



Hubungan Pengetahuan Manajemen Gizi dengan Status Gizi dan Pola Makan Mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo Tahun 2025

Rendi Afriyanto Lahabu ^{1,*}, Vivien Novarina A. Kasim ², Cecy Rahma Karim ², Dian Pratiwi Iman ³, Sri Manovita Pateda ⁴

¹ Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

² Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

³ Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

⁴ Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

*Email (Penulis Korespondensi): rendi_kedokteran@mahasiswa.ung.ac.id

Abstrak. Pengetahuan manajemen gizi berperan penting dalam membentuk status gizi dan pola makan mahasiswa kedokteran yang memiliki kebutuhan yang tinggi. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan pengetahuan manajemen gizi dengan status gizi dan pola makan mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo tahun 2025. Penelitian menggunakan desain analitik cross-sectional pada 130 mahasiswa yang dipilih melalui purposive sampling. Pengetahuan manajemen gizi diukur menggunakan kuesioner 40 item, status gizi ditentukan melalui IMT, dan pola makan dinilai menggunakan FFQ 59 item. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman rank dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50,8% mahasiswa memiliki pengetahuan manajemen gizi kurang, 53,8% memiliki status gizi normal, dan 66,2% memiliki pola makan cukup. Tidak ditemukan korelasi signifikan antara pengetahuan manajemen gizi dan status gizi ($p = 0,444$; $r = 0,068$). Sebaliknya, terdapat korelasi signifikan namun negatif antara pengetahuan manajemen gizi dan pola makan ($p = 0,000$; $r = -0,309$). Temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan manajemen gizi belum sepenuhnya tercermin dalam status gizi maupun pola makan mahasiswa, serta faktor lain di luar pengetahuan kemungkinan berperan lebih dominan dalam membentuk kedua kondisi tersebut.

Kata kunci: Mahasiswa Kedokteran; Manajemen Gizi; Pola Makan; Status Gizi

Abstract. The extent to which nutrition management knowledge influences the nutritional status and dietary patterns of medical students with high nutritional needs is a subject of considerable interest. The objective of this study is to examine the correlation between nutrition management knowledge and the nutritional status, as well as the dietary patterns, of students in the Bachelor of Medicine Program at Gorontalo State University in 2025. The study employed a cross-sectional analytical design, surveying 130 students selected through purposive sampling. The subjects' knowledge of nutrition management was measured using a 40-item questionnaire, their nutritional status was determined through BMI, and their dietary patterns were assessed using a 59-item FFQ. The statistical analysis was conducted employing Spearman's rank test, with a significance level set at 0.05. The results indicated that 50.8% of the students exhibited inadequate knowledge regarding nutrition management, while 53.8% demonstrated normal nutritional status. Furthermore, 66.2% exhibited sufficient dietary patterns. The investigation revealed no substantial correlation between the subjects' knowledge regarding nutrition management and their nutritional status ($r = 0.444$; $r = 0.068$). Conversely, a significant yet negative correlation was identified between nutrition management knowledge and diet ($p = 0.000$; $r = -0.309$). These

findings suggest that the nutritional management knowledge of students does not fully translate into their nutritional status or diet, indicating that other factors may play a more dominant role in shaping these two conditions.

Keywords: Dietary Patterns; Medical Students; Nutritional Management; Nutritional Status

1. Pendahuluan

Pemenuhan zat gizi makro dan mikro merupakan komponen penting dalam mendukung fungsi fisiologis tubuh, terutama pada mahasiswa yang berada pada masa produktif dengan kebutuhan energi tinggi. Ketidakseimbangan asupan nutrisi dapat menurunkan daya tahan, konsentrasi, dan produktivitas akademik (Yunawati dkk., 2025). Data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa kelompok usia 19–24 tahun memiliki prevalensi gizi kurang tertinggi di antara kelompok usia lainnya, sementara proporsi *overweight* dan obesitas juga meningkat signifikan pada kelompok dewasa muda (SKI, 2023). Kondisi ini menggambarkan adanya beban ganda masalah gizi yang dapat mempengaruhi kesehatan dan performa akademik. Penelitian pada mahasiswa kedokteran pun menunjukkan variasi status gizi mulai dari kurus hingga obesitas, yang mengindikasikan adanya ketidakseimbangan antara kebutuhan gizi dan konsumsi harian (Maharani & Adi, 2024; Ramadhan dkk., 2023). Fakta ini menegaskan adanya kebutuhan untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap status gizi mahasiswa, termasuk tingkat pengetahuan mengenai manajemen gizi.

