



**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG
PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI DAN VARIASI
MAKANAN TERHADAP STATUS GIZI DEWASA DI
KOTA MALANG**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

ILHAMNA RIZKY RAMADHANI

21701101010

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM MALANG**

2022

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG
PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI DAN VARIASI
MAKANAN TERHADAP STATUS GIZI DEWASA DI
KOTA MALANG**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Oleh:

ILHAMNA RIZKY RAMADHANI

21701101010

PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ISLAM MALANG

2022



**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG
PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI DAN VARIASI
MAKANAN TERHADAP STATUS GIZI DEWASA DI
KOTA MALANG**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

ILHAMNA RIZKY RAMADHANI

21701101010

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM MALANG**

2022

RINGKASAN

Ihamna Rizky Ramadhani. Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Malang, 8 Januari 2022. Hubungan Pengetahuan Tentang Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi dan Variasi Makanan Terhadap Status Gizi Dewasa di Kota Malang. Pembimbing 1: Dewi Martha Indria. Pembimbing 2: Lutfi Rachman.

Pendahuluan: Masalah gizi masih banyak ditemukan, khususnya di Indonesia. Masalah status gizi dapat dipengaruhi oleh pemenuhan kebutuhan nutrisi yang berhubungan dengan tingkat pengetahuan seseorang. Tingkat pengetahuan berhubungan dengan sikap dan perilaku seseorang untuk memilih ragam makanan yang dikonsumsi. Namun belum ada penelitian yang menghubungkan dengan status gizi pada dewasa usia 20-39 tahun di Kota Malang, sehingga penelitian ini perlu dilakukan.

Metode: Penelitian ini dilakukan secara observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional pada 380 individu dewasa berusia 20-39 tahun yang tinggal di Kota Malang. Pengetahuan dievaluasi dengan kuesioner test sejumlah 20 butir pertanyaan. Variasi makanan dievaluasi dengan food recall 1x24 jam dan Household Dietary Diversity Score. Status gizi dinilai dengan pengukuran Indeks massa tubuh melalui tinggi badan dan berat badan. Data dianalisis dengan Structural Equation Model (SEM) menggunakan Partial Least Squares (PLS) dengan aplikasi Smart PLS versi 3.0. Signifikansi ditentukan dengan T-statistik $>1,96$ dan p-value $<0,05$.

Hasil: Responden yang memiliki pengetahuan tinggi sebanyak 79,1%, memiliki variasi makanan yang tinggi sebanyak 18,1%, dan status gizi normal sebanyak 63,5%. Analisa menggunakan SEM-PLS menunjukkan pengetahuan berhubungan dengan variasi makanan (T-statistik=2,340) namun tidak berhubungan dengan status gizi (T-statistik=0,465). Hal ini kemungkinan terjadi karena pengetahuan tidak dapat berdiri sendiri dalam membentuk variabel status gizi.

Kesimpulan: Pengetahuan tentang nutrisi berpengaruh pada variasi makanan namun tidak berhubungan dengan status gizi dewasa usia 20-39 tahun di Kota Malang.

Kata Kunci: *Pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi, variasi makanan, status gizi*

SUMMARY

Ilhamna Rizky Ramadhani. Faculty of Medicine, Islamic University of Malang, 8 January 2022. The Correlation Between Knowledge About Fulfillment of Nutritional Needs and Food Variations on Adult Nutritional Status in Malang City
Supervisor 1: Dewi Martha Indria. Supervisor 2: Lutfi Rachman

Introduction: The problem of nutritional status can be influenced by the fulfillment of nutritional needs related to a person's level of knowledge. The level of knowledge relates to a person's attitude and behavior to choose the variety of food consumed. Research on knowledge about nutritional fulfillment on nutritional status and food variety explains a relationship between knowledge and nutritional status and knowledge with food variety. However, there is no research linking the nutritional status of adults aged 20-39 years in Malang, so this research needs to be done.

