

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Negara Indonesia merupakan negara terbesar ke-empat di dunia setelah China, India dan Amerika Serikat. Selain menjadi negara terbesar ke-empat di dunia, Indonesia juga menjadi negara dengan jumlah penduduk yang besar dengan tingkat pertumbuhan penduduk yang cukup tinggi. Menurut Badan Pusat Statistika (2013) dalam buku proyeksi penduduk Indonesia 2010-2035 jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2019 diproyeksikan berjumlah 268.074,6 jiwa sudah termasuk laki-laki dan perempuan dari usia 0 tahun sampai usia lebih dari 75 tahun. Menurut Statista (2016) Indonesia menduduki posisi ke-empat populasi terbesar dengan jumlah 259.4 jiwa dan 66.9% dari jumlah tersebut ditempati oleh generasi X, generasi Y atau yang lebih dikenal dengan sebutan generasi *Millennial* dan generasi Z yang juga biasa disebut *IGeneration*.

Generasi Y dan Z adalah 2 kelompok generasi diantara beberapa kelompok generasi berdasarkan teori klasifikasi generasi yang ada. Definisi generasi ini pertama kali diteliti oleh Mannheim pada tahun 1952 yang mengemukakan bahwa generasi adalah suatu konstruksi sosial yang berisi orang-orang yang memiliki umur dan pengalaman historis yang sama, mereka memiliki kesamaan tahun lahir dalam rentang waktu 20 tahun serta tergabung dalam dimensi sosial dan dimensi sejarah yang sama.

Zemke *et al.* (2000) berpendapat bahwa generasi Y atau generasi *Millennial* adalah generasi yang lahir pada tahun 1980 sampai dengan tahun 1999. Generasi ini memiliki karakter unik berdasarkan wilayah dan kondisi sosial-ekonomi dengan ciri utama penggunaan komunikasi, media, dan teknologi digital yang tinggi. Akrab dengan teknologi menjadikan generasi ini kreatif, informatif, mempunyai passion, produktif, dan menggunakan teknologi dalam segala aspek kehidupannya (Lyons, 2004).

IGeneration atau generasi internet adalah sebutan untuk generasi Z (Putra, 2016). Tapscott (2016) mengungkapkan bahwa generasi Z lahir pada 1998-2009, generasi ini sudah mengenal internet dan juga web sejak kecil karena lahir pada saat dunia sudah dikuasai teknologi hingga dijuluki "*The silent generation*". Generasi Z memiliki beberapa persamaan dengan generasi Y (*Millennial*) namun kelebihan dari generasi Z (*IGeneration*) adalah generasi ini dapat mengaplikasikan semua kegiatan dalam satu waktu atau disebut *multi tasking*. Lahir dimana mengakses informasi sudah menjadi budaya global dan hal tersebut berpengaruh terhadap pandangan dan tujuan hidup generasi ini. Menurut Basiouni & Hakley (2014) bahwa generasi Z adalah generasi dengan daya konsumsi yang tinggi.

Ada berbagai macam teknologi yang kita ketahui seperti teknologi medis, teknologi pangan, teknologi pendidikan, teknologi informasi komunikasi dan masih banyak lagi. Semua macam teknologi ikut berkembang seiring perjalanan waktu salah satunya adalah teknologi informasi komunikasi. Bambang Warsita (2008:135) menjelaskan bahwa teknologi informasi adalah sarana dan prasarana (*hardware, software, useware*) sistem dan metode untuk memperoleh, mengirimkan, mengolah, menafsirkan, menyimpan, mengorganisasikan, dan menggunakan data secara bermakna. Menurut Zulkarnaen (2014) salah satu macam teknologi informasi adalah *internet* dimana pengertian *internet* menurutnya adalah sebuah jaringan computer yang besar terdiri dari jaringan-jaringan kecil yang terhubung yang menjangkau seluruh dunia, dengan tujuan untuk menambah serta memperluas wawasan juga pengetahuan seseorang dengan cara memahami alat teknologi informasi dan komunikasi, mengenal istilah-istilah yang digunakan, menyadari keunggulan dan keterbatasan, serta dapat menggunakan alat teknologi informasi dan komunikasi secara optimal.

