

ABSTRAK

Perilaku pemenuhan nutrisi dan indeks massa tubuh pada setiap orang bervariasi, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti personal preference, pola makan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku pemenuhan nutrisi dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa.

Desain studi ini menggunakan metode analitik dengan rancangan Cross Sectional. Populasi mahasiswa dalam penelitian ini adalah 41 orang. Sampel sebanyak 37 orang diambil secara simple random sampling. Variabel independen adalah perilaku pemenuhan nutrisi dan variabel dependen adalah indeks massa tubuh. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan pengukuran langsung, untuk analisis data menggunakan uji statistik rank spearman melalui SPSS dengan tingkat kemaknaan $= 0,05$.

Hasil penelitian dari 37 mahasiswa menunjukkan bahwa sebagian kecil (16,2%) indeks massa tubuh kurus akibat perilaku pemenuhan nutrisi yang kurang, sebagian besar (73%) indeks massa tubuh normal dengan pemenuhan nutrisi yang cukup, sebagian kecil (10,8%) indeks massa tubuh gemuk akibat pemenuhan nutrisi yang lebih. Hasil uji Rank Spearman didapatkan nilai $= 0,032 < = 0,05$, oleh karena $<$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan antara perilaku pemenuhan nutrisi dengan indeks massa tubuh.

Simpulan dari penelitian ini adalah perilaku pemenuhan nutrisi yang cukup berimplikasi pada indeks massa tubuh yang normal. Maka dari itu perlu diadakan penyuluhan tentang nutrisi untuk mencegah indeks massa tubuh abnormal.

Kata kunci : Perilaku Pemenuhan Nutrisi, Indeks Massa Tubuh.