Method: This research was conducted by analytical observation with a cross-sectional approach to 380 adults 20-39 years living in Malang City. Nutritional knowledge was evaluated through a questionnaire of 20 questions. Food variety was evaluated using food recall 1x24 hours and Household Dietary Diversity Score. At the same time, nutritional status was evaluated through the body mass index obtained from height and weight measurements. Data were analyzed using the Structural Equation Model (SEM) using Partial Least Squares (PLS) with the Smart PLS version 3.0 application. Significance using T-statistic value > 1.96 and p-value < 0.05 .

Result: The data shows that respondents with high knowledge are 79.1%, a wide variety of food is 18.1%, and normal nutritional status is 63.5%. Knowledge related to food variety with T-statistic = 2,340. Knowledge is not related to nutritional status with T-statistic = 0.465. This happens because knowledge cannot stand alone informing other variables.

Conclusion: Knowledge of nutrition has a significant relationship with food variety but not significantly with the nutritional status of adults 20-39 years old in Malang City.

Keyword: *Nutritional knowledge, food variety, nutritional status.*

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan status gizi pada usia dewasa di Indonesia masih banyak ditemukan hingga saat ini. Sesuai dengan data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2018 mengenai status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang membagi penduduk Indonesia sesuai rentang usianya, usia dewasa masuk ke dalam rentang usia 18 tahun ke atas. Status gizi menurut IMT sesuai rentang usia tersebut yaitu sebanyak 8,5% penduduk tergolong kurus, 13,2% dengan berat badan lebih, dan 20,9% pada penduduk Indonesia usia lebih dari 18 tahun tergolong obesitas. Di Jawa Timur sendiri, penduduk di atas usia 18 tahun yang memiliki status gizi berdasarkan IMT tergolong kurus ada 9,3%, sedangkan berat badan lebih 13,7%, dan 22,4% tergolong obesitas (Kemenkes RI, 2018).

Status gizi yang tidak normal sering terjadi karena adanya pemilihan makanan yang tidak tepat. Padahal, asupan makanan rendah lemak dan tinggi serat pada usia dewasa penting bagi pemeliharaan kesehatan tubuh karena aktivitas yang padat (Kartini dan Anjani, 2013). Masalah lain yang banyak ditemui di Indonesia adalah kekurangan gizi. Banyak masyarakat Indonesia yang memiliki status gizi kurang akibat konsumsi makanan yang tidak sesuai. Status gizi yang kurang ini banyak ditemukan pada daerah pedesaan akibat akses yang sulit dalam hal pangan. Selain itu, kondisi kemiskinan juga memperparah kemampuan masyarakat pedesaan dalam menjangkau variasi makanan yang tepat dan sesuai. Oleh sebab itu, banyak

masyarakat pedesaan yang memiliki status gizi lebih rendah (Sebataraja, Oenzil dan Asterina, 2014).

Permasalahan pemenuhan nutrisi dapat dipengaruhi oleh informasi seseorang yang bergantung pada kondisi ekonomi. Kondisi ekonomi inilah yang akan berdampak pada tingkat pendidikan dan pengetahuan seseorang. Pendidikan seseorang dapat mempengaruhi cara seseorang menyerap informasi, termasuk dalam hal pemilihan variasi makanan (Florence, 2017). Pengetahuan tentang nutrisi dikatakan mampu mempengaruhi status gizi seseorang, namun tidak secara langsung. Hal ini dikarenakan status gizi berhubungan dengan sikap dan perilaku seseorang, dimana sikap dan perilaku ini dapat terbentuk dari pengetahuan seseorang (Soraya, Sukandar and Sinaga, 2017).

Menurut Erpridawati (2012), pengetahuan dapat mempengaruhi sikap seseorang dalam memilih variasi makanan. Penelitian oleh Tanti (2013) juga mengatakan ada hubungan antara kebiasaan konsumsi pangan dengan pengetahuan pada siswa SMK (Tanti, 2013). Namun, penelitian mengenai hubungan pengetahuan dengan variasi makanan ini belum pernah dilakukan di Kota Malang.

Selain pengetahuan, variasi konsumsi pangan dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Penelitian sebelumnya mengatakan bahwa asupan nutrisi dan variasi makanan memiliki hubungan yang bermakna terhadap status gizi seseorang (Serly, et al., 2015). Variasi makanan yang dibutuhkan seseorang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan nutrisinya. Sehingga konsumsi yang monoton akan mengakibatkan kurangnya pemenuhan karbohidrat, protein, dan mineral yang dibutuhkan tubuh (Kemenkes RI, 2014b). Sebaliknya, variasi makanan yang meningkat membentuk status gizi yang semakin baik (Handayani, 2016).

