

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU GIZI SEIMBANG PADA MAHASISWA SELAMA PANDEMI COVID-19

THE CORRELATION OF KNOWLEDGE AND ATTITUDE WITH BALANCED NUTRITION BEHAVIOR IN STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Yustika Ramadhani¹, Abdul Salam¹, Nurhaedar Jafar¹, Rahayu Indriasari¹, Safrullah Amir¹

(Email/Hp: yustikaramadhani@yahoo.com/085331636411)

¹Program Studi Ilmu Gizi, Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, Makassar

ABSTRAK

Pendahuluan: Saat ini Indonesia tengah dilanda oleh pandemi COVID-19 yang menyebabkan terjadinya perubahan dalam berbagai sektor kehidupan, khususnya kelompok mahasiswa. Perubahan seperti kegiatan perkuliahan serta aktivitas lainnya yang dilakukan di rumah mempengaruhi pengetahuan mahasiswa yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku gizi seimbang mahasiswa. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku gizi seimbang mahasiswa selama pandemi. **Metode:** penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin angkatan 2018-2019 yang berjumlah 270 orang dan dipilih menunjukkan teknik *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan untuk variabel pengetahuan, sikap dan perilaku adalah kuesioner. Selanjutnya hasil penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square*. **Hasil:** dari seluruh responden, diketahui bahwa lebih dari sebagian mahasiswa memiliki pengetahuan yang baik (54,8%) dan sikap yang positif (57,4%). Sebagian besar telah memiliki perilaku gizi seimbang yang baik (71,9%). Analisis bivariat menunjukkan nilai *p-value* terkait hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku adalah 0,062 ($p > 0,05$) dan 0,000 ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku gizi seimbang mahasiswa. sebaliknya terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku gizi seimbang mahasiswa selama masa pandemi.

Kata kunci: Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Gizi Seimbang, COVID-19

ABSTARCT

Introduction: Currently, Indonesia is experiencing the COVID-19 pandemic which causes changes in various sectors of life, especially groups of the college student. Changes such as lecture activities and other activities carried out at home affect student knowledge which can affect students' balanced nutritional attitudes and behavior. **Objectives:** this study aims to determine the correlation of knowledge and attitude with balanced nutrition behavior in college students during pandemic. **Methods:** This study used a cross-sectional design. The sample of this study was students of the Faculty of Public Health, Hasanuddin University class of 2018-2019, totaling 270 people and selected by using the proportional random sampling technique. The instrument used for the variables of knowledge, attitude, and behavior is a questionnaire. Furthermore, the research results were analyzed by univariate and bivariate with Chi-Square test. **Results:** from all respondents, it is known that more than some students have good knowledge (54.8%) and positive attitudes (57.4%), and most have well-balanced nutrition behavior (71.9%). Bivariate analysis showed that the *p-values* related to the relationship between knowledge and attitudes with behavior were 0.062 ($p > 0.05$) and

0.000 ($p < 0.05$). **Conclusion:** *there is no correlation between knowledge and balanced nutrition behavior of students. On the other hand, there is a correlation between attitudes and students balanced nutritional behavior during the pandemic.*

Keywords: *Knowledge, Attitude, Behavior, Balanced Nutrition, COVID-19*

PENDAHULUAN

Mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa merupakan bagian dari kelompok remaja yang masih berada dalam tahap perkembangan. Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional yang dimulai dari rentang usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada usia sekitar 18 hingga 22 tahun.¹ Pada masa remaja, tubuh mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik fisik maupun psikis.² Proses pertumbuhan yang cepat ini menuntut remaja untuk mampu memperhatikan dan memenuhi kebutuhan gizinya melalui makanan sehari-hari yang dikonsumsi oleh remaja.³ Pada periode ini kebutuhan zat gizi semakin meningkat untuk membantu tumbuh dan kembang tubuh, diikuti oleh perubahan gaya hidup yang mempengaruhi kebiasaan makan, sehingga rentan mengalami masalah gizi.⁴

