



**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK
KONSUMSI MINUMAN BERPEMANIS SERTA AKTIVITAS
FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA MAHASISWA
GIZI MASYARAKAT ANGKATAN 60**

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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DWI AJI SUSETYO



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



IPB University

Bogor Indonesia



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Konsumsi Minuman Berpemanis serta Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Mahasiswa Gizi Masyarakat Angkatan 60” 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 2025

Dwi Aji Susetyo
I14180073

- 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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



IPB University

Bogor Indonesia



ABSTRAK

DWI AJI SUSETYO. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Konsumsi Minuman Berpemanis serta Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Mahasiswa Gizi Masyarakat Angkatan 60. Dibimbing oleh KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

Masalah gizi pada mahasiswa semakin mengkhawatirkan akibat tingginya konsumsi minuman berpemanis yang tidak diimbangi dengan pengetahuan, sikap, dan aktivitas fisik yang cukup. Penelitian ini bertujuan menggambarkan pola konsumsi minuman berpemanis dan menganalisis hubungan pengetahuan, sikap, praktik konsumsi, serta aktivitas fisik dengan status gizi mahasiswa Gizi. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan melibatkan 48 mahasiswa Gizi Masyarakat angkatan 60. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Beverage Intake Questionnaire* (BEVQ-15) untuk konsumsi minuman berpemanis, *International Physical Activity Questionnaire Short Form* (IPAQ-SF) untuk aktivitas fisik, serta pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan, lingkar pinggang, dan pinggul) untuk menentukan status gizi. Analisis hubungan antar variabel dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan, sikap, dan konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi berdasarkan IMT. Akan tetapi, pengetahuan memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan status gizi berdasarkan Rasio Lingkar Pinggang Pinggul (RLPP) ($r = -0,382$ dengan $p = 0,007$), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi pengetahuan, semakin rendah risiko obesitas sentral. Variabel lainnya tidak menunjukkan hubungan signifikan, termasuk aktivitas fisik dengan status gizi.

Kata kunci: aktivitas fisik, mahasiswa, minuman berpemanis, RLPP, status gizi

ABSTRACT

DWI AJI SUSETYO. The Relationship Between Knowledge, Attitude, and Sugar-Sweetened Beverage Consumption Practices and Physical Activity with Nutritional Status Among Community Nutrition Students of Class 60. Supervised by KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

Nutritional issues among university students are becoming increasingly concerning due to high consumption of sugar-sweetened beverages (SSB), which is not balanced by adequate knowledge, attitudes, or physical activity. This study aims to describe the pattern of SSB consumption and analyze the relationship between knowledge, attitudes, consumption practices, and physical activity with the nutritional status of Nutrition Science students. A cross-sectional design was used, involving 48 students from the 60th class of the Community Nutrition Students. Data were collected using the Beverage Intake Questionnaire (BEVQ-15) for SSB consumption, the International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF) for physical activity, and anthropometric measurements (body weight, height, waist, and hip circumference) to assess nutritional status.



Spearman correlation was used to analyze relationships between variables. The results showed no significant correlation between knowledge, attitudes, or SSB consumption and nutritional status based on Body Mass Index (BMI). However, knowledge was significantly and negatively correlated with nutritional status based on Waist-to-Hip Ratio (WHR) ($r = -0.382$, $p = 0.007$), indicating that higher knowledge is associated with a lower risk of central obesity. Other variables, including physical activity, showed no significant relationship with nutritional status.

Keywords: college students, nutritional status, physical activity, sugar-sweetened beverages, WHR

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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

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, tahun 2025
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.

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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin 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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK
KONSUMSI MINUMAN BERPEMANIS SERTA AKTIVITAS
FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA MAHASISWA
GIZI MASYARAKAT ANGKATAN 60**

DWI AJI SUSETYO

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

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



Tim Penguji pada Ujian Skripsi:
1 Yayat Heryatno, S.P., M.P.S.

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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Konsumsi Minuman Berpemanis serta Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Mahasiswa Gizi Masyarakat Angkatan 60
Nama : Dwi Aji Susetyo
NIM : I14180073

Disetujui oleh

Pembimbing :
Dr. dr. Karina Rahmadiyah Ekawidyan, M.Gizi.

