

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS  
GIZI MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH  
PADA ERA PANDEMI**

**SKRIPSI**



Diajukan sebagai syarat untuk mengikuti Seminar Akhir  
Skripsi pada Fakultas Kedokteran  
Universitas Baiturrahmah

**MUHAMMAD HIDAYAT SYOLENDRA**

**1810070100074**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH**

**PADANG**

**2022**

**HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL AKHIR SKRIPSI**

**Judul: Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Mahasiswa**

**Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Pada Era Pandemi**

Disusun Oleh

**Muhammad Hidayat Syolendra**

**1810070100074**

**Telah disetujui**

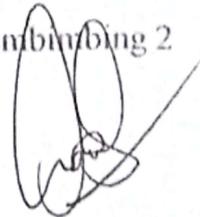
Padang, Agustus 2022

Pembimbing 1



(dr. Sri Nani Jelmila, M.Biomed)

Pembimbing 2



(dr. M. Ivan, Sp.B)

Penguji 1



(dr. Rinita Amelia, M.Biomed)

Penguji 2



(dr. Riki Nova, Sp.FK)

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Muhammad Hidayat Syolendra

NPM : 1810070100074

Mahasiswa : Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas  
Kedokteran Universitas Baiturrahmah

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya ini berupa skripsi dengan “Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah pada Era Pandemi” adalah asli dan belum pernah dipublikasi atau diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Baiturrahmah maupun perguruan tinggi yang lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan orang lain, kecuali pembimbing dan pihak lain sepengetahuan pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lain sesuai norma dan hukum yang berlaku

Padang, 27 Agustus 2022

sembuat pernyataan,



Muhammad Hidayat Syolendra

## ABSTRAK

**Latar belakang :** Upaya pencegahan penularan COVID-19 salah satunya adalah dengan menerapkan pola hidup sehat. Pola hidup sehat merupakan cara untuk meningkatkan imunitas tubuh dengan banyak mengonsumsi sayur dan buah. Meningkatkan imunitas tubuh juga bisa dilakukan dengan memperbanyak waktu istirahat, menjaga nutrisi, mengonsumsi vitamin, menjaga asupan mineral, melakukan olahraga dan menjaga emosi.

**Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Baiturrahmah pada era pandemi.

**Metode :** Ruang lingkup penelitian ini adalah ilmu gizi. Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2021 - Mei 2022. Jenis penelitian adalah *analitik komparatif numerik dan kategorik tidak berpasangan*. Populasi terjangkau pada penelitian adalah mahasiswa jurusan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah pada era pandemi sebanyak 56 sampel dengan teknik *purposive sampling*. Analisa data univariat disajikan dalam bentuk rerata dan distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji *One Way Anova*, pengolahan data menggunakan komputersasi program SPSS versi IBM 25.0.

**Hasil :** Rerata asupan karbohidrat terbanyak dengan status gizi normal adalah (72,5% ± 22,11%). Rerata asupan protein terbanyak dengan status gizi normal adalah (123,66% ± 45,27%), dan rerata asupan lemak terbanyak dengan status gizi normal adalah (82,50% ± 37,34%). Berdasarkan hasil uji statistika menggunakan uji *One Way Anova* didapatkan hasil tidak terdapat hubungan asupan karbohidrat, protein, dan lemak terhadap status gizi mahasiswa dengan *p value* masing-masing adalah ( $p = 0,202$ ), ( $p = 0,378$ ), dan ( $p = 0,534$ ) atau *p value* > 0,05.

**Kesimpulan :** Status gizi terbanyak adalah normal, asupan karbohidrat terbanyak adalah normal, asupan lemak terbanyak adalah normal, asupan protein terbanyak adalah lebih, tidak ada hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah pada era pandemi, tidak ada hubungan asupan lemak dengan status gizi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah pada era pandemi, dan tidak ada hubungan asupan protein dengan status gizi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah pada era pandemi.

**Kata Kunci :** *status gizi, asupan zat gizi makro, karbohidrat, lemak, protein.*