

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN *GASTROESOPHAGEAL*
REFLUX DISEASE TERHADAP STATUS GIZI MAHASISWA
TINGKAT II FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**



ARNA FUADILLAH
NIM 191101008

**PROGRAM STUDI SARJANA GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

2023

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah Swt yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi penelitian yang berjudul “Hubungan Pola Makan dan *Gastrophageal Reflux Disease* Terhadap Status Gizi Mahasiswa Semester Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik” dengan tepat waktu. Tak lupa shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad Saw yang selalu menjadi teladan bagi kita semua.

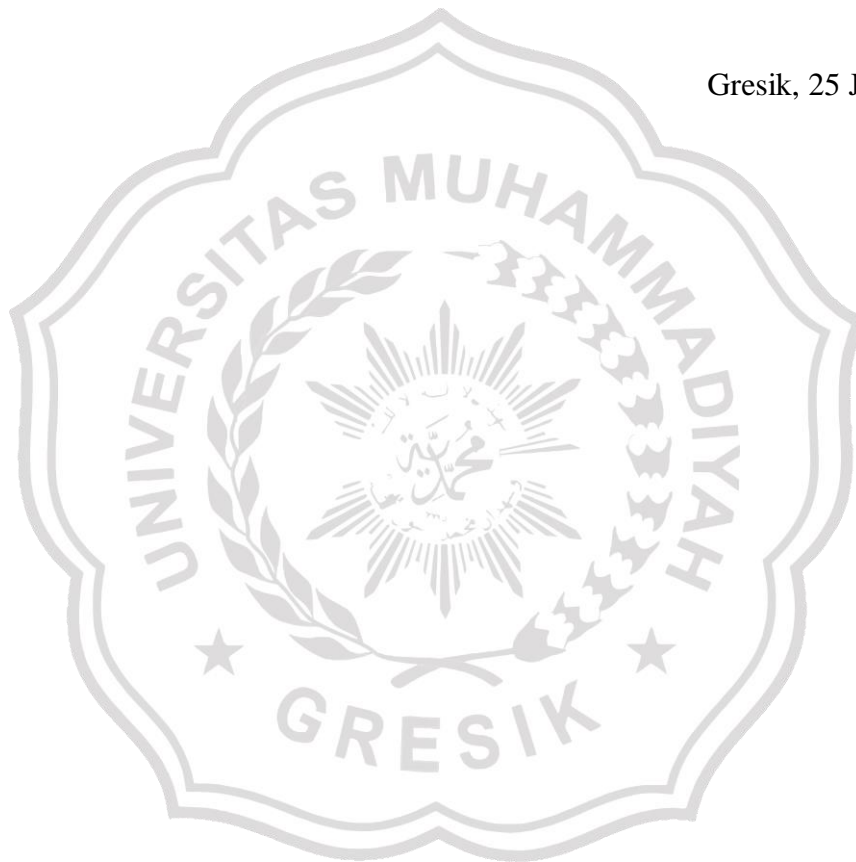
Penulis menyadari bahwa Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan banyak pihak. Penulisan Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk menempuh ujian Sarjana Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Nadhirotul Laily., S.Psi., M.Psi., Ph. D, Psikolog selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Dr. Siti Hamidah, SST., M.Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
3. Ibu Amalia Rahma S.Gz., M.Si selaku Ketua Program Studi Sarjana Gizi Universitas Muhammadiyah Gresik.
4. Ibu Desty Muzarofatus S., SKM., M.Kes selaku Dosen Pembimbing I Program Studi Sarjana Gizi Universitas Muhammadiyah Gresik.
5. Ibu Dwi Novri Suprptiningrum, S.Pd., M.Kes selaku Dosen Pembimbing II Program Studi Sarjana Gizi Universitas Muhammadiyah Gresik.
6. Ibu Dwi Faqihatus S. H., SKM., M.Epid selaku Dosen Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Gizi Universitas Muhammadiyah Gresik.
7. Ayah dan Mama yang telah memberikan dukungan dan motivasi secara moral maupun material, serta doa yang senantiasa dipanjatkan untuk kebaikan saya dan saudara-saudara saya.
8. Mas Enggar Swahadika dan Adik Zacki Zafiarsya, serta Keluarga Besar tercinta yang selalu memberikan motivasi setiap saat.
9. Teman-teman Program Studi Sarjana Gizi angkatan 2019 dan Sahabat seperjuangan yang memiliki solidaritas tinggi dan selalu memberikan semangat satu sama lain.

