor Diet Berkelanjutan dengan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Subjek                        | 77  |
| 5.18 | Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi dengan Status Gizi Subjek                                    | 78  |
| 5.19 | Hubungan Karakteristik dengan Status Gizi <i>Overweight</i> dan Obesitas)                        | 79  |
| 5.20 | Hasil Uji Analisis Multivariat Menggunakan SEM-PLS                                               | 79  |
| 5.21 | Model Struktural KAP <i>Sustainable Diet</i> terhadap Status Gizi <i>Overweight</i> dan Obesitas | 85  |
| VI   | SIMPULAN DAN SARAN                                                                               | 87  |
| 6.1  | Simpulan                                                                                         | 87  |
| 6.2  | Saran                                                                                            | 88  |
|      | LAMPIRAN                                                                                         | 101 |
|      | RIWAYAT HIDUP                                                                                    | 135 |

## DAFTAR TABEL

|    |                                                                                                                      |    |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1  | Indikator penilaian <i>sustainable diet</i>                                                                          | 7  |
| 2  | <i>Cut-off</i> pemberian skoring berdasarkan <i>EAT-Lancet reference</i> (g/2500 kkal/hari)                          | 11 |
| 3  | Hasil perhitungan jumlah sampel minimal subjek penelitian                                                            | 19 |
| 4  | Variabel, jenis dan cara pengumpulan data                                                                            | 23 |
| 5  | Indikator pada setiap variabel laten untuk uji multivariat SEM-PLS                                                   | 24 |
| 6  | Kategori variabel dan sumber data                                                                                    | 24 |
| 7  | Definisi operasional kelompok pangan EAT-Lancet                                                                      | 33 |
| 8  | Sebaran subjek berdasarkan karakteristik individu dan sosial ekonomi                                                 | 35 |
| 9  | Sebaran subjek berdasarkan jawaban terhadap pernyataan terkait <i>sustainable diet</i>                               | 37 |
| 10 | Sebaran subjek berdasarkan tingkat pengetahuan terkait <i>sustainable diet</i>                                       | 39 |
| 11 | Sebaran subjek berdasarkan jawaban dari pernyataan tentang sikap terkait <i>sustainable diet</i> ( <i>lanjutan</i> ) | 41 |
| 12 | Sebaran subjek berdasarkan sikap terkait <i>sustainable diet</i>                                                     | 42 |
| 13 | Sebaran jawaban alasan pemilihan pangan subjek                                                                       | 43 |
| 14 | Sebaran subjek berdasarkan jawaban alasan pemilihan pangan                                                           | 44 |
| 15 | Rata-rata frekuensi konsumsi dan rata-rata asupan kelompok pangan sesuai EAT-Lancet berdasarkan SQ-FFQ               | 45 |
| 16 | Rata-rata frekuensi konsumsi dan rata-rata asupan per kelompok pangan berdasarkan SQ-FFQ                             | 47 |
| 17 | Analisis skor diet berkelanjutan berdasarkan kelompok pangan                                                         | 52 |

|    |                                                                                            |    |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 18 | Asupan dan tingkat kecukupan energi dan zat gizi aktual subjek berdasarkan SQ-FFQ          | 54 |
| 19 | Sebaran subjek berdasarkan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro                     | 56 |
| 20 | Sebaran subjek berdasarkan tingkat kecukupan zat gizi mikro                                | 57 |
| 21 | Proporsi asupan protein hewani dan protein nabati subjek                                   | 58 |
| 22 | Sebaran subjek berdasarkan konsumsi kelompok pangan sesuai EAT-Lancet                      | 59 |
| 23 | Kesesuaian konsumsi pangan subjek terhadap rekomendasi EAT-Lancet                          | 61 |
| 24 | Persentase pencapaian konsumsi kelompok pangan terhadap target EAT-Lancet                  | 66 |
| 25 | Sebaran subjek berdasarkan status gizi                                                     | 68 |
| 26 | Hubungan antara pengetahuan dan sikap terkait <i>sustainable diet</i>                      | 69 |
| 27 | Hubungan pengetahuan terkait <i>sustainable diet</i> dengan alasan pemilihan pangan subjek | 70 |
| 28 | Hubungan pengetahuan dengan pola konsumsi (skor diet berkelanjutan)                        | 71 |
| 29 | Hubungan sikap terkait <i>sustainable diet</i> dengan alasan pemilihan pangan subjek       | 71 |
| 30 | Hubungan antara sikap dengan pola konsumsi subjek                                          | 72 |
| 31 | Hubungan pola konsumsi (skor diet berkelanjutan) dengan status gizi                        | 73 |
| 32 | Hubungan alasan alasan pangan dengan pola konsumsi subjek berdasarkan EAT-Lancet           | 74 |
| 33 | Hubungan praktik pemilihan pangan dengan status gizi subjek                                | 75 |
| 34 | Hubungan kategori skor diet berkelanjutan dengan asupan zat gizi sesuai EAT-Lancet         | 76 |
| 35 | Hubungan skor diet berkelanjutan dengan tingkat kecukupan zat gizi subjek                  | 77 |
| 36 | Hubungan tingkat kecukupan energi dan zat gizi subjek dengan status gizi                   | 78 |
| 37 | Hubungan karakteristik dengan status gizi <i>overweight</i> dan obesitas                   | 79 |
| 38 | Pengukuran indikator dari konstruk reflektif                                               | 80 |
| 39 | Pengukuran indikator dari konstruk formatif                                                | 81 |
| 40 | Hubungan langsung antar konstruk                                                           | 83 |
| 41 | Hubungan tidak langsung antar konstruk                                                     | 84 |

## DAFTAR GAMBAR

|   |                                                                                                |    |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1 | Kerangka pemikiran                                                                             | 15 |
| 2 | Distribusi subjek berdasarkan tingkat kesesuaian diet dengan rekomendasi EAT-Lancet            | 51 |
| 3 | Proporsi subjek berdasarkan kesesuaian asupan kelompok pangan EAT-Lancet (pangan esensial)     | 63 |
| 4 | Proporsi subjek berdasarkan kesesuaian asupan kelompok pangan EAT-Lancet (pangan non-esensial) | 64 |

|   |                                                                                                 |    |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 5 | Proporsi subjek berdasarkan kesesuaian asupan kelompok pangan EAT-Lancet (pangan yang dibatasi) | 65 |
| 6 | Pencapaian konsumsi kelompok pangan terhadap target EAT-Lancet                                  | 67 |
| 7 | Model struktural KAP <i>sustainable diet</i> terhadap <i>overweight</i> dan obesitas            | 85 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|   |                                                                          |     |
|---|--------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1 | Kuisiomer karakteristik responden                                        | 102 |
| 2 | Pengetahuan terkait <i>sustainable diet</i>                              | 103 |
| 3 | Kuisiomer aspek sikap terkait <i>sustainable diet</i>                    | 104 |
| 4 | Kuisiomer <i>food choice</i>                                             | 107 |
| 5 | Kuisiomer <i>Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire</i> (SQ-FFQ) | 109 |
| 6 | Hasil analisis SPSS                                                      | 118 |
| 7 | Hasil Analisis SEM-PLS                                                   | 129 |
| 8 | Etik Penelitian                                                          | 134 |



## @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.