Diketahui oleh



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

Tanggal Ujian:
07 Agustus 2025

Tanggal Lulus: 14 AUG 2025

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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin 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, penerapan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT karena atas berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Konsumsi Minuman Berpemanis Serta Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Mahasiswa Gizi Masyarakat Angkatan 60”. Skripsi ini merupakan salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Gizi di Program Studi Ilmu Gizi, Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor. Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidyani, M.Gizi. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, motivasi, kritik, dan saran selama penyusunan skripsi.
2. Yayat Heryatno, SP., MPS. selaku dosen pengaji yang telah memberikan kritik dan saran dalam proses penyempurnaan skripsi.
3. Prof. Dr. Ir. Drajat Martianto, M.Si. selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan ilmu, dukungan, dan motivasi selama penulis menyelesaikan perkuliahan hingga skripsi.
4. Seluruh staf pendidik dan civitas akademik Departemen Gizi Masyarakat khususnya Mbak Aning yang telah banyak membantu penulis selama berkuliah.
5. Kedua orang tua penulis, Bapak Ahmad Purwaji dan Ibu Suwarsih, serta kakak Nurul Purwaningsih yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan motivasi kepada penulis.
6. Teman-teman komunitas GMabar terutama Athifah Putri Rialdi, Yuseph Saeful Hidayah, dan Egi.
7. Teman-teman Gizi Masyarakat angkatan 55 yang telah berbagi cerita dan dukungan selama masa kuliah terutama Maitri, Caca, Nisa, Hima, dan Tryo.

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan penelitian di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2025

Dwi Aji Susetyo

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:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2.

Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin 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, perulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	2
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.5 Hipotesis Penelitian	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Waktu, dan Tempat Penelitian	6
3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	7
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	8
3.5 Definisi Operasional	11
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	13
4.1 Karakteristik Subjek	13
4.2 Karakteristik Orang Tua	14
4.3 Pengetahuan terkait Minuman Berpemanis	15
4.4 Sikap terkait Minuman Berpemanis	18
4.5 Konsumsi Minuman Berpemanis	20
4.6 Aktivitas Fisik	22
4.7 Status Gizi	23
4.8 Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Status Gizi	25
4.9 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi	28
V SIMPULAN DAN SARAN	32
5.1 Simpulan	32
5.2 Saran	32
DAFTAR PUSTAKA	34
LAMPIRAN	43
RIWAYAT HIDUP	54

DAFTAR ISI



3.1 Variabel penelitian dan cara pengukurannya	7
3.2 Kategori skor MET	9
3.3 Kategori tingkatan aktivitas fisik	10
3.4 Pengolahan dan analisis data	10
4.1 Sebaran subjek berdasarkan karakteristik subjek	13
4.2 Sebaran subjek berdasarkan karakteristik orang tua	14
4.3 Sebaran subjek berdasarkan jawaban benar pengetahuan gizi terkait minuman berpemanis	16
4.4 Sebaran subjek berdasarkan kategori tingkat pengetahuan gizi terkait minuman berpemanis	17
4.5 Sebaran subjek berdasarkan pernyataan sikap setuju	18
4.6 Sebaran subjek terhadap kategori sikap setuju	19
4.7 Sebaran subjek berdasarkan jenis dan frekuensi minuman berpemanis	20
4.8 Sebaran subjek berdasarkan jenis dan volume konsumsi minuman berpemanis setiap kali minum	21
4.9 Sebaran subjek berdasarkan jumlah asupan gula dari SSB	21
4.10 Sebaran subjek berdasarkan tingkat aktivitas fisik	22
4.11 Sebaran subjek berdasarkan status gizi IMT	23
4.12 Sebaran subjek berdasarkan rasio lingkar pinggang pinggul	24
4.13 Hubungan pengetahuan, sikap, dan konsumsi SSB dengan status gizi IMT	25
4.14 Hubungan pengetahuan, sikap, dan konsumsi SSB dengan status gizi (RLPP)	26
4.15 Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Rasio Lingkar Pinggang Pinggul (RLPP) dengan Aktivitas fisik	28

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, penerapan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbarui sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR LAMPIRAN

1 Lembar persetujuan penelitian	44
2 Kuesioner penelitian	45
3 Izin etik	53