



SURVEI DARING MEMBANDINGKAN PERUBAHAN KONSUMSI PANGAN ORANG DEWASA YANG MENGALAMI PERUBAHAN BERAT BADAN SELAMA COVID-19

ARI NORMANSYAH



**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, 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 “Survei Daring Membandingkan Perubahan Konsumsi Pangan Orang Dewasa yang Mengalami Perubahan Berat Badan Selama Covid-19” 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, Januari 2025

Ari Normansyah
I14180086

- 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 mengikuti kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak 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, 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

ARI NORMANSYAH. Survei Daring Membandingkan Perubahan Konsumsi Pangan Orang Dewasa yang Mengalami Perubahan Berat Badan Selama Covid-19. Dibimbing oleh HARDINSYAH dan MUHAMMAD ARIES.

Pandemi Covid-19 dapat memengaruhi pola konsumsi makanan dan minuman orang dewasa yang memungkinkan terjadinya perubahan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan konsumsi makanan dan minuman orang dewasa yang mengalami kenaikan dan penurunan berat badan selama pandemi Covid-19. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang berfokus pada analisis data sekunder. Data dianalisis menggunakan SPSS dengan total responden 1136 orang, berusia 25-54 tahun yang tinggal di Pulau Jawa. Uji *Chi-square* digunakan untuk membandingkan konsumsi makanan dan minuman subjek. Penelitian menunjukkan hasil signifikan bahwa orang dewasa yang mengalami kenaikan berat badan selama pandemi Covid-19 memiliki konsumsi lebih tinggi pada makanan pokok (31,3%), lauk-pauk (26,8%), dan minuman berkalori tinggi (61,3%). Sebaliknya, penurunan berat badan terjadi pada orang dewasa dengan keterbatasan akses pangan bergizi dan seringkali akibat faktor ekonomi. Tingkat pendidikan dan pendapatan juga berpengaruh signifikan, di mana kelompok berpenghasilan dan berpendidikan lebih tinggi cenderung mengonsumsi kalori lebih tinggi dan mengalami kenaikan berat badan.

Kata kunci: berat badan, makanan, minuman, orang dewasa, pandemi Covid-19

ABSTRACT

ARI NORMANSYAH. An Online Survey Comparing the Changes in Food Consumption of Adults Who Experienced Body Weight Changes During Covid-19. Supervised by HARDINSYAH and MUHAMMAD ARIES.

The Covid-19 pandemic may affects the food and beverage consumption patterns of adults, that could change in body weight. This study aims to compare the food and beverage consumption of adults who experienced weight gain and weight loss during the Covid-19 pandemic. The research design employs a quantitative approach focusing on secondary data analysis. Data were analyzed using SPSS, with a total of 1136 respondents aged 25-54 years living on the island of Java. Chi-square tests were used to compare the food and beverage consumption of the subjects. The study shows significant results indicating that adults who experienced weight gain during the Covid-19 pandemic had higher consumption of staple foods (31.3%), side dishes (26.8%), and high-calorie beverages (61.3%). Conversely, weight loss occurred among adults with limited access to nutritious food, often due to economic factors. Education level and income also had a significant impact, with higher-income and higher-educated groups tending to consume more calories and experience weight gain.



Keywords: adults, beverages, body weight, Covid-19 pandemic, food

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 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, 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.



SURVEI DARING MEMBANDINGKAN PERUBAHAN KONSUMSI PANGAN ORANG DEWASA YANG MENGALAMI PERUBAHAN BERAT BADAN SELAMA COVID-19

ARI NORMANSYAH

Skripsi

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

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

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 mengugikan 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 Skripsi:

1 Dr. dr. Karina Rahmadi Ekawidyani, M.Gizi.

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 : Survei Daring Membandingkan Perubahan Konsumsi Pangan Orang Dewasa yang Mengalami Perubahan Berat Badan Selama Covid-19
Nama : Ari Normansyah
NIM : I14180086

Disetujui oleh

Pembimbing 1:
Prof. Dr. Ir. Hardinsyah, M.S.

Pembimbing 2:
Muhammad Aries, S.P., M.Si.