Generasi Y dan generasi Z memiliki kesamaan yaitu penggunaan teknologi informasi yang tinggi dibuktikan melalui *Alvara Research Center* (2014) bahwa konsumsi *internet* penduduk kelompok usia 15 hingga 34 tahun lebih tinggi dibanding kelompok usia yang lebih tua. Hal ini terungkap dari survei terbaru Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2018 bahwa pengguna internet di Indonesia didominasi oleh generasi *Millenial*, survei ini menunjukkan 91% pengguna *internet* adalah remaja berusia 15-19 tahun, 88.5% pengguna *internet* adalah mereka yang berusia 20-24 tahun, 82.7% atau sekitar 25 juta pengguna *internet* di Indonesia adalah mereka yang berusia 25-29 tahun dan sekitar 76.5% pengguna berusia 30-34 tahun. Menurut Darmawan (2018) dalam surveinya mengatakan bahwa frekuensi penggunaan *internet* dalam sehari sebanyak 39,1% respondennya mengaku menghabiskan waktu lebih dari 5 sampai 10 jam dalam sehari, dan sebanyak 31,6% menggunakan *internet* diatas 10 jam. Saat ditanyakan tujuan mereka menggunakan *internet*, mayoritas dari responden (93,1%) menjawab mereka menggunakannya untuk berkomunikasi dan sebanyak 90,2% menjawab untuk mencari informasi (*web browsing*), 70,1% untuk mengunduh file video, audio, gambar, bahan baca, aplikasi dan lain lain.

Pada Tahun 2010 Riskesdas mengungkapkan pada anak usia 13-15 tahun prevalensi sangat kurus 2.7%, kurus 7.4%, dan gemuk 2.5%. Pada remaja 16-18 tahun 1.8% sangat kurus, 7.1% kurus dan gemuk 1.4%. pada penduduk dewasa diatas 18 tahun terdapat 12.6% kurus, 21.7% (gabungan kategori berat badan lebih dan obes). Prevalensi yang ada pada Riskesdas (2013) bahwa secara nasional prevalensi kurus pada anak 5-12 tahun adalah 11.2% terdiri dari 4.0% sangat kurus dan 7.2% kurus. Prevalensi gemuk pada anak usia 5-12 tahun adalah 18.8% terdiri dari 8.8% sangat gemuk (obesitas) dan 10.8% gemuk. Prevalensi kurus pada remaja

usia 13-15 tahun adalah 11.1% terdiri dari 3.3% sangat kurus dan 7.8% kurus. Prevalensi gemuk pada remaja usia 13-15 tahun adalah 10.8% terdiri dari 2.5% sangat gemuk (obesitas) dan 8.3% gemuk. Riskesdas (2013) menunjukkan bahwa kecenderungan prevalensi pada remaja kurus hampir sama pada 2007 dan 2013, dan prevalensi sangat kurus naik 0.4%. Prevalensi remaja gemuk mengalami peningkatan dari 1.4% pada tahun 2007 menjadi 7.3% pada tahun 2013. Pada orang dewasa Riskesdas (2013) juga menunjukkan prevalensi penduduk dewasa kurus 8.7%, berat badan lebih 13.5% dan obesitas 15.%. Prevalensi obesitas pada laki-laki dewasa meningkat dari 13.9% (2007) menjadi 19.7% (2013) dan prevalensi obesitas pada perempuan dewasa 32.9% dari 13.9% pada tahun 2007 menjadi 17.5% pada tahun 2010 dan 32.9% pada tahun 2013. Hasil Riskesdas (2018) juga mencuri perhatian karena didapatkan peningkatan prevalensi sangat gemuk (obesitas) pada dewasa yaitu sebesar 21.8% (peningkatan sebesar 7% dari tahun 2013) dan DKI Jakarta menempati tempat provinsi tertinggi kedua untuk proporsi obesitas pada dewasa (diatas 18 tahun) yaitu sebesar 29.8%. Kenaikan prevalensi obesitas sentral (lingkar perut perempuan lebih dari 80 cm dan 90 cm pada lelaki) juga patut mendapat perhatian karena pada tahun 2007 prevalensi sentral mencapai 18.8% pada tahun 2007, 26.6% pada 2013 dan 31% pada tahun 2018.