10. Diri sendiri yang telah berjuang dan berusaha menggapai harapan serta keinginan di masa sekarang hingga masa depan.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih perlu disempurnakan, sehingga penulis mengharap kritik dan saran untuk menunjang kesempurnaan penelitian ini. Penulis berharap semoga Skripsi ini dapat diterima dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu, terutama di bidang kesehatan, terutama gizi.

Gresik, 25 Juli 2023



Penulis

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN GASTROESOPHAGEAL REFLUX
DISEASE TERHADAP STATUS GIZI MAHASISWA TINGKAT II
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

ARNA FUADILLAH

ABSTRAK

Perubahan gaya hidup dapat mempengaruhi baik atau buruknya pola makan, yang berdampak pada kejadian GERD dan status gizi. Tujuan penelitian ini adalah menganalisa hubungan pola makan dan kejadian GERD dengan status gizi mahasiswa. Jenis penelitian menggunakan observasional analitik dengan 96 mahasiswa tingkat II sebagai responden di Kampus Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik yang ditentukan menggunakan teknik *proportionate random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan mengisi FFQ, *food recall* 2x24 jam, GERD-Q, dan pengukuran status gizi, kemudian dianalisa menggunakan uji korelasi Koefisien Kontingensi dan *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pola makan, terkait jumlah intake (energi = 0,030; protein = 0,000; lemak = 0,000) dan keteraturan makan (0,000) dengan GERD. Serta ada hubungan jumlah intake (energi = 0,009; protein = 0,000; lemak = 0,000) dan keteraturan makan (0,000) dengan status gizi. Tetapi, tidak ada hubungan intake karbohidrat dengan GERD (0,513) dan status gizi (0,162). Selain itu juga, ada hubungan GERD dengan status gizi dengan nilai signifikan 0,000. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara intake jumlah intake, kecuali karbohidrat dengan GERD dan status gizi, serta terdapat hubungan antara GERD dengan status gizi. Sebaiknya mahasiswa dapat lebih memperhatikan jenis, jadwal, dan jumlah makanan yang baik dikonsumsi setiap harinya.

Kata Kunci: Pola Makan, GERD, Status Gizi

**CORRELATION BETWEEN DIETARY BEHAVIOR AND
GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE BASED ON NUTRITIONS
STATUSES FOR SECOND GRADE STUDENT OF HEALTHY FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF GRESIK**

ARNA FUADILLAH

ABSTRACT

Nowadays, lifestyle's changes can affect our dietary habits either good or bad and it can cause GERD also directly impact to nutrition statuses. This research goal was to analyze student's nutritions statuses and correlation between dietary behavior and GERD. The research method was analytical observation with sample are 96 college second grade students as responden, which technique or method used proportionate random sampling. The data were collected by complete FFQ, food recall 2x24 hours, GERD-Q, and antropometric measurement. Analyzing process technique were Contingency Coefficient and Spearman test. The results of this research was there found correlation between dietary behavior, related to amount of intake (energy at (0,030); protein at (0,000); fat at (0,000)), and eat routine behavior at (0,000) with GERD. As well as was correlation between amount of intake (energy at (0,009); protein at (0,000); fat at (0,000)), and eat routine behavior at (0,000) with nutritions statuses. However there was not correlation carbohydrate intake with GERD at (0,513) and nutritions statuses at (0,162). Besides of that, there were found the correlation between GERD and nutritions statuses at significant value 0,000. From data mentioned above it can be concluded there were correlation between energy intake & macro nutrition, except carbohydrate with GERD and nutritions statuses. Furthermore after the research were published students will aware their eat schedule, food nutritions, and the amount of food are consumed for their daily needs.