Umumnya remaja seringkali tidak memperhatikan pola makannya sehingga menimbulkan adanya masalah gizi. Masalah gizi yang dapat terjadi pada masa remaja yaitu gizi kurang, *overweight*, dan obesitas. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), obesitas di seluruh dunia bertambah cukup pesat menjadi lebih dari dua kali lipat sejak tahun 1980. Tahun 2014, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa, berusia ≥ 18 tahun mengalami *overweight* dan lebih dari 600 juta orang di dunia mengalami obesitas.⁵ Remaja cenderung memiliki pola makan yang tidak proporsional dan tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang seperti kurang mengonsumsi sayur dan buah, sering mengonsumsi *fast food* dan minuman bersoda, serta melewatkan sarapan. Berdasarkan hasil dari *Global School Health Survey* (GSHS) pada tahun 2015, proporsi remaja kurang mengonsumsi buah dan sayur sebesar 93,6%, mengonsumsi minuman bersoda 62,34%, mengonsumsi makanan berpenyedap 75,7% dan jarang sarapan 65,2%, serta kurang aktivitas fisik 42,5%.⁵ Selain itu, data di Cianjur menunjukkan hanya 5,5% remaja yang mengonsumsi sayur lebih dari 120 g/hari dan di Gorontalo remaja sering mengonsumsi makanan cepat saji sebesar 98,9%.^{7,8} Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di Indonesia masih memiliki pola makan yang tidak seimbang.

Salah satu penyebab dari pola makan yang tidak seimbang ini adalah kurangnya pengetahuan dari remaja. Pengetahuan gizi dapat didefinisikan sebagai kemampuan dalam memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi.⁶ Pengetahuan gizi ini dapat mempengaruhi asupan seseorang, yang mana semakin tinggi pengetahuan gizinya, maka diharapkan akan semakin memperhatikan konsumsi makanannya dari segi kualitas dan jenis.⁷ Gizi berperan penting dalam indikator kesehatan pada manusia. Keadaan gizi yang baik salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan gizi.⁸ Terkhusus mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat terbilang sebagai mahasiswa yang banyak menerima ilmu terkait ilmu kesehatan secara formal (perkuliahan), terutama mengenai pengetahuan gizi.

Komponen penting lainnya yang mempengaruhi perilaku remaja dalam memilih makanan adalah sikap. Sikap merupakan suatu reaksi atau respon seseorang yang masih

tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap positif remaja terhadap kesehatan kemungkinan tidak berdampak langsung pada perilaku remaja menjadi positif, namun sikap yang negatif terhadap kesehatan hampir pasti berdampak langsung pada perilakunya dalam hal ini perilaku makan bergizi seimbang. Pengetahuan tentang gizi sangat penting untuk dimiliki oleh individu khususnya mahasiswa karena dengan pengetahuan tersebut individu dapat menentukan sikap dan perilakunya terkait pola makan dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku manusia adalah seluruh kegiatan atau aktivitas manusia yang dapat terlihat oleh orang lain maupun yang tidak terlihat. Perkembangan perilaku makan seseorang sendiri dipengaruhi oleh kebiasaan makan dalam keluarga yang dapat membentuk pola konsumsi.⁶

Hingga saat ini, seluruh negara termasuk Indonesia masih mengalami pandemi global yaitu COVID-19 yang diketahui mewabah secara cepat. Pemerintah Indonesia sendiri telah lama mengeluarkan kebijakan penerapan pembatasan aktivitas seperti menjaga jarak sosial (*social distancing*), menjaga jarak antar orang serta menghindari kerumunan (*physical distancing*). Kebijakan ini mengakibatkan adanya penutupan fasilitas/institusi termasuk institusi pendidikan, sehingga kegiatan perajaran mulai dialihkan menjadi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) atau *online*. Keadaan ini menimbulkan berbagai macam perubahan bagi masyarakat Indonesia, terkhusus bagi mahasiswa. Adanya perubahan gaya hidup tak terkecuali pola makan mengalami perubahan yang disebabkan adanya kebijakan untuk tetap berada di rumah dan membatasi kegiatan di luar rumah.^{9,10}