Tingginya prevalensi ini dikatakan sebagai salah satu indikator rendahnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Karena menurut Sukma dan Margawati (2014) Pengetahuan memengaruhi sikap dalam pemilihan makanan. Adanya pengetahuan yang baik diharapkan akan berpengaruh pada asupan makanan yang baik sehingga dapat menghasilkan status gizi yang baik juga. Sebaliknya Kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam pemilihan makanan akan berpengaruh pada status gizi. Hal ini juga didukung oleh Nurdzulqaidah (2017) pengetahuan gizi seseorang berpengaruh pada sikap dan perilaku dalam memilih makanan dan akan berpengaruh pada keadaan gizi individu tersebut. Ketika asupan makan lebih sehat maka keadaan tubuh kita juga ikut sehat, sehingga peningkatan masalah gizi dapat dicegah dan dikurangi, demi memberantas masalah gizi yang ada maka pemerintah mengeluarkan sebuah pedoman atau panduan pangan gizi seimbang melalui gizi seimbang dalam bentuk visual, visual yang dimaksudkan disini adalah gambar “Tumpeng gizi seimbang” dan “Piring makanku” dalam profil kesehatan Indonesia (Kemenkes, 2014).

Tumpeng gizi seimbang adalah penjabaran sederhana mengenai ukuran atau porsi makanan dan minuman serta aktivitas fisik setiap hari, terdapat juga anjuran untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah makan serta pemantauan berat badan. Dalam tumpeng gizi seimbang terdapat empat kelompok lapisan yang berurut dari atas ke bawah, sesuai dengan prinsip empat pilar seperti pangan yang beragam, aktivitas fisik, kebersihan diri serta lingkungan, juga pemantauan berat badan. Membaca tumpeng tersebut adalah dengan melihat arah tumpeng, semakin ke atas maka ukuran tumpeng akan semakin kecil yang berarti pangan tersebut dikonsumsi

dalam jumlah sedikit atau dibatasi konsumsinya. Dalam setiap kelompok pangan dituliskan jumlah konsumsi yang dianjurkan disertai dengan visual segelas air putih dan tulisan 8 gelas yang berarti setiap orang pada kategori remaja dan dewasa disarankan meminum 8 gelas air putih dalam sehari (Kemenkes, 2014).

Piring makanku adalah panduan sajian makanan dan juga minuman untuk setiap kali hendak makan (misalnya saat sarapan, saat makan siang dan saat makan malam) atau sajian sekali makan. Visual panduan pangan piring makanku menggambarkan sajian makanan sehat dimana separuh dari total jumlah makanan pada setiap kali makan adalah sayur dan buah, separuh lainnya adalah makanan pokok dan juga lauk-pauk. Visual piring makanku menganjurkan bahwa saat hendak makan, porsi sayuran harus lebih banyak dibandingkan porsi buah, dan porsi pada makanan pokok lebih banyak daripada porsi lauk-pauk. Gambar satu gelas pada visual ini tidak berarti dalam satu kali makan hanya dapat meminum satu gelas saja, tetapi bisa disesuaikan kebutuhan, bisa segelas sebelum makan, bisa juga segelas sesudah makan. Sejalan dengan prinsip gizi seimbang, visual piring makanku juga menganjurkan cuci tangan sebelum dan sesudah makan. Karena visual piring makanku adalah panduan sajian makan dan minum setiap hendak makan, maka anjuran aktivitas fisik dan pemantauan berat badan tidak dimasukkan (Kemenkes, 2014).