Keywords: *Dietary Behavior, GERD, Nutritions Statuses*

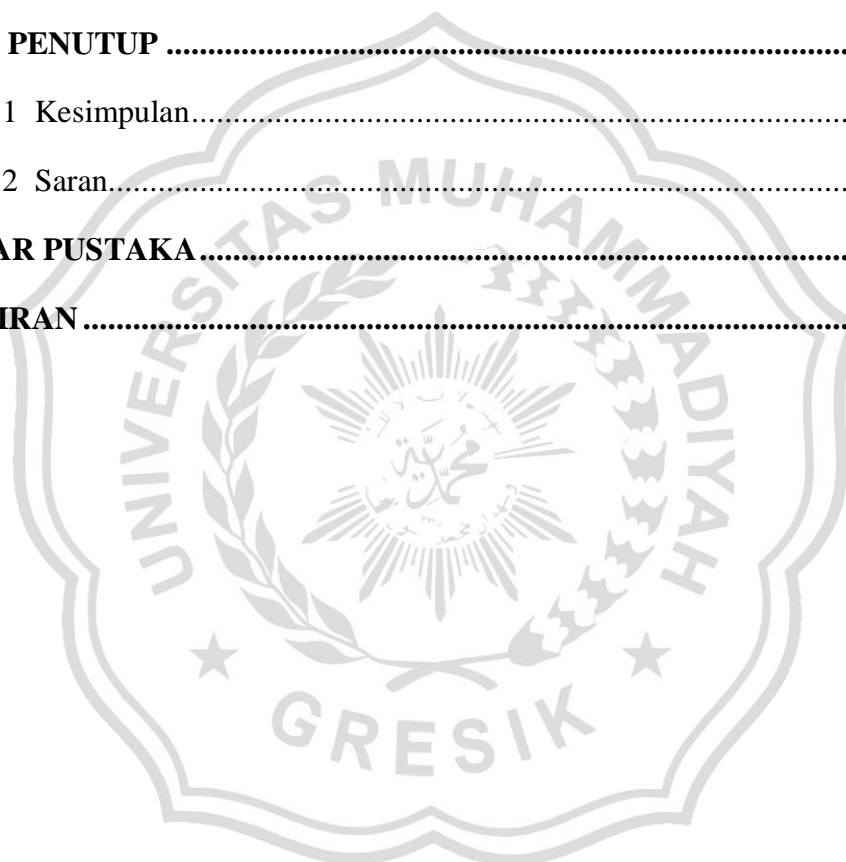
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
PERNYATAAN ORISINILITAS	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Hipotesis Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	9
2.1 Pola Makan	9
2.1.1 Definisi Pola Makan	9

2.1.2	Komponen Pola Makan	10
2.1.3	Pola Makan Seimbang	15
2.1.4	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan	18
2.1.5	Dampak Pola Makan Tidak Sehat	21
2.1.6	Indikator Pengukuran Pola Makan	23
2.2	Kejadian <i>Gastroesophageal Reflux Disease</i>	25
2.2.1	Definisi <i>Gastrophageal Reflux Disease</i>	25
2.2.2	Gejala <i>Gastrophageal Reflux Disease</i>	26
2.2.3	Faktor Risiko Penyebab <i>Gastrophageal Reflux Disease</i>	27
2.2.4	Pencegahan <i>Gastrophageal Reflux Disease</i>	29
2.2.5	Dampak <i>Gastrophageal Reflux Disease</i>	29
2.2.6	Indikator Pengukuran Kejadian <i>Gastrophageal Reflux Disease</i>	30
2.3	Status Gizi	30
2.3.1	Definisi Status Gizi	30
2.3.2	Pengukuran Status Gizi	31
2.3.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	32
2.4	Mahasiswa	34
2.4.1	Definisi Mahasiswa	34
2.4.2	Perubahan Pada Mahasiswa yang Mempengaruhi Status Gizi	34
2.5	Kerangka Teori	35
2.6	Kerangka Konsep	36
BAB III METODE PENELITIAN		37
3.1	Jenis dan Desain Penelitian	37
3.2	Waktu Kegiatan	37
3.3	Lokasi/Tempat Kegiatan	37
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian	37