Pengetahuan manajemen gizi berperan penting dalam membentuk perilaku makan dan status gizi individu (Lestari, 2020). Namun, berbagai penelitian menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan penerapan gizi. Hasil penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, menemukan bahwa hanya sebagian kecil sampel memiliki pengetahuan gizi yang baik meskipun sebagian besar memiliki status gizi normal (Charina dkk., 2022). Selain itu lebih dari separuh sampel pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2023 memiliki pengetahuan gizi yang kurang serta menerapkan pola makan yang tidak sehat, meskipun mereka telah mendapatkan pendidikan dasar mengenai nutrisi (Martanti dkk., 2024).

Prinsip manajemen gizi yang baik mencakup pemahaman mengenai kebutuhan nutrisi harian, perencanaan menu seimbang, evaluasi status gizi, serta pemantauan kecukupan gizi (Faridi dkk., 2023; Sunaryanti dkk., 2023). Pedoman “Isi Piringku” memberikan acuan praktis dalam penyusunan komposisi makanan harian yang seimbang (Yosephin, 2018). Namun, temuan di lapangan menunjukkan bahwa pemahaman ini belum secara konsisten diterapkan oleh mahasiswa. Observasi awal pada mahasiswa kedokteran Universitas Negeri Gorontalo mengindikasikan bahwa sebagian mahasiswa belum dapat menjelaskan kebutuhan gizi harian secara memadai, belum memahami prinsip penyusunan menu seimbang, dan masih mengalami kesulitan dalam mengevaluasi status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh. Selain itu, pola makan mereka cenderung tidak seimbang, ditandai dengan rendahnya konsumsi buah dan sayur meskipun frekuensi konsumsi makanan pokok cukup tinggi.

Temuan ini mengungkap adanya kesenjangan antara teori gizi yang dipelajari dalam kurikulum dengan implementasi gizi dalam kehidupan sehari-hari, suatu masalah yang penting mengingat mahasiswa kedokteran merupakan calon tenaga kesehatan yang diharapkan memiliki pengetahuan manajemen gizi yang baik hingga status gizi dan pola

makan yang baik juga. Kondisi ini menyoroti perlunya penelitian yang lebih komprehensif, terutama pada kelompok mahasiswa kedokteran yang memiliki paparan tentang gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan manajemen gizi dengan status gizi dan pola makan mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo Tahun 2025. Temuan penelitian ini diharapkan berkontribusi pada penguatan pengetahuan gizi, pengembangan strategi edukasi yang lebih efektif, serta peningkatan praktik gizi mahasiswa dalam konteks akademik maupun kesehatan secara umum.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain analitik *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo pada September 2025, dengan populasi seluruh mahasiswa aktif Program Studi Sarjana Kedokteran angkatan 2022, 2023 dan 2024 berjumlah 191 orang. Sampel ditentukan menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi mahasiswa aktif berusia ≥ 18 tahun dan bersedia mengikuti penelitian, serta eksklusi mahasiswa dengan penyakit kronis. Perhitungan sampel memakai rumus *Slovin* menghasilkan kebutuhan minimal 130 sampel. Penelitian ini telah mendapatkan rekomendasi persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo (Nomor: 024/UN47.B7/KE/2025).