Zaman sekarang ini adalah zaman yang sangat mudah untuk mendapatkan apa yang kita cari atau apa yang kita mau khususnya dibidang pengetahuan, pendidikan dan juga bidang informasi komunikasi dimana jawaban dari hal yang ingin kita ketahui bisa kita dapatkan dengan mudah seperti pada *internet* dan media informasi lainnya yang merupakan bagian dari perkembangan teknologi pendidikan dan informasi. Jika dikembalikan kepada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) yang notabenehnya adalah generasi yang akrab dengan teknologi serta memiliki daya konsumsi yang tinggi terhadap teknologi, terutama teknologi informasi komunikasi seperti *internet*, media sosial dan media informasi lainnya, seharusnya membuat kaum generasi Y dan Z memiliki pengetahuan yang terkini dan terbaru atau bahkan dititik yang sudah paham dan kaya akan wawasan. Keakraban dengan teknologi serta penggunaannya yang banyak di zaman yang serba instan ini seharusnya membuat kaum generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) tidak hanya memiliki wawasan umum yang luas tetapi wawasan kesehatan yang luas juga terutama pada topik ini yaitu panduan visual (gambar) gizi seimbang yang ada yaitu “Tumpeng gizi seimbang” dan “Piring makanku”.

Gereja adalah sebutan bagi “tempat” atau “wadah” bagi umat Nasrani untuk beribadah, ada banyak Gereja tersebar di dalam negeri terkhusus di DKI Jakarta, salah satunya adalah Rehobot (salah satu gereja dibawah naungan sinode GSKI), Gereja Rehobot memiliki banyak cabang di Jakarta dan salah satunya adalah GSKI Rehobot Kebon Jeruk ini, yang akan menjadi tempat penelitian. Berdasarkan hasil

wawancara singkat yang peneliti lakukan kepada 20 responden dari generasi Y (*Millennial*) dan 20 orang generasi Z (*IGeneration*), didapatkan hasil bahwa rata-rata mereka biasa menghabiskan waktu lebih dari 10 jam bahkan lebih saat menggunakan teknologi informasi komunikasi seperti *internet*, sosial media, dan lain-lain. Mereka juga tidak memiliki kesulitan dalam mengakses segala informasi menggunakan sarana dan prasarana teknologi informasi komunikasi, akan tetapi berkembangnya teknologi dan media informasi serta kemudahan dalam menggunakan dan mengaksesnya saat ini tidak membuat kaum generasi Y dan generasi Z di GSKI Rehobot Kebon Jeruk memiliki pengetahuan yang benar dan terbaru dalam bidang gizi (kesehatan) khususnya gizi seimbang.

Hidup pada zaman dimana pengetahuan berkembang, teknologi berkembang, dan informasi mudah didapatkan ternyata tidak membuat kedua generasi ini mencari informasi kesehatan terutama mengenai gizi dan menerapkannya melalui pola asupan makanan dan gaya hidup yang sesuai dengan gizi seimbang, berdasarkan wawancara singkat, mereka justru banyak mengonsumsi makanan cepat saji, minuman berkadar gula tinggi. Berdasarkan permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbedaan pengetahuan, sikap dan perilaku tentang visual gizi seimbang (Tumpeng Gizi Seimbang dan Piring Makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rehobot Kebon Jeruk.

1.2 Identifikasi Masalah

Menurut Notoatmodjo (2010) makan atau perilaku makan adalah respon seseorang pada makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan. Perilaku makan ini meliputi pengetahuan, persepsi, sikap, dan praktik terhadap makanan juga unsur-unsur yang terkandung di dalamnya (zat gizi), pengolahan makanan dan sebagainya. Makan tidak hanya sekedar makan, meskipun makan bertujuan untuk pemenuhan kebutuhan tubuh, tetapi bukan berarti kita tidak mengatur apa yang masuk ke dalam tubuh. Kita juga perlu mengerti seberapa banyak yang tubuh perlukan agar tubuh kita senantiasa sehat.

Maka dari itu diperlukan pengetahuan mengenai bagaimana seharusnya pengaturan pola dan proporsi makan bagi manusia untuk menjaga kesehatan tubuh. Sehingga dari pengetahuan tersebut masyarakat mampu menentukan dengan baik apa yang tepat untuk dikonsumsi yang nantinya akan berdampak pada sikap dan perilaku masyarakat guna mencapai kesehatan masyarakat yang optimal. Untuk mewujudkannya maka pemerintah mengeluarkan pedoman makan yaitu pedoman gizi seimbang yang memiliki visual panduan pangan berupa “Tumpeng gizi seimbang” dan “Piring Makanku”. Menurut Kementerian Kesehatan RI tahun 2014 Pedoman Piring Makanku adalah panduan visual yang dibuat dalam rangka menggiring masyarakat ke arah gizi seimbang demi tercapainya kesejahteraan dan

kesehatan masyarakat serta mengurangi resiko PTM (penyakit tidak menular) hingga kematian dini.

