



## ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FALKUTAS ILMU – ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, MARET 2012

AGUSTINUS ADITYA SEPTANTO

**PERBEDAAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN ASUPAN SARAPAN ANTARA MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU GIZI DENGAN PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT DI UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

xvi, VI Bab, 65 Halaman, 15 tabel, 5 Lampiran

**Latar Belakang :** Sarapan didefinisikan mengkonsumsi makanan atau minuman yang menghasilkan energi dan zat gizi lain pada pagi hari, yang dilakukan dirumah sebelum berangkat melakukan aktivitas sehari-hari.

**Tujuan :** Mengetahui perbedaan pengetahuan, sikap, dan asupan sarapan antara mahasiswa program studi ilmu gizi dengan program studi kesehatan masyarakat di Universitas Esa Unggul.

**Metode :** Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi ilmu gizi dan program studi kesehatan masyarakat di Universitas Esa Unggul, jumlah sampel sebanyak 60 responden. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji beda dua rata-rata (Uji T-test Independent).

**Hasil :** Rata-rata pengetahuan mahasiswa program studi ilmu gizi 80.16 ( $\pm 11.10$ ), program studi kesehatan masyarakat 76.16 ( $\pm 10.31$ ). Rata-rata sikap mahasiswa program studi ilmu gizi 48.73 ( $\pm 5.09$ ), program studi kesehatan masyarakat 47.60 ( $\pm 4.59$ ). Rata-rata asupan energi mahasiswa program studi ilmu gizi 485.81 kkal ( $\pm 136.02$ ), program studi kesehatan masyarakat 363.51 kkal ( $\pm 106.68$ ). Rata-rata asupan protein mahasiswa program studi ilmu gizi 16.29 gr ( $\pm 5.72$ ), program studi kesehatan masyarakat 14.17 gr ( $\pm 5.50$ ). Rata-rata asupan Fe mahasiswa program studi ilmu gizi 2.00 mg ( $\pm 1.99$ ), program studi kesehatan masyarakat 1.44 mg ( $\pm 0.52$ ). Uji statistik menunjukkan tidak ada perbedaan pengetahuan ( $t= 1.446$ ,  $p \geq 0.05$ ), sikap ( $t= 0.873$ ,  $p \geq 0.05$ ), asupan protein ( $t= 1.465$ ,  $p \geq 0.05$ ), dan asupan Fe ( $t= 1.493$ ,  $p \geq 0.05$ ) antara program studi ilmu gizi dan program studi kesehatan masyarakat di Universitas Esa Unggul. Ada perbedaan asupan energi saat sarapan antara program studi ilmu gizi dan program studi kesehatan masyarakat di Universitas Esa Unggul ( $t=3.862$ ,  $p < 0.05$ ).

**Kesimpulan :** Dalam upaya peningkatan prestasi belajar mahasiswa, perlu pembinaan kebiasaan sarapan pagi yang cukup dan teratur dengan cara penyuluhan kepada mahasiswa yang dilakukan oleh BEM pada masing-masing program studi.

Daftar Bacaan : 26 (1994-2011)