



## **HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE*, LITERASI GIZI, DAN KEBIAASAAN KONSUMSI SERAT DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA IPB UNIVERSITY**

**RAISHA ANWAR FADHILAH**



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT  
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2024**

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 titik 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 yang berjudul “Hubungan antara *Body Image*, Literasi Gizi, dan Kebiasaan Konsumsi Serat dengan Status Gizi Mahasiswa IPB University” 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 2024

Raisha Anwar Fadhilah  
I1401201054

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 titik 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

RAISHA ANWAR FADHILAH. Hubungan antara *Body Image*, Literasi Gizi, dan Kebiasaan Konsumsi Serat dengan Status Gizi Mahasiswa IPB University. Dibimbing oleh AHMAD SULAEMAN.

*Body image*, literasi gizi, dan kebiasaan konsumsi serat merupakan faktor-faktor yang dapat memegaruhi status gizi individu terutama pada populasi mahasiswa yang rentan terhadap perubahan pola makan dan gaya hidup. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan dan perbedaan antara *body image*, literasi gizi, dan kebiasaan konsumsi serat dengan status gizi pada mahasiswa IPB University. Desain penelitian ini yaitu *cross sectional study*. Subjek dari penelitian berjumlah 110 mahasiswa IPB University. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner secara langsung oleh subjek. *Body image* yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat awal terkategorikan positif (58,2%) sedangkan mahasiswa tingkat lanjut terkategorikan negatif (58,2%). Persentase total literasi gizi pada kedua kelompok subjek terkategorikan adekuat (51%;55%). Kebiasaan konsumsi serat pada mahasiswa tingkat awal terkategorikan sering (56%) sedangkan pada mahasiswa tingkat lanjut terkategorikan jarang (58%). Kedua kelompok subjek memiliki status gizi normal (69,1%; 65,5%). Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara *body image*, kebiasaan konsumsi serat, dan status gizi pada kedua kelompok subjek ( $p<0,1$ ). Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara *body image*, literasi gizi kritis dengan status gizi ( $p<0,1$ ). Tetapi tidak terdapat hubungan signifikan antara domain literasi gizi fungsional, domain literasi gizi interaktif, total literasi gizi, dan kebiasaan konsumsi serat dengan status gizi ( $p>0,1$ ).

Kata kunci: *body image*, kebiasaan konsumsi serat, literasi gizi, status gizi, mahasiswa

## ABSTRACT

RAISHA ANWAR FADHILAH. Correlation Between Body Image, Nutritional Literacy, and Fiber Consumption Habits with Nutritional Status of IPB University Students. AHMAD SULAEMAN.

Body image, nutrition literacy, and fiber consumption habits are factors that can affect the nutritional status of individuals, especially in the student population who are vulnerable to changes in diet and lifestyle. This study aims to analyze the relationship and differences between body image, nutritional literacy, and fiber consumption habits with nutritional status in IPB University students. This research design is a cross sectional study. The subjects of the study amounted to 110 IPB University students. Data collection was done through filling out questionnaires directly by the subjects. The body image possessed by the initial level students was categorized as positive (58.2%) while the advanced level students were categorized as negative (58.2%). The percentage of total nutritional literacy in both subject groups was categorized as adequate (51%; 55%). Fiber consumption habits in the initial level students were categorized as frequent (56%) while those in the



advanced level students were categorized as rare (58%). Both subject groups had normal nutritional status (69.1%; 65.5%). The results showed a significant difference between body image, fiber consumption habits, and nutritional status in both subject groups ( $p<0.1$ ). The correlation test results showed a significant relationship between body image, critical nutrition literacy and nutritional status ( $p<0.1$ ). However, there was no significant association between functional nutrition literacy domain, interactive nutrition literacy domain, total nutrition literacy, and fiber consumption habits with nutritional status ( $p>0.1$ ).

**Keywords:** body image, fiber consumption habits, nutrition literacy, nutritional status, university students





Judul Skripsi : Hubungan antara *Body Image*, Literasi Gizi, dan Kebiasaan Konsumsi Serat dengan Status Gizi Mahasiswa IPB University  
Nama : Raisha Anwar Fadhilah  
NIM : 11401201054

Disetujui oleh



Pembimbing:  
Prof. Dr. Ir. Ahmad Sulaeman, M.S.

Diketahui oleh



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

Tanggal Ujian:  
20 Agustus 2024

Tanggal Lulus: 123 AUG 2024

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 serta syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Body Image*, Literasi Gizi, dan Kebiasaan Konsumsi Serat dengan Status Gizi Mahasiswa IPB University” sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Gizi di Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor. Penulisan skripsi ini tentunya dapat terselesaikan atas dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih dan rasa hormat kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Ahmad Sulaeman, M.S. selaku dosen pembimbing skripsi sekaligus dosen pembimbing akademik yang telah memberikan pengarahan, bimbingan, saran, dan motivasi kepada penulis.
2. Resa Ana Dina, SKM, MEpid selaku dosen moderator pada seminar hasil dan penguji sidang akhir yang telah memberikan masukan dan saran yang bermanfaat untuk penyusunan skripsi.
3. Kedua orang tua tercinta Ayah Anwar Hadi dan Ibu Sri Hartati, serta Kakak Harits dan Kakak Chella yang selalu memberikan dukungan, doa, dan motivasi kepada penulis.
4. Teman-teman Cobapayaaa yang terdiri dari Tika, Shabila, Larissa, Fathiya, Pradjna, Riza, Rechita, Syahuda, Sandra, Azzahra, Devira, Faya, Rina, Ayu, dan Nirvani yang telah menemani hari-hari dari awal perkuliahan hingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi, dan telah memberikan motivasi kepada penulis.
5. Teman-teman Gizi Masyarakat angkatan 57 yang telah berjuang bersama dalam menyelesaikan perkuliahan.
6. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia dan mengikuti kegiatan penelitian hingga akhir.
7. Pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut memberi saran, motivasi, dan masukan dalam proses penulisan skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis akan selalu terbuka atas kritik dan saran yang membangun untuk dapat menjadi perbaikan dari skripsi. Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah ilmu bagi penulis maupun pihak lainnya.

Bogor, Agustus 2024

*Raisha Anwar Fadhilah*



<b>DAFTAR TABEL</b>	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b>	viii
<b>I PENDAHULUAN</b>	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat	4
1.5 Hipotesis	5
<b>II KERANGKA PEMIKIRAN</b>	6
<b>III METODE</b>	8
3.1 Desain, Waktu, dan Tempat	8
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Subjek	8
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	11
3.4 Pengolahan Data	12
3.5 Analisis Data	15
3.6 Definisi Operasional	16
<b>IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	17
4.1 Karakteristik Subjek	17
4.2 <i>Body Image</i>	18
4.3 Literasi Gizi	20
4.4 Kebiasaan Konsumsi Serat	26
4.5 Status Gizi	30
4.6 Hubungan <i>Body Image</i> dengan Status Gizi	31
4.7 Hubungan Literasi Gizi dengan Status Gizi	33
4.8 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Serat dengan Status Gizi	36
<b>V SIMPULAN DAN SARAN</b>	38
5.1 Simpulan	38
5.2 Saran	38
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	40
<b>LAMPIRAN</b>	46
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	68

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 karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

b. Pengutipan titik merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

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