Variabel penelitian terdiri dari pengetahuan manajemen gizi sebagai variabel independen serta status gizi dan pola makan sebagai variabel dependen. Pengetahuan manajemen gizi diukur dengan kuesioner 40 item pilihan ganda, status gizi diukur menggunakan IMT melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan, sedangkan pola makan dinilai menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) berisi 59 jenis makanan. Seluruh instrumen telah diuji validitas menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dan dinyatakan valid dengan nilai r -hitung $> 0,236$. Pengumpulan data dilakukan melalui *Google Form* untuk kuesioner, disertai pengukuran antropometri langsung oleh peneliti. Data diolah melalui tahap *editing, coding, entry, tabulasi, dan cleaning*, kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 26 dengan analisis univariat dan bivariat *spearman rank* dengan nilai signifikansi ditetapkan pada $p\text{-value} = 0,05$.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan Tabel 1 di dapatkan distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin, terbanyak pada jenis kelamin perempuan sebanyak 98 orang (75,4%), berdasarkan usia, terbanyak pada usia 20 tahun sebanyak 50 orang (38,5%) dan berdasarkan angkatan, terbanyak pada angkatan 2023 sebanyak 45 orang (34,6%) dan angkatan 2024 sebanyak 45 orang (34,6%).

Tabel 1. Gambaran karakteristik mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	32	24,6
Perempuan	98	75,4
Total	130	100,0

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase
Usia		
18 tahun	18	13,9
19 tahun	25	19,2
20 tahun	50	38,5
21 tahun	30	23,1
22 tahun	5	3,8
23 tahun	2	1,5
Total	130	100,0
Angkatan		
2022	40	30,8
2023	45	34,6
2024	45	34,6
Total	130	100,0

Berdasarkan Tabel 2, menunjukkan sebanyak 66 orang (50,8%) memiliki pengetahuan manajemen gizi kurang, sebanyak 70 orang (53,85) memiliki status gizi normal dan sebanyak 86 orang (66,2%) memiliki pola makan cukup

Tabel 2. Analisis univariat pada mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase
Pengetahuan manajemen gizi		
Kurang	66	50,8
Cukup	33	25,4
Baik	31	23,8
Total	130	100,0
Status gizi		
Kurus kategori berat	7	5,4
Kurus kategori ringan	14	10,8
Normal	70	53,8
Gemuk kategori ringan	7	5,4
Gemuk kategori berat	32	24,6
Total	130	100,0
Pola makan		
Cukup	86	66,2
Baik	44	33,8
Total	130	100,0

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh pada kelompok dengan pengetahuan manajemen gizi kurang sebanyak 66 orang, terbanyak memiliki status gizi normal sebanyak 33 orang (50,0%). Kelompok dengan pengetahuan cukup sebanyak 33 orang, terbanyak memiliki status gizi normal sebanyak 19 orang (57,6%). Kelompok dengan pengetahuan baik sebanyak 31 orang, terbanyak memiliki status gizi normal sebanyak 18 orang (58,1%). Hasil uji bivariat *spearman rank* menunjukkan nilai $\rho = 0,444$ ($\rho > 0,05$) dan $r = 0,068$ ($r + 1$), sehingga

tidak terdapat korelasi yang signifikan atau hubungan sangat lemah antara pengetahuan manajemen gizi dengan status gizi mahasiswa program studi sarjana kedokteran Universitas Negeri Gorontalo tahun 2025.

Tabel 3. Analisis bivariat pengetahuan manajemen gizi dengan status gizi mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo

Pengetahuan manajemen gizi	Status gizi										Total	<i>p-value</i>	<i>r</i>	
	Kurus		Kurus		Normal		Gemuk		Gemuk					
	kategor	i berat	kategor	i ringan			kategor	i ringan	kategor	i berat				
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%				
Kurang	6	9,1	7	10,6	3	50,	4	6,1	16	24,2	66	100	0,444	0,068
Cukup	1	3,0	4	12,1	1	57,	1	3,0	8	24,2	33	100		
Baik	0	0,0	3	9,7	1	58,	2	6,5	8	25,8	31	100		
Total	7	5,4	14	10,8	7	53,	7	5,4	32	24,6	130	100		