Perkembangan zaman membuat teknologi dan ilmu pengetahuan semakin berkembang, Salah satu teknologi yang berkembang adalah teknologi informasi dimana saat ini kita bisa mendapatkan informasi dari berbagai macam media atau sumber informasi. Generasi Y atau yang biasa dikenal dengan generasi *Millennial* dan generasi Z yang biasa disebut *IGeneration* adalah dua generasi yang sama-sama akrab dengan teknologi informasi dan perkembangannya, dibuktikan lewat survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2018 bahwa pengguna *internet* di Indonesia didominasi oleh generasi *Millennial*, survei ini menunjukkan 91% pengguna adalah remaja berusia 15-19 tahun, 88.5% pengguna *internet* adalah mereka yang berusia 20-24 tahun, 82.7% atau sekitar 25 juta pengguna *internet* Indonesia adalah mereka yang berusia 25-29 tahun dan sekitar 76.5% berusia 30-34 tahun. Salah satu macam teknologi informasi adalah *internet* dimana pengertian *internet* menurut Zulkarnaen (2014) adalah sebuah jaringan computer yang besar terdiri dari jaringan-jaringan kecil yang terhubung yang menjangkau seluruh dunia, dengan tujuan untuk menambah serta memperluas wawasan juga pengetahuan seseorang dengan cara memahami alatnya, mengenal istilah-istilah yang digunakan menyadari keunggulan dan keterbatasan, serta dapat menggunakan alat teknologi informasi dan komunikasi tersebut secara optimal.

Keakraban dengan teknologi informasi dan media informasi seharusnya membuat kedua generasi ini memiliki pengetahuan yang terbaru, benar serta kaya akan wawasan kesehatan khususnya pengetahuan gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku). Keakraban dengan sumber informasi atau media informasi seperti seharusnya membuat pengetahuan seseorang bertambah dan akhirnya berdampak pada sikap dan perilakunya. Faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai-nilai, tradisi, dan lain-lain) adalah salah satu dari tiga faktor yang menentukan perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2010). Selain pengetahuan, sikap juga mengambil tempat sebelum terjadinya perilaku. Dalam proses pembentukan perilaku seseorang didasari oleh sikap yang adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi terhadap suatu aspek di lingkungan sekitar (Azwar, 2011).

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini hanya membatasi pada “Perbedaan pengetahuan gizi, sikap dan perilaku tentang pedoman visual gizi seimbang (yumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Reobot Kebon Jeruk”

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat perbedaan pengetahuan gizi, sikap, dan perilaku tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rebot Kebon Jeruk?”

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan umum

Mengetahui perbedaan pengetahuan gizi, sikap dan perilaku tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rebot Kebon Jeruk.

1.5.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) berdasarkan jenis kelamin di GSKI Rebot Kebon Jeruk.
2. Mengidentifikasi pengetahuan gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rebot Kebon Jeruk.
3. Mengidentifikasi sikap gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rebot Kebon Jeruk.
4. Mengidentifikasi perilaku gizi tentang visual gizi seimbang (Tumpeng gizi seimbang dan Piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rebot Kebon Jeruk.
5. Menganalisis perbedaan pengetahuan gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rebot Kebon Jeruk.
6. Menganalisis perbedaan sikap gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rebot Kebon Jeruk.
7. Menganalisis perbedaan perilaku gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rebot Kebon Jeruk.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengalaman yang luar biasa saat melakukan penelitian, sebagai bentuk mengamalkan waktu kuliah dan juga sebagai tambahan pengetahuan sehingga dapat dibagikan kepada masyarakat terutama kaum generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) pada zaman ini tentang pentingnya memahami gizi seimbang dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Prodi Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pustaka penelitian, menjadi acuan dan menjadi bahan kajian lebih lanjut dalam penelitian-penelitian berikutnya. Penelitian ini juga diharapkan berguna bagi revolusi pendidikan gizi di Indonesia, bahwa dunia pendidikan gizi sekarang ini sudah tidak selalu menggunakan buku, tetapi juga bergerak kearah pemanfaatan penggunaan teknologi khususnya teknologi informasi dan komunikasi, demi kemajuan pendidikan gizi di tanah air.

