

HUBUNGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT, KONSUMSI PANGAN DAN STATUS KESEHATAN DENGAN STATUS GIZI SANTRI DAARUL RAHMAN

NABILAH ZULFA



**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 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 PEMLIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Konsumsi Pangan dan Status Kesehatan dengan Status Gizi Santri Daarul Rahman” 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

Nabilah Zulfa
I14180084

- 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.

ABSTRAK

NABILAH ZULFA. Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Konsumsi Pangan dan Status Kesehatan dengan Status Gizi Santri Daarul Rahman. Dibimbing oleh IKEU EKAYANTI.

Perilaku hidup bersih dan sehat santri dipengaruhi oleh faktor-faktor yaitu lingkungan, karakteristik santri, pengetahuan dan praktik. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengetahuan dan praktik PHBS, konsumsi pangan dan status kesehatan serta hubungannya dengan status gizi santri. Desain penelitian adalah *cross-sectional* dengan 90 santri. Subjek merupakan santri remaja 15–18 tahun di Pesantren Daarul Rahman Jakarta. Mayoritas santri memiliki pengetahuan dan praktik PHBS yang baik (87,9% dan 63,6%). Sebanyak 92,2% santri memiliki status kesehatan yang baik. Tingkat kecukupan energi (84,6%AKE) tergolong kurang dari anjuran 100–<130%AKG. Jenis pangan yang sering dikonsumsi oleh subjek adalah makanan pokok, lauk nabati, dan sayur. Jenis pangan yang jarang dikonsumsi adalah lauk hewani dan buah. Mayoritas subjek (83,3%) memiliki status gizi normal, hanya saja ada sebagian kecil subjek yang memiliki status gizi *underweight* dan *overweight*. Hasil uji analisis *chi-square* menunjukkan signifikan pada pekerjaan ibu dan pengetahuan PHBS ($p=0,002$), dan uji korelasi menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan PHBS dengan persepsi lingkungan ($r=0,311$, $p=0,003$) dan tidak adanya hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi dengan status gizi santri, pengetahuan dan praktik PHBS, status kesehatan dengan status gizi.

Kata kunci: konsumsi pangan, perilaku hidup bersih dan sehat, santri, status gizi, status kesehatan

ABSTRACT

NABILAH ZULFA. Correlation between Clean and Healthy Behavior, Food Consumption and Healthy Status with Nutrition Status of Santri in Daarul Rahman Boarding School. Supervised by IKEU EKAYANTI.

Clean and healthy living behavior is influenced by the environment, the characteristics of santri, and the knowledge and the practice. The aim is to analyze knowledge and PHBS practice, food consumption and healthy status and their relationship to nutritional status. The study design was cross sectional with 90 students. Subjects were adolescent aged 15–18 years in Daarul Rahman Islamic Boarding School Jakarta. The majority of students had good knowledge and PHBS practices (87.9% and 63.6%). 92.2% had good healthy status. The energy adequacy level (84.6%) is classified as less than the recommended 100–<130% RDA. The types of food most frequently consumed by the majority of respondents were staple foods, vegetable side dishes, and vegetables. The types of foods that were rarely consumed were animal and fruit side dishes. The majority of respondents (83.3%) had normal nutritional status, only there were a small part of the respondents who were underweight and overweight. The result of Chi Square test showed that was a

significant relationship between mother's occupation with clean and healthy behaviour, and results of the correlation test showed there was a significant relationship between PHBS practice and environment perception ($r=0.311$, $p=0.003$) and there was no significant relationship between the consumption food and the nutritional status and no significant relationship between knowledge, PHBS practice, the healthy status, with the nutritional status.

Keywords : clean and healthy behavior, food consumptions, healthy status, nutritional status, 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 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.



@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 HIDUP BERSIH DAN SEHAT, KONSUMSI PANGAN, DAN STATUS KESEHATAN DENGAN STATUS GIZI SANTRI DAARUL RAHMAN

NABILAH ZULFA

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**



@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 Hidup Bersih dan Sehat, Konsumsi Pangan dan Status Kesehatan dengan Status Gizi Santri Daarul Rahman

Nama

: Nabilah Zulfa

NIM

: I14180084

@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 mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Disetujui oleh

Pembimbing:

Dr. Ir. Ikeu Ekayanti, M.Kes.

Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:

Prof. Dr. Katrin Roosita, SP., M.Si.