Berdasarkan Tabel 4, diperoleh pada kelompok dengan pengetahuan manajemen gizi kurang sebanyak 66 orang, terbanyak memiliki pola makan cukup sebanyak 34 orang (51,5%). Pada kelompok dengan pengetahuan manajemen gizi cukup sebanyak 33 orang, terbanyak memiliki pola makan cukup sebanyak 26 orang (78,8%). Pada kelompok dengan pengetahuan manajemen gizi baik sebanyak 31 orang, terbanyak memiliki pola makan cukup sebesar 26 orang (83,9%). Hasil uji bivariat *spearman rank* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai $r = -0,309$ ($r < -1$), sehingga terdapat korelasi signifikan namun negatif antara pengetahuan manajemen gizi dengan pola makan mahasiswa program studi sarjana kedokteran Universitas Negeri Gorontalo tahun 2025.

Tabel 4. Analisis bivariat pengetahuan manajemen gizi dengan pola makan mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo

Pengetahuan manajemen gizi	Pola makan				Total		<i>p-value</i>	<i>r</i>
	Cukup		Baik					
	n	%	n	%	N	%		
Kurang	34	51,5	32	48,5	66	100	0,000	-0,309
Cukup	26	78,8	7	21,2	33	100		
Baik	26	83,9	5	16,1	31	100		
Total	86	66,2	44	33,8	130	100		

Hasil penelitian pengetahuan manajemen gizi mengindikasikan bahwa mahasiswa kedokteran belum sepenuhnya memahami konsep manajemen gizi secara komprehensif, meskipun mereka berada di lingkungan pendidikan kesehatan. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan pola pembelajaran mahasiswa yang lebih berfokus pada keterampilan klinis dibandingkan edukasi gizi preventif. Selain itu, kebiasaan mahasiswa yang lebih

bergantung pada materi kuliah daripada *textbook* atau literatur yang lebih komprehensif turut memengaruhi tingkat pemahaman (Al Shmanee dkk., 2024; Bin Abdulrahman dkk., 2021; Charina dkk., 2022). Penelitian lain juga menunjukkan kecenderungan serupa, seperti penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang menemukan 52,1% sampel memiliki pengetahuan gizi yang kurang dan penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas YARSI yang menemukan 53,1% sampel memiliki pengetahuan kurang (Buntardi & Karjadidjaja, 2023; Martanti dkk., 2024).

Distribusi pengetahuan dalam penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa lebih menguasai aspek penilaian status gizi, khususnya perhitungan IMT, dibandingkan materi terkait kebutuhan gizi atau gizi seimbang seperti “Isi Piringku”. Ketimpangan pemahaman ini dapat dipengaruhi oleh perbedaan bentuk dan intensitas paparan pembelajaran, di mana keterampilan antropometri mendapatkan latihan langsung, terstruktur dan berulang dalam *Clinical Skill Lab*, sedangkan topik kebutuhan zat gizi dan pedoman konsumsi umumnya disampaikan melalui pendekatan teoritis dan kompleks, sehingga variasi dalam tingkat pemahaman materi berbeda pada setiap mahasiswa, meskipun topik kebutuhan zat gizi juga telah diberikan melalui sesi praktikum. Ketimpangan ini mencerminkan adanya perbedaan antara literasi gizi fungsional dan literasi gizi kritis pada mahasiswa (Kadir dkk., 2021). Akibatnya, pemahaman teoritis mengenai gizi belum sepenuhnya berkembang dan berpotensi memengaruhi kemampuan mahasiswa menerapkan prinsip gizi seimbang dalam kesehariannya. Faktor lingkungan akademik juga berperan dalam membentuk kualitas pengetahuan mahasiswa. Variasi metode pengajaran, gaya mengajar dosen, serta budaya belajar setiap angkatan dapat memengaruhi bagaimana mahasiswa menyerap informasi. Faktor keluarga turut memberikan kontribusi, terutama melalui kebiasaan makan yang terbentuk sejak kecil. Mahasiswa yang telah memiliki pola makan tertentu cenderung mempertahankannya saat memasuki masa kuliah. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi dibentuk tidak hanya melalui pendidikan formal, tetapi juga pengalaman sosial dan lingkungan keluarga (Martanti dkk., 2024; Nurokhmanti & Roebertsens, 2015).

