

**POLA KONSUMSI PANGAN DAN PENILAIAN STATUS GIZI  
MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI  
UNIVERSITAS SANATA DHARMA YOGYAKARTA**

**Maya Karunawati**

**151434090**

**2015**

**ABSTRAK**

Perubahan gaya hidup dan konsumsi makanan pada mahasiswa mempengaruhi asupan dan kebutuhan gizinya yaitu dapat meningkat maupun berkurang. Mahasiswa biasanya lebih memilih makanan yang cepat saji (*fast food*), daging, dan susu daripada mengonsumsi sayur, kacang-kacangan, dan sereal yang dapat berakibat pada status gizi. Kurangnya kesadaran mahasiswa tentang gizi menyebabkan kurangnya asupan gizi yang seimbang sehingga dapat meningkatkan resiko mahasiswa memiliki gizi yang salah (*malnutrisi*). Tujuan dari penelitian ini adalah (1) mengetahui pola konsumsi pangan dan penilaian status gizi mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, (2) mengetahui hubungan antara pola konsumsi pangan dan status gizi mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif yang akan dibagi menjadi statistik deskriptif dan statistik inferensial dengan menggunakan analisis korelasi *Product Moment Pearson*. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan *crosssectional*. Penelitian ini menggunakan data Indeks Massa Tubuh (IMT) dan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi Angkatan 2018 dan 2017 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola konsumsi pangan mahasiswa memiliki frekuensi dan variasi yang berbeda-beda. Pola konsumsi pangan berpengaruh nyata terhadap status gizi. Berdasarkan uji korelasi *Product Moment Pearson*, tidak terdapat pengaruh nyata antara frekuensi penggunaan bahan pangan terhadap status gizi mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi Angkatan 2018 dan 2017 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

**Kata Kunci :** pola konsumsi pangan, IMT, *FFQ*, status gizi

**FOOD CONSUMPTION PATTERNS AND NUTRITIONAL STATUS  
ASSESSMENT OF BIOLOGY EDUCATION PROGRAM STUDENTS OF  
SANATA DHARMA UNIVERSITY**

**Maya Karunawati**

**151434090**

**2015**

**ABSTRACT**

*Life-style changes and food consumption of college students give an effect on food intake and their nutritional needs. They usually eat more fast foods, meats and milk than vegetables, nuts and cereal that can impact to their nutritional status. The nutrient intake can be decreased because of their lack of consciousness so that can increase the risk of malnutrition. The purpose of this research was (1) to find out food consumption patterns and nutritional status assessment of Biology Education Program students of Sanata Dharma University and (2) to find out the correlation between food consumption patterns and nutritional status assessment of Biology Education college students in Sanata Dharma University.*

*This was quantitative descriptive type research and divided into descriptive statistic and inferential statistic. Product Moment Pearson correlation analysis was used in this research. The design of the research used analytic descriptive with cross-sectional approach. This research uses Body Mass Index (BMI) and Food Frequency Questionnaire (FFQ) data of students class of 2018 and 2017 Biology Education Program students of Sanata Dharma University.*

*The results showed that food consumption patterns of students had a different frequency and food usage variations. The food consumption patterns gave no correlation on nutritional status. According to Product Moment Pearson, there were no significant effect between food usage frequency and nutritional status class of 2018 and 2017 Biology Education Program students of Sanata Dharma University.*

**Key words :** *food consumption patterns, BMI, FFQ, nutritional status.*