

ABSTRAK

Auksilia Okegimaga Mote: Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Asupan Energi Anggota Ikatan Mahasiswa Papua (IMP) Di Kota Medan. Skripsi. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Medan 2026.

Tingkat kecukupan energi penduduk dewasa usia 19–55 tahun menunjukkan adanya defisit energi yang cukup besar pada kelompok usia produktif ini. Mahasiswa perantauan menghadapi berbagai pantangan makanan, kondisi ekonomi, pola hidup, keterbatasan akses pangan, kebiasaan makan tidak teratur, serta faktor sosial dan lingkungan dapat memengaruhi asupan energi harian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dengan asupan energi pada anggota Ikatan Mahasiswa Papua (IMP) di Kota Medan. Penelitian ini dilaksanakan di Sekretariat IMP pada periode bulan Februari sampai Mei 2026.

Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota IMP berusia 19–26 tahun yang terdaftar di Sekretariat IMP Sumatera Utara sebanyak 110 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* berbantuan Microsoft Excel. Prosedur pengacakan dilakukan dengan memasukkan data seluruh populasi ke dalam Microsoft Excel, kemudian membuat angka acak menggunakan rumus $=\text{RAND}()$. Data tersebut selanjutnya diurutkan (*sort*) berdasarkan angka acak terkecil hingga terbesar, lalu dipilih sebanyak 52 orang yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengumpulan data meliputi kuesioner pengetahuan gizi seimbang dengan 20 item pertanyaan pilihan ganda yang diadaptasi dari Apriani (2016), serta pengukuran asupan energi menggunakan metode *food recall* 2×24 jam. Teknik analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji korelasi Rank Spearman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin laki-laki dan perempuan memiliki proporsi yang sama masing-masing sebesar 50,0%, dengan sebagian besar responden berusia 20 tahun dan 22 tahun masing-masing sebesar 28,8%. Pekerjaan ayah mayoritas adalah petani sebesar 38,46%, pekerjaan ibu mayoritas adalah ibu rumah tangga sebesar 48,08%, dan mayoritas responden memiliki uang saku per bulan pada kategori sedang ($>\text{Rp}1.000.000$). Analisis data menggunakan Microsoft Excel menunjukkan bahwa Mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi seimbang dalam kategori kurang sebanyak 44 orang (84,6%), kategori sedang sebanyak 7 orang (13,5%), dan kategori baik sebanyak 1 orang (1,9%). Mayoritas responden memiliki asupan energi dalam kategori sangat kurang sebanyak 41 orang (78,85%), kategori kurang sebanyak 9 orang (17,31%), dan kategori cukup sebanyak 2 orang (3,8%). Hasil uji korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,245$ ($p > 0,05$) dengan koefisien korelasi $r = 0,080$, yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi seimbang dengan asupan energi pada anggota Ikatan Mahasiswa Papua (IMP) di Kota Medan.

Kata kunci: Asupan Energi, Pengetahuan Gizi Seimbang, mahasiswa papua

ABSTRACT

Auksilia Okegimaga Mote:*The Relationship Between Knowledge of Balanced Nutrition and Energy Intake of Members of the Papuan Student Association (IMP) in Medan City. Thesis. Faculty of Engineering, Medan State University, 2026.*

The energy sufficiency level of adults aged 19–55 years indicates a significant energy deficit in this productive age group. Migrant students face various dietary restrictions, economic conditions, lifestyles, limited food access, irregular eating habits, and social and environmental factors can influence daily energy intake. This study aims to determine the relationship between knowledge of balanced nutrition and energy intake among members of the Papuan Student Association (IMP) in Medan City.

This study was conducted at the IMP Secretariat from February to May 2026. This study used an observational analytical design with a cross-sectional approach. The population in this study was all 110 IMP members aged 19–26 years registered at the IMP Secretariat in North Sumatra. The sampling technique used simple random sampling with the help of Microsoft Excel. The randomization procedure was carried out by entering the entire population data into Microsoft Excel and then generating random numbers using the formula =RAND(). The data was then sorted from smallest to largest, and 52 individuals were selected who met the inclusion and exclusion criteria. Data collection techniques included a balanced nutrition knowledge questionnaire with 20 multiple-choice questions adapted from Apriani (2016), and energy intake measurements using a 2x24-hour food recall method. Data analysis techniques used univariate and bivariate analysis with the Spearman Rank correlation test.

The results showed that the proportion of male and female respondents was equal at 50.0%, with the majority of respondents aged 20 and 22 years, respectively, at 28.8%. Fathers were predominantly farmers (38.46%), mothers were predominantly housewives (48.08%), and the majority of respondents had a moderate monthly allowance (>Rp1,000,000). Data analysis using Microsoft Excel showed that the majority of respondents had knowledge of balanced nutrition in the poor category (44 people (84.6%), moderate category (7 people (13.5%), and good category (1.9%). The majority of respondents had energy intake in the very poor category (41 people (78.85%), insufficient category (9 people (17.31%), and sufficient category (2 people (3.8%). The results of the Spearman Rank correlation test showed a p-value = 0.245 ($p > 0.05$) with a correlation coefficient of $r = 0.080$, indicating no significant relationship between knowledge of balanced nutrition and energy intake among members of the Papuan Student Association (IMP) in Medan City.

Keywords: *Energy Intake, Balanced Nutrition Knowledge, Papuan students*