Hasil status gizi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu mempertahankan status gizi yang relatif baik meskipun berada dalam lingkungan akademik yang padat. Namun, proporsi mahasiswa dengan status gizi lebih tetap memerlukan perhatian. Temuan ini sejalan dengan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana yang melaporkan 77,8% sampel memiliki status gizi normal dan 16% obesitas, serta penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang menemukan 55% sampel dengan status gizi normal dan 30,3% gemuk (Charina dkk., 2022; Hakim dkk., 2024). Kelebihan berat badan pada mahasiswa kedokteran dapat disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, kurangnya aktivitas fisik, serta tekanan akademik yang tinggi.

Status gizi normal yang dominan juga mencerminkan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki akses informasi kesehatan yang lebih baik, sehingga mereka cenderung mempertahankan berat badan dalam rentang optimal (Noviandewi & Djaya, 2023; Utami & Wardiansah, 2020). Pengetahuan dasar kesehatan memberi mereka kesadaran untuk menjaga proporsi tubuh sebagai bagian dari gaya hidup sehat, ditambah persepsi bahwa tenaga kesehatan harus menjadi contoh bagi masyarakat (Leman dkk., 2021). Tidak semua mahasiswa mampu konsisten mempertahankan kebiasaan tersebut akibat stres akademik,

waktu yang terbatas, dan faktor psikologis seperti *self-esteem* serta *self-efficacy*. Status gizi lebih pada sebagian mahasiswa dapat dijelaskan oleh pola makan yang tinggi energi akibat konsumsi makanan cepat saji dan gaya hidup sedentari. Kepadatan aktivitas perkuliahan sering kali membuat mahasiswa mengabaikan kandungan gizi makanan yang dikonsumsi. Rendahnya aktivitas fisik semakin memperparah kondisi tersebut (Agestika & Maulani, 2022; Azizah dkk., 2024).

Pola makan mahasiswa pada penelitian ini mengindikasikan rendahnya variasi konsumsi pangan. Aktivitas akademik yang padat, stres, dan kecenderungan *emotional eating* turut memengaruhi pola makan mahasiswa (Charina dkk., 2022; Farhan dkk., 2022; Noviadewi & Djaya, 2023). Selain itu, mahasiswa yang tinggal di kos atau asrama memiliki pola makan yang lebih buruk dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga, karena keterbatasan waktu, sarana memasak, serta akses terhadap makanan bergizi (Martanti dkk., 2024; Mustofa dkk., 2024).

Analisis hubungan antara pengetahuan manajemen gizi dan status gizi menegaskan bahwa status gizi dipengaruhi banyak faktor selain pengetahuan, seperti asupan makanan, aktivitas fisik, stres, dan gaya hidup. Temuan ini konsisten dengan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dan Universitas Sumatera Utara yang juga melaporkan tidak adanya hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dan status gizi (Charina dkk., 2022; Sinulingga, 2021). Hal ini mengindikasikan bahwa pengetahuan teoritis belum tentu tercermin dalam perilaku kesehatan.

Berbeda dengan status gizi, analisis pengetahuan manajemen gizi dengan pola makan dengan arah negatif ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan pengetahuan rendah justru memiliki pola makan yang lebih baik menurut hasil pengukuran. Fenomena ini dapat terjadi karena faktor lain yang lebih dominan, seperti kebiasaan makan keluarga, kondisi ekonomi, atau rutinitas makan yang lebih teratur pada mahasiswa dengan beban akademik lebih ringan. Sebaliknya, mahasiswa dengan pengetahuan tinggi mungkin lebih sering melewatkan makan karena kesibukan akademik sehingga tidak mampu menerapkan pola makan sehat (Azizah dkk., 2024; Margawati dkk., 2020; Noviadewi & Djaya, 2023).