3.4.1	Populasi Penelitian	37
3.4.2	Sampel Penelitian	37
3.5	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	39
3.5.1	Variabel Penelitian	39
3.5.2	Definisi Operasional	40
3.6	Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	41
3.6.1	Teknik Pengumpulan Data.....	41
3.6.2	Instrumen Pengumpulan Data	43
3.7	Kerangka Operasional.....	44
3.8	Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
4.1	Hasil Penelitian.....	47
4.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	47
4.1.2	Karakteristik Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	49
4.1.3	Analisis Univariat	52
4.1.4	Analisis Bivariat	72
4.2	Pembahasan	83
4.2.1	Karakteristik Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	83
4.2.2	Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	84
4.2.3	Kejadian <i>Gastroesophageal Reflux Disease</i> Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.....	97
4.2.4	Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	98

4.2.5	Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian <i>Gastroesophageal Reflux Disease</i> Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	99
4.2.6	Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	107
4.2.7	Hubungan Kejadian <i>Gastroesophageal Reflux Disease</i> dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	114
BAB V PENUTUP		117
5.1	Kesimpulan.....	117
5.2	Saran.....	118
DAFTAR PUSTAKA.....		120
LAMPIRAN.....		128



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kebutuhan Kalori dan Zat Gizi Makro Usia 19-24 Tahun	12
Tabel 2.2 Kriteria Pemenuhan Kebutuhan Kalori dan Zat Gizi Makro	13
Tabel 2.3 Anjuran Porsi Kelompok Usia 19-24 Tahun	16
Tabel 2.4 Kategori Food Frequency Questionnaire	24
Tabel 2.5 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh	32
Tabel 3.1 Distribusi Besar Sampel Tiap Program Studi	39
Tabel 3.2 Definisi Operasional	40
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	50
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	50
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Program Studi Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	51
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Jenis Makanan Sumber Karbohidrat	52
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Jenis Makanan Sumber Protein Hewani	54
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Jenis Makanan Sumber Protein Nabati	55
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Jenis Sayur-Sayuran	57
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Jenis Buah-Buahan	58
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Jenis Susu dan Olahannya	60
Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Jenis Jajanan	61
Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Minuman	62
Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Pelengkap Makanan	64
Tabel 4.13 Rata-Rata Jumlah Intake Energi Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	65
Tabel 4.14 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intake Energi	66
Tabel 4.15 Rata-Rata Jumlah Intake Protein Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	66
Tabel 4.16 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intake Protein	67
Tabel 4.17 Rata-Rata Jumlah Intake Lemak Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	67
Tabel 4.18 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intake Lemak	68

Tabel 4.19 Rata-Rata Jumlah Intake Karbohidrat Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	68
Tabel 4.20 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intake Karbohidrat	69
Tabel 4.21 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Keteraturan Makan Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik ..	69
Tabel 4.22 Rata-Rata Skor Kejadian GERD Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	70
Tabel 4.23 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian GERD Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	70
Tabel 4.24 Rata-Rata Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	71
Tabel 4.25 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	71
Tabel 4.26 Hubungan Intake Energi dengan Kejadian GERD Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik ..	72
Tabel 4.27 Hubungan Intake Protein dengan Kejadian GERD Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik ..	73
Tabel 4.28 Hubungan Intake Lemak dengan Kejadian GERD Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik ..	74
Tabel 4.29 Hubungan Intake Karbohidrat dengan Kejadian GERD Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik ..	75
Tabel 4.30 Hubungan Keteraturan Makan dengan Kejadian GERD Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik ..	76
Tabel 4.31 Hubungan Intake Energi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	77
Tabel 4.32 Hubungan Intake Protein dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	78
Tabel 4.33 Hubungan Intake Lemak dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik	79
Tabel 4.34 Hubungan Intake Karbohidrat dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik ..	80

