

BAB 6

PEMBAHASAN

6.1 Pembahasan Hasil Penelitian

6.1.1 Perbedaan Pengetahuan Gizi Pada Kelompok Mahasiswa Gizi dan Non Gizi

Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh (Almatsier, 2004). Adanya pengetahuan gizi yang baik merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan sikap dan perilaku seseorang terhadap makanan. Selain itu, pengetahuan gizi mempunyai peranan penting untuk dapat membuat manusia hidup sejahtera dan berkualitas. Semakin banyak pengetahuan gizinya semakin diperhitungkan jenis dan kualitas makanan yang dipilih dikonsumsinya (Soediaoetama, 2000). Pengetahuan gizi seseorang selain diperoleh dari pendidikan formal biasanya diperoleh dari berbagai sumber misalnya media massa, media elektronik, buku petunjuk, dan kerabat dekat. Pengetahuan ini dapat membentuk keyakinan tertentu, sehingga seseorang akan berperilaku sesuai pengetahuan gizi yang didapatkan (Purwanti, 2010).

Dalam penelitian ini, responden yang digunakan dibedakan menjadi dua kelompok yaitu mahasiswa gizi dan mahasiswa non gizi. Responden penelitian mahasiswa gizi adalah mahasiswa yang berasal dari jurusan gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, dimana selama menjalani perkuliahan mendapatkan mata kuliah mengenai gizi pada setiap semester. Disisi lain, responden mahasiswa non gizi adalah mahasiswa yang berasal dari seluruh Fakultas Universitas Brawijaya, dimana selama perkuliahan tidak pernah mendapatkan mata kuliah mengenai gizi. Gambaran pengetahuan gizi pada penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa gizi sebesar 98% memiliki

pengetahuan gizi baik, sedangkan mahasiswa non gizi yang memiliki pengetahuan gizi baik sebesar 63,3%. Hal ini dikarenakan mahasiswa gizi telah mendapatkan pendidikan gizi secara formal selama 8 semester atau 4 tahun, sehingga secara langsung mahasiswa gizi lebih banyak terpapar pengetahuan gizi dibandingkan mahasiswa non gizi. Tingkat pengetahuan individu akan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin tinggi pengetahuan yang dipelajarinya (Suprijanto, 2007).

Berdasarkan uji beda menggunakan SEM didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan antara pengetahuan gizi pada kelompok mahasiswa gizi dan mahasiswa non gizi. Perbedaan pengetahuan gizi pada kedua kelompok sampel dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan responden penelitian. Mahasiswa gizi memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai gizi, karena mereka mendapatkan pendidikan gizi selama 8 semester dan segala sesuatu yang mereka pelajari adalah hal-hal yang berhubungan dengan permasalahan gizi, sedangkan sebagian besar mahasiswa non gizi memiliki pengetahuan gizi yang baik sebesar 63,3% dari total responden.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Bening (2014) tentang "Perbedaan Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Asupan Energi dan Status Gizi Pada Mahasiswa Gizi dan Non Gizi Universitas Diponegoro" dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan gizi yang bermakna antara kelompok mahasiswi gizi dan non gizi (*p-value*: 0.000). Hasil penelitian lainnya (Apelabi, 2013) tentang "Perbedaan Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Mahasiswa Tingkat 1 sampai tingkat akhir pada Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Gizi Universitas Respati Yogyakarta" dimana penelitiannya menunjukkan bahwa ada perbedaan antar pengetahuan gizi tingkat 1 sampai tingkat akhir dengan nilai *P-value* sebesar 0,025. Penelitian Afianti (2008) juga mendukung penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara pengetahuan gizi

(tentang pesan-pesan PUGS) dengan sikap contoh tentang pesan-pesan PUGS ($p=0.000$) dan praktek contoh tentang pesan-pesan PUGS ($p=0.022$) pada mahasiswa gizi IPB. Dalam penelitian ini hal yang sama juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan gizi diantara dua kelompok mahasiswa yang mendapatkan pendidikan gizi secara formal (mahasiswa gizi) dan yang tidak mendapatkan pendidikan gizi secara formal (mahasiswa non gizi), atau dengan kata lain bisa disimpulkan bahwa pendidikan gizi secara formal mempengaruhi pengetahuan gizi yang lebih baik dan semakin tinggi pendidikan gizi secara formal maka semakin baik pula pengetahuan gizinya.