Penelitian ini juga mengungkap bahwa keterbatasan waktu, stres akademik, dan gaya hidup mahasiswa sangat memengaruhi pola makan dan status gizi. Faktor-faktor tersebut tidak diukur secara kuantitatif, sehingga menjadi salah satu keterbatasan penelitian. Selain itu, desain *cross-sectional* menyebabkan hubungan sebab-akibat tidak dapat ditentukan secara pasti. Dengan demikian, interpretasi hasil penelitian perlu mempertimbangkan keterbatasan metodologis tersebut.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan manajemen gizi mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo tahun 2025 berada pada kategori rendah, sementara status gizi mereka umumnya berada dalam kisaran normal dan pola makan berada pada kategori cukup. Pengetahuan manajemen gizi tidak menunjukkan hubungan yang berarti dengan status gizi, namun memiliki hubungan negatif yang lemah dengan pola makan. Temuan ini menegaskan perlunya peningkatan pengetahuan yang tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga aplikatif dalam rutinitas mahasiswa. Selain itu, lingkungan kampus yang mendukung ketersediaan makanan bergizi menjadi faktor penting untuk mendorong perilaku makan yang lebih sehat. Penelitian ini juga membuka peluang

penelitian lebih lanjut mengenai variabel lain yang dapat memengaruhi status gizi dan pola makan mahasiswa seperti memasukkan aktivitas fisik, tingkat stres akademik, serta aspek lingkungan sebagai variabel yang berpotensi memberikan gambaran lebih komprehensif.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada pembimbing dan teman-teman mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo yang telah bersedia untuk menjadi sampel penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Agestika, L., & Maulani, N. (2022). Fast Food Consumption, Physical Activity, and Overweight Prevalence during Covid-19 Pandemic. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 4(1), 174–181. <https://doi.org/10.36590/jika.v4i1.254>
- Al Shmanee, M., Issa, M., Alkholy, H., Alnaqbi, A., Awadallah, A., Hassan, H., & Hussein, A. (2024). Medical Students' Preferences of Study Resources: Physical vs Digital Resources. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.56196>
- Azizah, C. N., Amin, F. A., & Ramadhania. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa/I Universitas Muhammadiyah Aceh. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(2). <http://dx.doi.org/10.30633/jsm.v7i2.2854>
- Bin Abdulrahman, K. A., Khalaf, A. M., Bin Abbas, F. B., & Alanazi, O. T. (2021). Study Habits of Highly Effective Medical Students. *Advances in Medical Education and Practice*, 12, 627–633. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S309535>
- Buntardi, M. A., & Karjadidjaja, I. (2023). Gambaran Pengetahuan Gizi pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumagara. *Jurnal Kesehatan dan Kedokteran Tarumanagara*, 2(1), 44–47.
- Charina, M. S., Sagita, S., Koamesah, S. M. J., & Woda, R. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 10(1), 197–204. <https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6829>
- Farhan, M., Kurniati, A. M., Liberty, I. A., Husin, S., & Lestari, H. I. (2022). A Summary of Medical Students' Preference for Healthy Campus Canteen Menus. *J-Kesmas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat (The Indonesian Journal of Public Health)*, 9(2), 34. <https://doi.org/10.35308/j-kesmas.v9i2.4504>
- Faridi, A., Pranata, C., Koro, S., Tasnim, L. B., Zahara, R., Gerungan, N., Pasaribu, R. D., Simbolan, S. M., & Risma, S. (2023). *Manajemen Gizi Teori dan Aplikasinya*. Yayasan Kita Menulis.
- Hakim, A. L., Nadzifiah, R., Falah, A., Hanny, K. A., Izzati, H., Cahyo, M. R., Ramadhini, Z. Z., Hamdani, M. I., & Sahadewa, S. (2024). Gambaran Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya 2024. *Prosiding Seminar Nasional Kusuma III*, 2, 137–144.
- Kadir, N. A., Schütze, H., & Weston, K. M. (2021). Educating Medical Students for Practice in a Changing Landscape: An Analysis of Public Health Topics within Current Indonesian Medical Programs. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), 11236. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111236>