Pandemi ini menyebabkan semakin banyak waktu yang dihabiskan di rumah yang menyebabkan individu memiliki lebih banyak waktu untuk memasak/menyiapkan makanan. Namun di sisi lain, semakin banyak pula waktu yang dihabiskan di depan TV ataupun gaya hidup sedentari lebih tinggi dibandingkan sebelumnya. Selain itu, menonton TV biasa diasosiasikan dengan meningkatnya frekuensi ngemil, terutama cemilan padat energi, makanan cepat saji atau minuman bersoda.¹⁰ Selain itu, terjadi penurunan aktivitas fisik yang mana selama tinggal di rumah dalam waktu yang lama terjadi peningkatan perilaku duduk, berbaring, bermain game, menonton televisi dan menggunakan perangkat seluler sehingga membuat pengeluaran energi berkurang dan akibatnya mengarah pada peningkatan risiko penyakit tidak menular.^{11,13} Perilaku di atas tentu tidak sejalan dengan prinsip gizi seimbang.

Berdasarkan pendahuluan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti terkait hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku gizi seimbang pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin di masa pandemi.

BAHAN DAN METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin secara *online* selama bulan Oktober-November 2021. Sampel merupakan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Angkatan 2018-2020 sebanyak 270 orang yang dipilih menggunakan teknik *proportional random sampling*.

Variabel dalam penelitian adalah pengetahuan, sikap dan perilaku tentang gizi seimbang yang diukur melalui kuesioner dari penelitian sebelumnya yang telah lolos uji validitas dan reliabilitas. Kuesioner memuat tentang pertanyaan dan pernyataan tentang pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang yang didasarkan pada aspek masing-masing variabel. Kategorisasi variabel pengetahuan dan perilaku dibagi menjadi dua yakni baik, cukup, kurang yang didasarkan pada standar persen yakni <50% kategori kurang 50%-75% kategori cukup,

dan >75% untuk kategori cukup, sedangkan kategori sikap ditentukan berdasarkan standar mean yakni nilai < mean untuk kategori negatif dan nilai \geq mean merupakan kategori positif. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji statistik *Chi Square* untuk melihat hubungan dari pengetahuan dan sikap dengan perilaku gizi seimbang dari mahasiswa. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

HASIL

Responden merupakan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah menempuh pendidikan paling kurang satu tahun. Responden berasal dari dua Program Studi yang tergabung dalam Fakultas Kesehatan Masyarakat.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin

Karakteristik	Jumlah Responden	
	n	%
Usia		
18-20 tahun	170	63,0
21-22 tahun	100	37
Jenis Kelamin		
Laki-laki	23	8,5
Perempuan	247	91,5
Angkatan		
2018	88	32,6
2019	86	31,9
2020	96	35,6
Prodi		
Kesehatan Masyarakat	212	78,5
Ilmu Gizi	58	21,5
Suku		
Makassar	54	20
Bugis	141	52,2
Toraja	36	13,3
Jawa	11	4,1
Lainnya	28	10,4
Total	270	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan indikator usia, sebagian besar responden berada dalam rentang usia 18-20 tahun sebesar 63% dan berdasarkan jenis kelamin mayoritas berjenis kelamin perempuan sebesar 91,5%. Berdasarkan angkatan, responden terbanyak berasal dari angkatan 2020 sebesar 35,6%. Berdasarkan Prodi, mayoritas berasal dari Prodi Kesehatan Masyarakat sebesar 78,5% dan berdasarkan suku paling banyak yang merupakan suku Bugis yaitu sebesar 52,2% (Tabel 1).

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi seimbang Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin

Variabel	Jumlah Responden	
	n	%
Pengetahuan		
Baik	106	39,3
Cukup	115	42,6
Kurang	49	18,1
Sikap		
Positif	134	49,6
Negatif	136	50,4
Perilaku		
Baik	63	23,3
Cukup	176	65,2
Kurang	31	11,5
Total	270	100

Sumber: Data Primer, 2021

Hasil penelitian (Tabel 2) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki pengetahuan yang cukup (42,6%). Lebih dari sebagian mahasiswa memiliki sikap yang negatif (50,4%) dan mayoritas mahasiswa memiliki perilaku gizi seimbang yang cukup (65,2%).