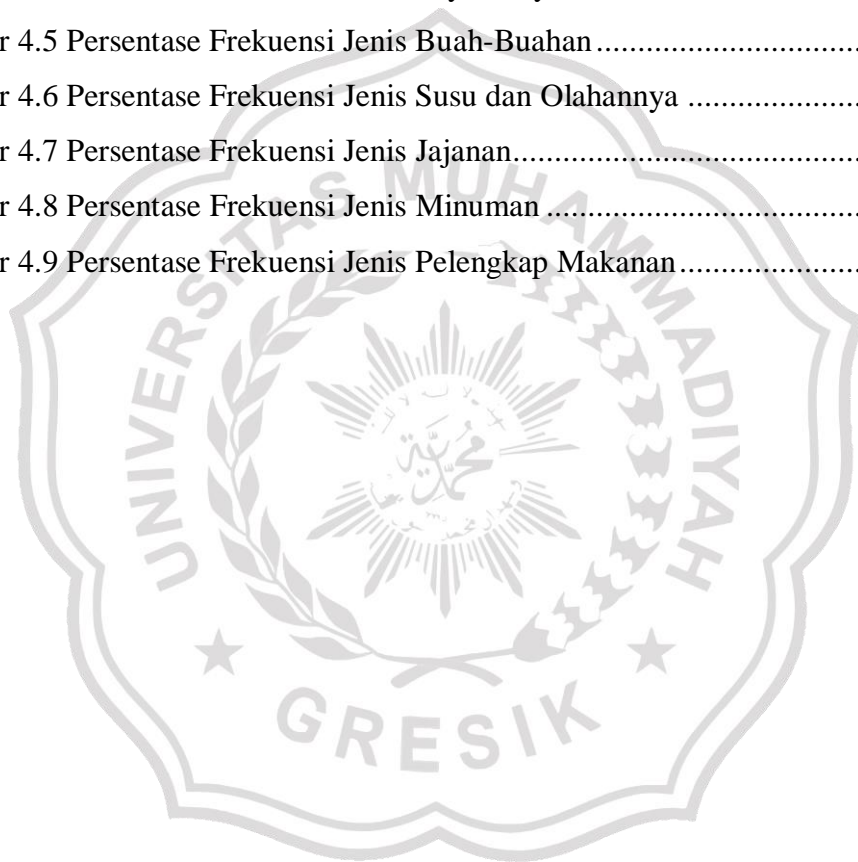
Tabel 4.35 Hubungan Keteraturan Makan dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.. 81

Tabel 4.36 Hubungan Kejadian GERD dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat II Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik..... 82



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	35
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	36
Gambar 3.1 Kerangka Operasional.....	44
Gambar 4.1 Persentase Frekuensi Jenis Makanan Sumber Karbohidrat	53
Gambar 4.2 Persentase Frekuensi Jenis Makanan Sumber Protein Hewani	54
Gambar 4.3 Persentase Frekuensi Jenis Makanan Sumber Protein Nabati.....	56
Gambar 4.4 Persentase Frekuensi Jenis Sayur-Sayuran	57
Gambar 4.5 Persentase Frekuensi Jenis Buah-Buahan	59
Gambar 4.6 Persentase Frekuensi Jenis Susu dan Olahannya	60
Gambar 4.7 Persentase Frekuensi Jenis Jajanan.....	61
Gambar 4.8 Persentase Frekuensi Jenis Minuman	63
Gambar 4.9 Persentase Frekuensi Jenis Pelengkap Makanan.....	64



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden.....	128
Lampiran 2. Formulir Identitas Diri	129
Lampiran 3. Form Food Recall 24 Jam.....	130
Lampiran 4. Form Food Frequency Questionnaire.....	131
Lampiran 5. Form Kuisisioner Gastroesophageal Reflux Disease	135
Lampiran 6. Hasil Rekap Data Antropometri, Keteraturan Makan, dan Kejadian GERD	136
Lampiran 7. Rekap Hasil Food Recall 2x24 Jam	141
Lampiran 8. Analisis Bivariat.....	146
Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan	149
Lampiran 10. Surat Perizinan Penelitian Skripsi.....	150