- Leman, M. A., Claramita, M., & Rahayu, G. R. (2021). Factors influencing healthy role models in medical school to conduct healthy behavior: A qualitative study. *International Journal of Medical Education*, 12, 1–11. <https://doi.org/10.5116/ijme.5ff9.9a88>
- Lestari, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Asupan Makanan dengan Status Gizi Siswi Mts Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), 73–80. <https://doi.org/10.15294/spnj.v2i2.39761>
- Maharani, S., & Adi, A. C. (2024). Hubungan Antara Stres dan Aktivitas Sedentari dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), 6326–6333. <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.29629>
- Margawati, A., Wijayanti, H. S., Faizah, N. A., & Syaher, M. I. (2020). Hubungan menonton video mukbang autonomous sensory meridian response, keinginan makan dan uang saku dengan asupan makan dan status gizi mahasiswa. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 8(2), 102–109. <https://doi.org/10.14710/jgi.8.2.102-109>
- Martanti, S., Batubara, L., Arsyad, M., & Syam, E. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi terhadap Pola Perilaku Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2023 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam. *Junior Medical Journal*, 2(7), 831–842. <https://doi.org/10.33476/jmj.v2i7.4434>
- Mustofa, F. L., Silvia, E., & Kawalis, Y. V. (2024). Gambaran Pola Makan Mahasiswa Prodi Kedokteran Tahun Pertama Dan Ko-Assisten Profesi Dokter Di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 11(2), 248–253. <https://doi.org/10.33024/jikk.v11i2.14259>
- Noviandewi, T. W., & Djaya, P. N. (2023). The Relationship of Nutrition Literacy, Eating Pattern, and Nutritional Status among Medical Students. *Journal of Urban Health Research*, 1(3), 12–21. <https://doi.org/10.25170/juhr.v1i3.4357>
- Nurokhmanti, H., & Roebertsens, H. (2015). Culture Influence to Students' Interaction due to Achieving Deep Learning Process in Problem Based Learning. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 4(2), 48. <https://doi.org/10.22146/jpki.25267>
- Ramadhan, M. A., Djojosugito, M. A., & Noormartany. (2023). Apakah Tingkat Pengetahuan Pola Nutrisi merupakan Faktor Risiko Status Gizi pada Mahasiswa Baru. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1), 988–994. <https://doi.org/10.29313/bcsms.v3i1.6959>
- Sinulingga, R. A. S. (2021). *Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara* [Thesis, Universitas Sumatera Utara]. <https://repository.usu.ac.id/handle/123456789/31767>
- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023*. Badan Pembangunan Kebijakan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sunaryanti, B., Siswanto, S., Rahmawati, R., & Nur, A. (2023). *Dasar Ilmu Gizi*. Tahta Media Group. <https://tahtamedia.co.id/index.php/issj/article/view/430>
- Utami, A. F. & Wardiansah. (2020). Descriptive Study of Body Mass Index (BMI), Waist and Blood Pressure in Students of Doctor Education Study Program, Faculty of Medicine

Universitas Sriwijaya. *Sriwijaya Journal of Medicine*, 3(2), 158-173.
<https://doi.org/10.32539/sjm.v3i2.75>

Yosephin, B. (2018). *Tuntunan Praktis Menghitung Kebutuhan Gizi*. Andi Offset.

Yunawati, I., Salma, W. O., Jufri, N., Mutmaina, I., Namrin, N., Ramadhan, D., Revalina, R., Rahmadani, S., Zamzam, Z., & Ahmad, N. (2025). Gambaran Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo. *Media Ilmiah Kesehatan Indonesia*, 3(1), 40-44. <https://doi.org/10.58184/miki.v3i1.570>

CC BY-SA 4.0 (Attribution-ShareAlike 4.0 International).

This license allows users to share and adapt an article, even commercially, as long as appropriate credit is given and the distribution of derivative works is under the same license as the original. That is, this license lets others copy, distribute, modify and reproduce the Article, provided the original source and Authors are credited under the same license as the original.