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Gizi Seimbang Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin

Variabel	Perilaku								P value
	Baik		Cukup		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	N	%	
Pengetahuan									
Baik	26	24,5	71	67,0	9	8,5	106	100	0,550
Cukup	24	20,9	77	67,0	14	12,2	115	100	
Kurang	13	26,5	28	57,1	8	16,3	49	100	
Sikap									
Positif	43	31,6	81	59,6	12	8,8	136	100	0,004
Negatif	20	14,9	95	70,9	19	14,2	134	100	

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa mahasiswa yang responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik dengan tingkat perilaku baik adalah sebesar 24,5%. Responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik dengan tingkat perilaku yang cukup sebanyak 67,0%. Selain itu, dapat pula diketahui bahwa mahasiswa memiliki kategori sikap positif dengan tingkat perilaku yang baik, cukup, dan kurang secara berturut-turut adalah sebesar 31,6%, 59,6%, dan 8,8%. Sedangkan responden yang memiliki sikap gizi seimbang kategori negatif dengan tingkat perilaku yang baik, cukup, dan kurang secara berturut-turut adalah sebesar 14,9%, 70,9%, 14,2%. Berdasarkan hasil analisis bivariat diperoleh nilai *p-value* untuk pengetahuan dan sikap adalah 0,550 ($>0,05$) dan 0,004 ($<0,05$), yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku gizi seimbang mahasiswa, sebaliknya terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku gizi seimbang mahasiswa.

PEMBAHASAN

Mahasiswa sebagai bagian dari kelompok remaja masih berada dalam masa pencaharian diri dan sangat mudah terpengaruh oleh lingkungan. Pertumbuhan yang dialami remaja terjadi begitu cepat baik perubahan emosional maupun perubahan sosial. Untuk mengantisipasi perubahan yang cepat ini, perlu diperhatikan kebutuhan gizi dalam hal ini makanan sehari-hari yang dikonsumsi remaja. Sehingga perlu ditunjang dengan asupan makanan yang tepat dan memadai, sebab masa remaja merupakan masa rawan gizi, yang mana terjadi peningkatan kebutuhan zat gizi. Sementara kebanyakan mahasiswa tidak tahu bagaimana cara memenuhi kebutuhan gizi dan sering tidak menyadari untuk memenuhinya, sehingga dapat menimbulkan masalah gizi.³

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa lebih dari sebagian mahasiswa telah memiliki pengetahuan yang cukup (42,6%) diikuti oleh mahasiswa yang telah memiliki pengetahuan yang baik (39,3%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa faktor demografi turut berperan dalam pengetahuan mahasiswa bila dikaitkan dengan jurusan yang ditempuh oleh responden yaitu ilmu kesehatan masyarakat dan ilmu gizi. Kedua jurusan tersebut merupakan jurusan ilmu kesehatan yang khusus mempelajari gizi seimbang. Responden setidaknya telah berproses di jurusannya selama paling kurang satu tahun, dengan demikian pengalaman perkuliahan memberikan kontribusi bagi pembentukan pengetahuan mahasiswa. Sejalan hal itu, sumber informasi juga berpengaruh pada pengetahuan yang mana mahasiswa memperoleh pengetahuan dari pendidikan formal ataupun non-formal. Hasil ini sejalan dengan teori dari Mubarak bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, pengalaman dan sumber informasi.¹² Tingkat pendidikan berkontribusi terhadap pengetahuan yang dimiliki oleh individu. makin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah pula mereka dalam menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah.¹³

Kebijakan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) juga menyebabkan perkuliahan dialihkan menjadi daring. Pembelajaran daring yang diberikan kepada mahasiswa ini masih cukup baik dalam memberikan kontribusi bagi pengetahuan gizi seimbang responden. Metode pembelajaran daring (*online*) dianggap lebih dekat dengan generasi pelajar saat ini yang dikenal sangat menyatu dengan produk-produk teknologi. Hal ini merupakan salah satu bentuk digitalisasi dalam dunia pendidikan yang memiliki banyak manfaat.¹⁴ Di samping itu, diketahui pula bahwa lebih dari sebagian responden juga memiliki sikap yang negatif (50,4%) hal tersebut tidak terlalu menunjukkan perbandingan yang signifikan karena hanya berbeda 0,8% serta mayoritas memiliki perilaku gizi seimbang yang cukup (65,2%), kemudian untuk perilaku gizi seimbang yang kurang (11,5) yang diidentifikasi masih kurang dari aspek aktivitas fisik. Sikap manusia tidak terbentuk sejak lahir melainkan melalui proses sosial yang terjadi selama hidupnya, dimana individu mendapatkan informasi dan pengalaman.¹⁵ Berdasarkan hasil pengisian kuesioner, diketahui bahwa selama masa pandemi COVID-19 sebagian besar responden memiliki perilaku berupa selalu atau sering menghabiskan waktu berbaring sambil bermain *gadget* ketika tidak ada aktivitas ini. hal ini menunjukkan bahwa lingkungan turut berkontribusi dalam menentukan perilaku individu.

Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku gizi seimbang mahasiswa pada penelitian ini ($p\text{-value}=0,550$). Menurut teori perilaku dibentuk oleh faktor internal dan eksternal yang saling berinteraksi yang mana pengetahuan merupakan faktor internal. Dengan

demikian dapat dinyatakan bahwa faktor pengetahuan tidak cukup berarti dalam memberikan kontribusi terbentuknya perilaku gizi seimbang pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. Faktor eksternal dapat meliputi lingkungan (usia, pendidikan, pekerjaan, agama, sosial ekonomi dan budaya) serta faktor-faktor lain.¹⁶ Perilaku merupakan kumpulan berbagai faktor yang saling berinteraksi.¹⁶ Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang pengaruh pengetahuan dan sikap remaja terhadap penerapan gizi seimbang selama masa *new normal* COVID-19 di Maros yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pengetahuan gizi seimbang terhadap penerapan gizi seimbang pada siswa MA di Maros.²³

Secara sederhana dapat pula dilihat pada mahasiswa dengan tingkat pengetahuan yang baik dengan tingkat perilaku yang baik yang menunjukkan adanya ketimpangan jumlah dimana mahasiswa dengan pengetahuan yang baik terdiri atas 106 mahasiswa sedangkan yang memiliki tingkat perilaku yang baik hanya 63 mahasiswa. Selain faktor yang dijelaskan di atas, dapat pula dibuktikan bahwa perilaku tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan akan tetapi lingkungan, kepercayaan, keyakinan, dan kebudayaan. Seperti lingkungan yang berbeda-beda dengan sumber informasi yang cukup beragam dan berbeda dapat memberikan pengaruh pada bagaimana individu berperilaku. Hal ini sejalan dengan teori bahwa perilaku juga dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti kebudayaan atau lingkungan.¹⁵ Selain itu, pandemi COVID-19 juga menyebabkan adanya keterbatasan akses bagi mahasiswa terhadap segala kepentingan terkhusus yang menunjang terwujudnya perilaku gizi seimbang yang baik. Selain keterbatasan akses untuk menunjang perilaku gizi seimbang seperti dengan masa sebelum pandemi COVID-19, dapat pula dipahami bahwa era saat ini jangkauan informasi cukup luas melalui media sosial yang dapat mempengaruhi pemahaman individu hingga pada kepercayaan ataupun keyakinan dari masing-masing individu yang kemudian berdampak pada perilaku individu

Adapun terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku gizi seimbang mahasiswa (p -value=0,004). Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya sinergi antara sikap dan perilaku mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. Dimana secara teoritis dimensi sikap dan perilaku serta faktor yang mempengaruhinya memiliki beberapa kesamaan. Sikap akan mempengaruhi perilaku jika faktor lain yang mempengaruhi pernyataan sikap dan perilaku dikurangi seminimal mungkin, kemudian ketika pengurutan sikap menunjuk pada suatu perilaku yang lebih spesifik, dan ketika terdapat kesadaran terhadap sikap yang dimiliki saat akan menunjukkan suatu perilaku tertentu. Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku gizi keluarga meningkatkan imunitas selama masa pandemi COVID-19.¹⁹