Penelitian mengenai variasi makanan terhadap status gizi sebelumnya mengatakan bahwa asupan variasi makanan dapat mempengaruhi status gizi siswa SD (Manuhutu, et al., 2017). Handayani (2016) juga mengatakan bahwa ada hubungan antara variasi makanan dengan status gizi dewasa pada siswa SMA di Yogyakarta. Namun belum terdapat penelitian yang meneliti variasi makanan terhadap status gizi dewasa, khususnya di Kota Malang.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa rumusan masalah yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi terhadap status gizi dewasa di Kota Malang?
2. Apakah terdapat hubungan antara variasi makanan terhadap status gizi dewasa di Kota Malang?
3. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi dengan variasi makanan?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa tujuan antara lain:

1. Mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi terhadap status gizi dewasa di Kota Malang.
2. Mengetahui hubungan antara pengaruh variasi makanan terhadap status gizi dewasa di Kota Malang.
3. Mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi dengan variasi makanan.

1.4 Manfaat

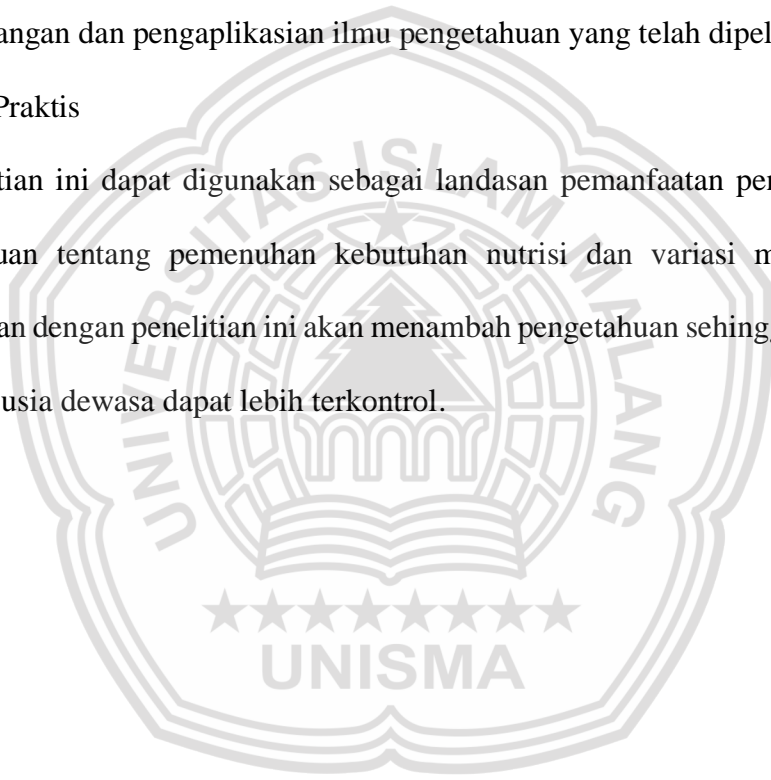
Adapun manfaat yang diharapkan pada penelitian ini yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagaimana pada uraian berikut ini.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini, diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan antara pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi dan variasi makanan terhadap status gizi dewasa serta dijadikan landasan penelitian dalam sarana pengembangan dan pengaplikasian ilmu pengetahuan yang telah dipelajari.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan pemanfaatan pentingnya pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi dan variasi makanan. Diharapkan dengan penelitian ini akan menambah pengetahuan sehingga status gizi pada usia dewasa dapat lebih terkontrol.



BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN

7.1. Kesimpulan

Hasil analisis data pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan status gizi dewasa usia 20-39 tahun di Kota Malang.
2. Variasi makanan memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi dewasa usia 20-39 tahun di Kota Malang.
3. Pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi memiliki hubungan yang signifikan dengan variasi makanan dewasa usia 20-39 tahun di Kota Malang.
4. Pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi tidak dapat berdiri sendiri dalam hubungannya dengan status gizi, namun harus melalui sikap pemilihan makanan yang membentuk variasi makanan supaya dapat berhubungan dengan status gizi. Oleh sebab itu, pengetahuan berhubungan secara tidak langsung dengan status gizi dewasa usia 20-39 tahun di Kota Malang.