3. Bagi Instansi kampus

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pembaharuan kurikulum di instansi kampus yang terus berkembang sesuai dengan kebutuhan perkembangan ilmu pengetahuan.

4. GSKI Rebot Kebon Jeruk

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau edukasi kepada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*) yang berada di GSKI Rebot Kebon Jeruk mengenai visual gizi seimbang sehingga dapat menambah pengetahuan untuk selanjutnya menjadi arahan atau pedoman untuk pola perilaku asupan sehari-hari demi terwujudnya kesejahteraan dan kesehatan tubuh.

4. Bagi Generasi Y (*Millennial*) dan Generasi Z (*IGeneration*)

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan gizi, sikap dan perilaku tentang gizi seimbang melalui visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku). Diharapkan juga dapat mendorong seluruh masyarakat generasi Y dan generasi Z untuk memiliki pengetahuan gizi, sikap dan perilaku yang benar terhadap visual gizi seimbang.

5. Bagi Masyarakat dan pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang gizi seimbang dan menjadi acuan serta dorongan untuk memilih dan memiliki pola asupan makanan yang benar dan sehat sesuai gizi seimbang.

6. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan referensi dan pijakan bagi penelitian yang serupa, bagi peneliti-peneliti lain untuk mengadakan penelitian serupa dimasa mendatang. Khususnya dalam kontribusi pengembangan gizi di Indonesia.

1.7 Hipotesis Penelitian

1. Ho : Tidak terdapat perbedaan pengetahuan gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring Makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*).

Ha : Terdapat perbedaan pengetahuan gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*).

2. Ho : Tidak terdapat perbedaan sikap tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*).

Ha : Terdapat perbedaan sikap tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*).

3. Ho : Tidak terdapat perbedaan perilaku tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*).

Ha : Terdapat perbedaan perilaku tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millennial*) dan generasi Z (*IGeneration*).

1.8 Keterbaruan Penelitian

No.	Nama Peneliti	Tujuan	Variabel	Desain	Sampel	Hasil
1.	Lia Setyarini (2012)	Untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap dalam melakukan pemenuhan nutrisi pada	Variabel bebas : Pengetahuan dan sikap Terikat : Mahasiswa reguler keperawatan	Penelitian deskriptif.	Pemilihan sampel menggunakan metode <i>simple random sampling</i> . Sampel	Pada bagian pengetahuan responden terdapat 59% (sedang), 24% (baik), dan 17% (kurang).

No.	Nama Peneliti	Tujuan	Variabel	Desain	Sampel	Hasil
		mahasiswa reguler keperawatan UPN “Veteran” 2012	UPN “Veteran” 2012		yang terlibat adalah sebanyak 107 orang.	Pada bagian sikap responden didapatkan 53.1% (positif) dan 46.9% (negative).
2.	Rizki Putri Anjani dan Apoina Kartini (2013)	Mengetahui perbedaan pengetahuan gizi, sikap dan asupan zat gizi pada dewasa awal (mahasiswi LPP Graha Wisata dan Sastra Inggris) Universitas Diponegoro Semarang.	Variabel bebas : Pengetahuan gizi, sikap dan asupan zat gizi Variabel terikat : Mahasiswi LPP Graha Wisata dan Sastra Inggris	<i>Cross Sectional</i>	Jumlah sampel sebanyak 100 orang, 50 berasal dari LPP Graha Wisata dan 50 Sastra Inggris . Sampel diambil secara <i>simple random sampling</i> .	Tidak terdapat perbedaan asupan energi, lemak, protein, serat dan sikap, tetapi ada perbedaan pengetahuan gizi dan asupan cairan antara mahasiswi LPP Graha Wisata dan Sastra Inggris Universitas Diponegoro Semarang.
3.	Salsa Bening (2014)	Mengetahui Perbedaan pengetahuan gizi, <i>body image</i> , asupan energi dan status gizi pada mahasiswi gizi	Variabel Bebas : Pengetahuan gizi, <i>body image</i> , asupan energi dan status gizi.	Jenis penelitian <i>cross sectional</i> . Analisa data menggunakan uji	Sampel dalam penelitian ini adalah 80 mahasiswi semester 4 di	Terdapat perbedaan pengetahuan gizi yang bermakna antara kelompok mahasiswi

