

Gambaran Indeks Prestasi Kumulatif Dan Status Gizi Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Dan Tingkat Konsumsi Makanan Mahasiswa Jurusan Non Kesehatan Angkatan 2013/2014 Politeknik Negeri Jember

Yusuf Rifqi Aprilian
Program Studi Gizi Klinik
Jurusan Kesehatan

ABSTRAK

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum atau mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang yang di lakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi 20%-25% dari kebutuhan energi total dalam sehari yang di lakukan di pagi hari sebelum melakukan kegiatan. Dengan berbagai kesibukkan mahasiswa maka dapat mengganggu kebiasaan makan yang dapat berimbas kepada status gizi, tingkat konsumsi makanan dan indeks prestasi kumulatif mahasiswa. Penelitian ini untuk menggambarkan indeks prestasi kumulatif dan status gizi berdasarkan kebiasaan sarapan dan tingkat konsumsi makanan jurusan non kesehatan angkatan 2013/2014 politeknik negeri jember. Penelitian ini penelitian deskriptif observasional dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*, Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa jurusan non kesehatan angkatan 2013/2014 Politeknik Negeri Jember dengan jumlah sampel 72 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan *Quota Sampling*. Penelitian ini dilaksanakan pada 05 Oktober – 02 November 2015 di Politeknik Negeri Jember. Pengambilan data menggunakan kuesioner, form *food recall*, microtoice, dan timbangan injak. Berdasarkan analisis univariat didapatkan hasil kebiasaan sarapan mahasiswa masih kurang baik, rata-rata didapatkan sebanyak 51 orang mahasiswa (71%) mendapat nilai sangat memuaskan, terdapat 46 mahasiswa memiliki status gizi normal, tingkat konsumsi makanan masih tergolong kurang.

Kata Kunci: kebiasaan sarapan, tingkat konsumsi makanan, status gizi dan indeks prestasi kumulatif.