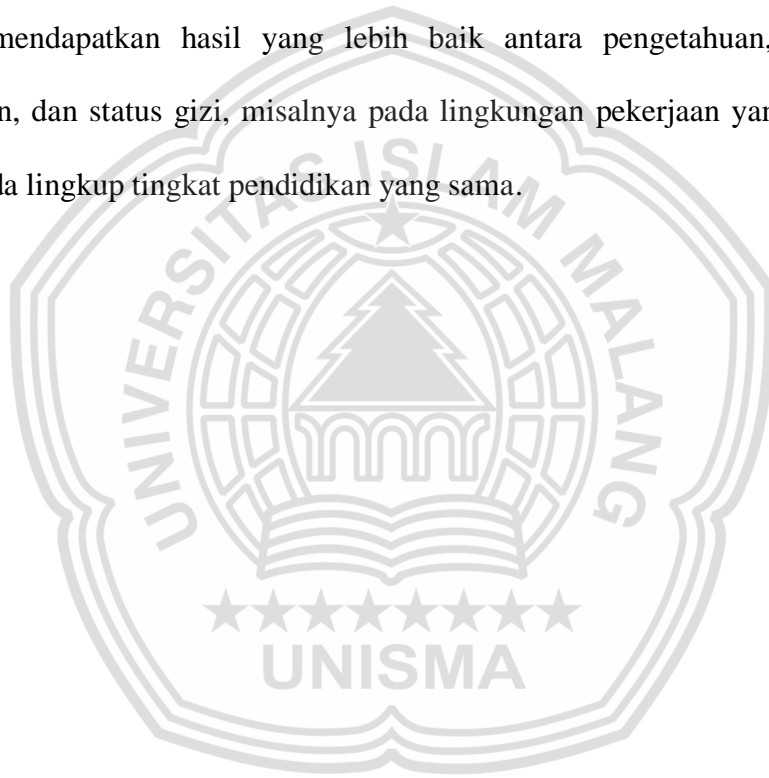
7.2. Saran

Berdasarkan penelitian ini, disarankan untuk:

1. Menggunakan food recall tidak hanya 1x24 jam melainkan melakukan follow up guna melihat konsistensi pemenuhan konsumsi melalui variasi makanan.
2. Mempertimbangkan untuk faktor lain yang menyebabkan pengaruh atau hubungan terhadap sikap yang dibentuk oleh pengetahuan seperti ekonomi, aktifitas fisik, pekerjaan/lingkungan kerja, dan beberapa hal yang lain

dikarenakan pengetahuan merupakan variabel yang tidak dapat berdiri sendiri.

3. Memperbanyak faktor eksternal yang menyebabkan pengaruh terhadap status gizi selain karakteristik responden dan pengetahuan serta variasi makanan pada responden sehingga bisa lebih spesifik melihat variabel yang berpengaruh terhadap status gizi.
4. Melakukan penelitian dengan karakteristik responden yang lebih spesifik untuk mendapatkan hasil yang lebih baik antara pengetahuan, variasi makanan, dan status gizi, misalnya pada lingkungan pekerjaan yang sama, atau pada lingkup tingkat pendidikan yang sama.



DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, R. and Moningga, C. (2012) “Gambaran Perilaku Konsumtif Terhadap Sepatu Pada Perempuan Dewasa Awal,” *Psibernetika*, 5, pp. 76–90.
- Aditianti, A., Prihatini, S. and Hermina, H. (2016) “Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu Tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai Salah Satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARZI),” *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(2), pp. 117–126. doi: 10.22435/bpk.v44i2.5455.117-126.
- Asi, N. B. (2018) “Dimensi Pengetahuan Dan Tingkat Berpikir Pada Pembelajaran Kimia,” *Jurnal Ilmiah Kanderang Tingang*, 9(2), pp. 103–113. doi: 10.37304/jikt.v9i2.10.
- Cantika, H. A. K. (2016) *Peran Komposisi Makronutrien Dalam Sarapan Terhadap Performa Kognitif Remaja*. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Cornia, I. G. and Adriani, M. (2018) “Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Mahasiswa UKM Taekwondo” *Amerta Nutrition*, pp. 91–92. doi: 10.20473/amnt.v2.i1.2018.90-96.
- Dewi, Y. (2013) “Persepsi dan Prilaku Makan Buah pada Anak Obesitas dan Orang Tua,” *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(1), pp. 1–17.
- Erpridawati, D. D. (2012) *Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi dengan Status Gizi Siswa SMP di Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Fajriana, F. and Maryana, M. (2014) “Analisa Berat Badan dan Tinggi Badan Terhadap Status Gizi,” *Jurnal Energi Elektrik*. doi: 10.29103/jee.v3i2.746.
- Florence, A. G. (2017) “Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa TPB Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi Bandung,” *Skripsi Universitas Pasundan Bandung*, pp. 1–133.
- Haditya, Yogi dan Griadhi, Putu A. (2017) Hubungan Faktor Penghalang Berolahraga Terhadap Tahap Perilaku Olahraga Berdasarkan Model Transteori pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Denpasar. Denpasar. *E-Jurnal Medika*, Vol. 6 No.1, January, 2017. Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Handayani, S. M. (2016) “Pengaruh Variasi Konsumsi Pangan Terhadap Status Gizi Pelajar Kelas XI SMA Pangudi Luhur dan SMAN 8 Yogyakarta,” *Universitas Sanata Dharma*, pp. 1–69.
- Hatløy, A. *et al.* (2000) “Food Variety, Socioeconomic Status and Nutritional Status in Urban and Rural Areas in Koutiala (Mali),” *Public Health Nutrition*, 3(1), pp. 57–65. doi: 10.1017/s1368980000000628.
- Hatmojo, T. P., Par’i, H. M. and Wiyono, S. (2017) “Penilaian Status Gizi,”

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.

- Hidayat, A. (2016) “Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Mahasiswa Kampus X Kediri,” *Jurnal Wiyata*, 3(2), pp. 140–145.
- Kadita, F. (2017) “Hubungan Konsumsi Kopi Dan Screen-Time.”
- Kartini, A. and Anjani, R. P. (2013) “Perbedaan Pengetahuan Gizi, Sikap, dan Asupan Zat Gizi, Pada Dewasa Awal (Mahasiswi LPP Graha Wisata dan Sastra Inggris Universitas Diponegoro Semarang),” *Journal of Nutrition College*, 2, p. 314.
- Kemenkes RI (2014a) *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Kemenkes RI (2014b) “Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014,” pp. 1–96.
- Kemenkes RI (2018) “Laporan Nasional RISKESDAS 2018,” *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, p. 198.
- Kurdanti, W., Khasana, T. M. and Fatimah, A. S. (2019) “Pengaruh Media Promosi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar,” *Gizi Indonesia*, 42(2), p. 61. doi: 10.36457/gizindo.v42i2.378.
- Latifah, W. (2010) “Analisis Diskriminan Untuk Klasifikasi Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro Pada Makanan,” *Jurnal Ekonomi Volume 18, Nomor 1 Maret 201*, 2(1), pp. 41–49.
- Liana, A. E., Soharito and Panjaitan, A. A. (2017) “Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Dengan Indek Masa Tubuh Mahasiswa,” *Jurnal Kebidanan*, 7(2), pp. 132–139.
- Manuhutu, R., Purnamasari, D. U. and Dardjito, E. (2017) “Pengaruh Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Lemak, Dan Status Kecacingan Terhadap Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Limpakuwus,” *Kesmas Indonesia*, 9(1), p. 46. doi: 10.20884/1.ki.2017.9.1.227.
- Miller, P., Moore, R. H. and Kral, T. V. E. (2011) “Children’s Daily Fruit and Vegetable Intake: Associations with Maternal Intake and Child Weight Status,” *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 43(5), pp. 396–400. doi: 10.1016/j.jneb.2010.10.003.
- Noviyanti, R. dewi & M. D. (2017) “Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisk, dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja di Kelurahan Purwosari Laweyan Surakarta,” *University Research Colloquium Universitas Muhammadiyah Magelang*, pp. 421–426.
- Prakoso, S. I. S. and Mulyana, B. (2018) “Dietary Diversity and Nutrition Concious Family (Kadarzi) Status among Household in Posyandu Sidotopo, Surabaya,” *Amerta Nutrition*, 2(3), pp. 219–227. doi: 10.20473/amnt.v2.i3.2018.219-227.