Diketahui oleh



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

Tanggal Ujian :
20 Desember 2024

Tanggal Lulus: 10 JAN 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, 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 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 menggunakan 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. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa peradaban ilmu pengetahuan yang besar hingga sekarang. Penulisan skripsi ini sebagai syarat untuk mendapatkan gelar di Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Oktober 2024 ini ialah Gizi Terapan, dengan judul “Survei Daring Membandingkan Perubahan Konsumsi Pangan Orang Dewasa yang Mengalami Perubahan Berat Badan Selama Covid-19”.

Terima kasih saya ucapan kepada dosen pembimbing I yaitu Prof. Dr. Ir. H. Hardinsyah, MS, dan dosen pembimbing II yaitu Muhammad Aries, SP. M.Si yang telah membimbing, banyak memberikan *support*, saran hingga masukan yang sangat berharga. Ucapan terima kasih disampaikan kepada pembimbing akademik yaitu Reisi Nurdiani S.P, M.Si. Selain itu, ucapan terima kasih juga di sampaikan kepada saudari Athifah Putri Rialdi S.Gz dan Felicia Agatha Wardana S.Gz yang telah membantu, support dan kerjasamanya dalam penelitian ini.

Ungkapan terima kasih juga disampaikan kepada ayah, ibu, saudara serta seluruh keluarga saya yang telah memberikan dukungan, doa, dan kasih sayangnya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Selain itu, penghargaan penulis sampaikan kepada semua pihak terutama pihak komdik yang telah banyak memberikan *support* dan teman-teman yang telah mendukung selama pengerjaan skripsi.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dan kritik dapat diberikan kepada penulis agar pelaksanaan penelitian ini dapat berjalan dengan baik, mendapatkan hasil yang optimal dan bermanfaat untuk banyak pihak.

Bogor, Januari 2025

Ari Normansyah



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 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 mengurangi 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	2
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	3
1.5 Hipotesis	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain dan Waktu Penelitian	6
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Subjek	6
3.3 Jenis dan Sumber Data	7
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	8
3.5 Definisi Operasional	12
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	13
4.1 Karakteristik Sosial Ekonomi Orang Dewasa	13
4.2 Karakteristik Kesehatan dan Pangan Orang Dewasa	15
4.3 Perubahan Konsumsi Makanan Orang Dewasa	16
4.4 Perubahan Konsumsi Sayur dan Buah Orang Dewasa	20
4.5 Perubahan Konsumsi Makanan Pokok dan Lauk-pauk Orang Dewasa	25
4.6 Perubahan Konsumsi Minuman Orang Dewasa	29
V SIMPULAN DAN SARAN	34
5.1 Simpulan	34
5.2 Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN	45
RIWAYAT HIDUP	57

**DAFTAR TABEL**

3.1	Jenis dan cara pengumpulan data	7
3.2	Kategori variabel penelitian	8
3.3	Kode pengkategorisasi variabel untuk analisis hubungan	10
4.1	Karakteristik sosial ekonomi orang dewasa yang mengalami peningkatan dan penurunan berat badan selama Covid-19	14
4.2	Karakteristik kesehatan dan pangan orang dewasa yang mengalami peningkatan dan penurunan berat badan selama Covid-19	16
4.3	Perubahan konsumsi makanan orang dewasa yang meningkat dan menurun berat badan selama Covid-19	17
4.4	Perubahan konsumsi sayur buah orang dewasa yang meningkat dan menurun berat badan selama Covid-19	21
4.5	Perubahan konsumsi makanan pokok dan lauk pauk orang dewasa yang meningkat dan menurun berat badan selama Covid-19	26
4.6	Perubahan konsumsi minuman orang dewasa yang meningkat dan menurun berat badan selama Covid-19	31

DAFTAR GAMBAR

2.1	Kerangka pemikiran konsumsi makanan dan minuman orang dewasa	5
4.1	Perbedaan konsumsi lauk-pauk subjek yang mengalami peningkatan berat badan dan penurunan berat badan	18
4.2	Perbedaan konsumsi sayur subjek yang mengalami peningkatan berat badan dan penurunan berat badan	19
4.3	Perbedaan konsumsi buah subjek yang mengalami peningkatan berat badan dan penurunan berat badan	19

DAFTAR LAMPIRAN

1	Surat keterangan lolos kaji etik penelitian	46
2	Kuesioner Penelitian	47