6.1.2 Perbedaan Konsumsi Makanan Berisiko yang berpotensi menimbulkan Hipertensi

Makanan berisiko yang dimaksud dalam penelitian ini adalah makanan yang terbukti berhubungan dengan kejadian hipertensi yaitu garam natrium seperti yang terdapat di dalam garam dapur (NaCl), soda kue (NaHCO_3), baking powder, natrium benzoate dan vetsin (mono sodium glutamat) (Almatsier, 2004). Konsumsi makanan asin yang tinggi merupakan salah satu risiko terjadinya hipertensi, makanan asin memiliki kandungan natrium yang tinggi. Natrium adalah mineral yang sangat berpengaruh pada mekanisme timbulnya hipertensi (Krisnatuti dan Yenrina, 2005). Jenis makanan yang mengandung sodium antara lain soda kue, bubuk soda sebagai pengawet, makanan yang dipanggang, keju, makanan kaleng dan laut (seafood), serta padipadian (cereals) (Indrawati, 2009).

Dalam penelitian ini digunakan form SQ-FFQ untuk menggali riwayat makan responden terkait konsumsi makanan berisiko yang berpotensi menimbulkan hipertensi antara lain adalah makanan yang mengandung garam dapur tinggi (makanan asin) dan makanan yang mengandung sodium antara lain makanan yang pengawet dan makanan kaleng seperti corned dan sarden,

dimana makanan tersebut sering dikonsumsi mahasiswa terutama yang tinggal dikos dengan alasan praktis dan ekonomis.

Konsumsi makanan berisiko yang berpotensi menimbulkan hipertensi pada kelompok mahasiswa gizi dan mahasiswa non gizi sebagian besar dikategorikan kurang dari mean (tidak berisiko). Namun, jumlah mahasiswa gizi yang mengonsumsi makanan berisiko yang berpotensi menimbulkan hipertensi lebih kecil dibandingkan mahasiswa non gizi, berturut-turut yaitu 20.4%; 34.7%, atau dengan kata lain mahasiswa gizi lebih memilih tidak mengonsumsi makanan berisiko yang berpotensi menimbulkan hipertensi (79.6%). Hal ini juga dibuktikan dengan hasil $p\text{-value}=0.000$ yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata konsumsi makanan berisiko yang berpotensi menimbulkan hipertensi pada kelompok mahasiswa gizi dan non gizi dengan melibatkan variabel perancu sebagai variabel yang mempengaruhi variabel terikat, pada penelitian ini antara lain jenis kelamin, semester dan jurusan. Hal ini dikarenakan adanya pengetahuan gizi yang lebih baik pada mahasiswa gizi dibandingkan mahasiswa non gizi. Pendidikan gizi dapat mempengaruhi konsumen dalam pemilihan produk atau merk, perbedaan pendidikan akan menyebabkan perbedaan selera konsumen (Sumarwan, 2004). Menurut Almarita dan Fallah (2004) menyatakan bahwa tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku hidup sehat.

Sejalan dengan penelitian Indrawati (2009), dijelaskan bahwa makan makanan asin mempunyai hubungan terhadap hipertensi konsumsi makan makanan asin akan menyebabkan adanya hipertensi. Pola kebiasaan menggunakan bumbu penyedap (MSG) terlihat mempunyai hubungan yang bermakna terhadap kejadian hipertensi, tetapi frekuensi sering atau jarang tidak memiliki faktor risiko yang besar terhadap kejadian hipertensi. Hal ini sesuai dengan penelitian Bruce Neal (2006) yang mengatakan bahwa Sodium (MSG)

mempunyai hubungan yang bermakna terhadap kejadian hipertensi. Pada penelitian Rochmah (2014) juga menunjukkan hasil bahwa klien yang memiliki pola makan beresiko mempunyai kecenderungan sebesar 5,714 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan responden yang memiliki pola makan tidak beresiko.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini terdapat perbedaan antara konsumsi makanan berisiko yang berpotensi menimbulkan hipertensi diantara dua kelompok mahasiswa yang mendapatkan pendidikan gizi secara formal (mahasiswa gizi) dan yang tidak mendapatkan pendidikan gizi secara formal (mahasiswa non gizi).

6.2 Keterbatasan Penelitian

1. Daya ingat responden dan keakuratannya tergantung kemampuan responden dalam memperkirakan frekuensi dan jumlah makanan berisiko yang dikonsumsi.
2. Jumlah responden penelitian berdasarkan jenis kelamin tidak diperhatikan, sehingga pada mahasiswa gizi laki-laki tidak dapat dilihat gambaran konsumsi makanan berisikonya.
3. Pendidikan responden mahasiswa non gizi masih ada yang kurang sesuai dengan kriteria inklusi, dimana didapatkan responden yang berasal dari jurusan yaitu adanya mahasiswa Fakultas Teknologi Pangan (FTP) dimana mahasiswa jurusan FTP juga mendapatkan