- Prasindi, A. Y. (2018) “Psikososial pada Orang Dewasa dengan Status Gizi Normal, Overwheight dan Obesitas di Kota Malang.”
- Pritasari, Damayanti, D. and Lestari, N. T. (2017) “Gizi Dalam Daur Kehidupan.” Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, p. 634.
- Rachmayani, S. A., Kuswari, M. and Melani, V. (2017) “Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor,” *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2).
- Raine, K. D. (2014) “Determinants of Healthy Eating in Canada : An Overview and Synthesis,” *Canadian Journal of Public Health*, 96(August 2005).
- Rohimah, T. F. (2019) *Pengetahuan Gizi, Tingkat Konsumsi, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Santriwati Pondok Pesantren Mahasiswa Syafi'Urrohman Jember.*
- Rönnecke, E. *et al.* (2019) “Age- and Sex-Related Percentiles of Skinfold Thickness, Waist and Hip Circumference, Waist-to-Hip Ratio and Waist-to-Height Ratio: Results from a Population-Based Pediatric Cohort in Germany (LIFE Child),” *Obesity Facts*, 12(1), pp. 25–39. doi: 10.1159/000494767.
- Sada, M., Hadju, V. and Dachlan, D. M. (2012) “Hubungan Body Image, Pengetahuan Gizi Seimbang, dan Aktifitas Fisik terhadap Status Gizi Mahasiswa Politeknik Kesehatan Jayapura,” *Media Gizi Masyarakat Indonesia*, 2(1), pp. 44–48.
- Sebataraja, L. R., Oenzil, F. and Asterina, A. (2014) “Hubungan Status Gizi dengan Status Sosial Ekonomi Keluarga Murid Sekolah Dasar di Daerah Pusat dan Pinggiran Kota Padang Lisbet Rimelfhi Sebataraja,” *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(2), pp. 182–187. doi: 10.25077/jka.v3i2.81.
- Serly, Vicennia; Sofian, Amru; Ernalina, Y. (2015) “Hubungan Body Image , Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014,” *jurnal FK*, 2(2), pp. 1–14.
- Soraya, D., Sukandar, D. and Sinaga, T. (2017) “Hubungan Pengetahuan Gizi, Tingkat Kecukupan Zat Gizi, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Guru SMP,” *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), pp. 29–36. doi: 10.14710/jgi.6.1.29-36.
- Tanti, M. Y. (2013) *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kebiasaan Makan Peserta Didik Kelas Xi Jasa Boga Smk N 6 Yogyakarta, Skripsi.*
- Triana, V. (2006) “Macam-Macam Vitamin Dan Fungsinya Dalam Tubuh Manusia,” *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), pp. 40–47.
- Wardani, R. and Pringgajati, Y. (2013) “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Ibu dalam Memilih Makanan Sehari-Hari dalam Keluarga di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan Kelurahan Tosaren,” *Jurnal Eduhealth*, 3(2).

- WHO (2008) “Waist Circumference and Waist-Hip Ratio: Report of a WHO Expert Consultation,” *World Health Organization*.
- Widodo, A. (2005) “Taksonomi Tujuan Pembelajaran,” *Jurnal Pendidikan*, 4(2), pp. 61–69.
- Yeni, P. S. I. (2015) *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Penggunaan pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Payang Kabupaten Nagan Raya Tahun*. Available at: <http://weekly.cnbnews.com/news/article.html?no=124000>.
- Yunitasari, A. R., Sinaga, T. and Nurdiani, R. (2019) “Asupan Gizi, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Gizi, Status Gizi Dan Kebugaran Jasmani Guru Olahraga Sekolah Dasar” *Media Gizi Indonesia*, 14(2), p. 197. doi: 10.20473/mgi.v14i2.197-206.