NIP 197102011999032001



Tanggal Ujian:
11 Agustus 2025

Tanggal Lulus: 15 AUG 2025



@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 izin, berkat dan karunia-Nya sehingga tugas akhir dapat diselesaikan. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Ilmu Gizi, Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor. Judul skripsi ini adalah “Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Konsumsi Pangan dan Status Kesehatan dengan Status Gizi Santri Daarul Rahman”. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. Ikeu Ekayanti, M.Kes. selaku pembimbing akademik dan pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, membimbing dan banyak memberi saran.
2. Desiani Rizki Purwaningtyas, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji sidang yang telah memberi saran kepada penulis terkait skripsi ini.
3. Abi Drs. M. Syafei dan Umi Maryati selaku orang tua penulis yang telah memberikan dukungan dan melangitkan beribu doa kepada penulis.
4. Kakak dan adik penulis yang selalu menjadi penawar dalam setiap kegelisahan.
5. Teman-teman GM 55 yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.
6. Pihak Pondok Pesantren Daarul Rahman tempat penelitian dilaksanakan atas kesediaan dan bantuan dalam kelancaran penelitian.
7. Serta berbagai pihak yang telah membantu dan berkontribusi dalam penyusunan usulan penelitian ini sehingga dapat terselesaikan.

Penulis menyadari ini tidak lepas dari banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun sebagai penyempurnaan bagi penelitian selanjutnya.

Bogor, Agustus 2025

Nabilah Zulfa



@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 LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.5 Hipotesis	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	5
III METODE	7
3.1 Desain, Lokasi, dan Waktu	7
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Subjek	7
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	8
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	9
3.5 Definisi Operasional	12
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	14
4.1 Gambaran Umum Pesantren Daarul Rahman	14
4.2 Karakteristik Santri	14
4.3 Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	17
4.4 Praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	18
4.5 Kebiasaan Makan Santri	23
4.6 Tingkat Kecukupan Zat Gizi	28
4.7 Status Gizi	31
4.8 Status Kesehatan	31
4.9 Persepsi Lingkungan Pesantren	33
4.10 Hubungan Karakteristik Santri dan Karakteristik Keluarga dengan PHBS	35
4.11 Hubungan Pengetahuan PHBS dengan Perilaku PHBS	36
4.12 Hubungan PHBS dengan Persepsi Lingkungan	37
4.13 Hubungan PHBS dengan Status Kesehatan	37
4.14 Hubungan Status Kesehatan dengan Status Gizi	37
4.15 Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi	37
V SIMPULAN DAN SARAN	39
5.1 Simpulan	39
5.2 Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	45

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.



DAFTAR TABEL

3.1	Jenis dan cara pengumpulan data	8
3.2	Pengolahan data	10
4.1	Sebaran santri berdasarkan karakteristik	15
4.2	Sebaran karakteristik orang tua santri	15
4.3	Sebaran pendapatan orang tua santri	16
4.4	Pengetahuan PHBS santri	17
4.5	Sebaran jawaban benar pengetahuan PHBS santri	17
4.6	Praktik PHBS santri	19
4.7	Sebaran praktik PHBS santri	20
4.8	Frekuensi konsumsi pangan sumber pangan pokok	24
4.9	Frekuensi konsumsi pangan sumber protein hewani	25
4.10	Frekuensi konsumsi pangan sumber protein nabati	26
4.11	Frekuensi konsumsi pangan kelompok sayur-sayuran	26
4.12	Frekuensi konsumsi pangan kelompok buah-buahan	27
4.13	Frekuensi konsumsi pangan kelompok jajanan dan lain-lain	28
4.14	Tingkat kecukupan asupan zat gizi makro subjek	29
4.15	Sebaran subjek berdasarkan status gizi	31
4.16	Sebaran subjek berdasarkan status kesehatan	32
4.17	Sebaran berdasarkan persepsi subjek terhadap lingkungan pesantren	33
4.18	Sebaran penilaian subjek berdasarkan persepsi lingkungan	33
4.19	Hubungan antara karakteristi subjek dan keluarga dengan PHBS	33
4.20	Hubungan antara asupan zat gizi dengan status gizi	33

DAFTAR LAMPIRAN

1	Bukti Lolos Uji Etik	46
2	Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>)	47
3	Kuesioner Penelitian	50
4	Dokumentasi	53

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.