No.	Nama Peneliti	Tujuan	Variabel	Desain	Sampel	Hasil
		dan non gizi universitas diponegoro.	Variabel terikat : Mahasiswa Gizi dan Non Gizi	beda <i>Mann</i> <i>Whitney</i>	Fakultas Kedokteran dan Fakultas Hukum Universitas Diponegoro.	gizi dan non gizi. Sedangkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada <i>body image</i> , asupan energi dan status gizi.
4.	Rima Nurdzulqaidah (2017)	Mengetahui tingkat pengetahuan gizi seimbang, Mengetahui perilaku gizi seimbang, Menganalisis hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan perilaku gizi seimbang pada mahasiswa tingkat 4 angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung	Variabel bebas : Pengetahuan gizi seimbang Variabel terikat : Perilaku gizi seimbang	Metode observasional analitik melalui pendekatan <i>cross-sectional</i>	Sampel penelitian ini berjumlah 70 orang	Terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi seimbang dengan perilaku gizi seimbang pada mahasiswa tingkat 4 angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung

No.	Nama Peneliti	Tujuan	Variabel	Desain	Sampel	Hasil
5.	Makhrajani Majid, Suherna, Haniarti (2018)	Mengetahui Perbedaan tingkat pengetahuan gizi, <i>body image</i> , asupan energi dan status gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah parepare	Variabel bebas: Tingkat pengetahuan gizi, <i>body image</i> , asupan energi dan status gizi Variabel terikat: Mahasiswa gizi dan non gizi	<i>Cross- sectional</i> dengan uji statistik <i>Chi Square</i>	Jumlah sampel penelitian adalah sebanyak 82 sampel dengan metode <i>accidental sampling</i> .	Tingkat pengetaha n gizi mempunyai perbedaan antara mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammad iyah Parepare dengan menggunak an uji <i>Chi Square</i> diperoleh nilai p (Value) = 0,000 yang berarti lebih kecil dari α - value (0,05), sedangkan <i>body image</i> (dengan nilai p = 0,049 > 0,05 berarti tidak ada perbedaan), asupan energi (dengan nilai p = 0,346 >

No.	Nama Peneliti	Tujuan	Variabel	Desain	Sampel	Hasil
						0,05 berarti tidak ada perbedaan), dan status gizi (dengan nilai $p = 2,916 > 0,05$ berarti tidak ada perbedaan) terhadap mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare.

No.	Nama Peneliti	Tujuan	Variabel	Desain	Sampel	Hasil
6.	Endah Pratiwi Arum Sari (2017)	Menganalisis untuk mengetahui perbedaan pengetahuan gizi, sikap terhadap gizi, dan praktik gizi remaja putri SMP dan SMK di Kecamatan Ciampea, Bogor.	Variabel bebas : Pengetahuan gizi, sikap terhadap gizi dan praktik gizi Variabel terikat: remaja putri SMP dan SMK di Kecamatan Ciampea, Bogor.	<i>Cross Sectional</i>	Subjek pada penelitian ini terdiri atas 176 siswi SMP dan 211 siswi SMK sehingga total subjek pada penelitian ini berjumlah 387 orang.	Pengetahuan dan sikap gizi pada subjek SMK secara signifikan lebih baik dibandingkan dengan subjek SMP. Praktik gizi pada subjek SMP cenderung lebih baik dibandingkan dengan subjek SMK.