Sikap terhadap perilaku biasanya mengacu pada teori perilaku yang direncanakan. Dimana intensi atau niat yang menjadi penentu seseorang dalam bersikap yang kemudian diwujudkan dalam perilaku, dan sejauh mana individu merasakan tingkah laku tersebut berada di bawah kendali mereka.¹⁸ Dengan kata lain, meskipun faktor lain tetap turut berkontribusi akan tetapi mahasiswa tetap mempunyai kontrol terhadap perilakunya dari sikap yang dimilikinya, sehingga faktor lain tidak lebih besar pengaruhnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku gizi seimbang mahasiswa. Sebaliknya terdapat hubungan antara sikap dan perilaku gizi seimbang mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin selama masa pandemi. Diharapkan bagi mahasiswa untuk memperhatikan kondisi lingkungannya dengan baik agar tetap dapat menerapkan perilaku gizi seimbang sebagaimana pengetahuan gizi seimbang yang dimilikinya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Santrock JW. *Perkembangan Anak Jilid I*. Erlangga; 2007.
2. Departemen Kesehatan RI. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. 2003.
3. Arisman. *Buku Ajar Ilmu Gizi: Gizi dalam Dasar Kehidupan (2nd ed)*. Jakarta: EGC; 2010.
4. Damayanti D. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2017.
5. Rosati P, Triunfo S, Scambia G. Child nutritional status: a representative survey in a metropolitan school. *J Obes*. 2013;2013.
6. Kemenkes RI. *Riset Kesehatan Dasar*. 2018.
7. Mutmainah FN, Khomsan A, Riyadi H, Prasetya G. Konsumsi Sayur dan Buah pada Siswa SMP sebagai Implementasi Pedoman Gizi Seimbang. *J Media Kesehat Masy Indones*. 2019;15(2).
8. Wahyuni. Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas pada Remaja. *J Kesehat Masy*. 2019;
9. Notoatmodjo S. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Bumi Aksara; 2003.
10. Sedioetama AD. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid I*. Dian Rakyat; 2000.
11. Baliwati Y. *Pengantar Pangan dan Gizi*. Swadaya; 2004.
12. Noviasy R, SUSanti R. Changes in Eating Habits of Nutrition Students During the Covid 19 Pandemic. *J Kesehat Masy Mulawarman*. 2020;2(2):90.
13. Noviasy R, Susanti R. Perubahan Kebiasaan Makan Mahasiswa Peminatan Gizi Selama Masa Pandemi Covid 19. *J Kesehat Masy Mulawarman*. 2020;2(2):90.
14. Thomson M, Spence JC, Raine K, Laing L. The association of television viewing with snacking behavior and body weight of young adults. *Am J Heal Promot*. 2008;22(5):329–35.
15. Chen P, Mao L, Nassis GP, Harmer P, Ainsworth BE, Li F. Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *J Sport Heal Sci*. 2020;9(2).
16. Arief NA, Kuntjoro BFT, Suroto S. Gambaran Aktifitas Fisik Dan Perilaku Pasif Mahasiswa Pendidikan Olahraga Selama Pandemi Covid-19. *Multilater J Pendidik Jasm dan Olahraga*. 2020;19(2):175.
17. Mubarak. *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Graha Ilmu; 2007.
18. Soekanto. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Rajawali; 2002.
19. Suryaatmaja DJC, Wulandari ISM. Hubungan tingkat kecemasan terhadap sikap remaja akibat pandemik covid-19. *Malahayati Nurs J*. 2020;2(4):820–9.
20. Azwar S. *Psikologi Sosial*. Rafika Aditama; 2010.
21. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta; 2007.
22. Wawan, Dewi. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia: Dilengkapi Contoh Kuesioner*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011. 132 p.
23. Ranti A, Masithah S, Suherman S, Nurcahyani ID, Yusuf K. Pengaruh Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Penerapan Gizi Seimbang Selama Masa New Normal Covid-19

- Di Ma Ddi Alliritengae Maros. 2021. 5(1).
24. Azrimadaliza A, Khairany Y, Putri R. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi Keluarga dalam Meningkatkan Imunitas Selama Pandemi Covid-19. *J Ilm Kesehat.* 2021;20(1):40–4.
 25. Sawitri D, Hadiyanto H, Hadi S. Pro-Enviromental Behavior from a Social Cognitive Theory Perspective. *Procedia Environ Sci.* 2015;23.