

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, L. P., Suyatno, Aruben, R., & Kartini, A. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Fast Food pada Remaja Obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM Undip*, 5(4), 706–713. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Afriani, A. E., Margawati, A., & Dieny, F. F. (2019). Tingkat Stres, Durasi dan Kualitas Tidur, serta Sindrom Makan Malam Pada Mahasiswa Obesitas dan Non Obesitas Fakultas Kedokteran. *Sport and Nutrition Journal*, 1(2), 63–73. <https://doi.org/10.15294/spnj.v1i2.35014>
- Ainurrafiq, Risnah, & Azhar, M. U. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.56338/mparki.v2i3.806>
- Akhriani, M., Wati, D. A., & Muharammah, A. (2023). PENGKAJIAN STATUS GIZI BERDASARKAN PERSEN LEMAK TUBUH DAN PEMBERIAN KONSELING INTERPRETASI HASIL PENGUKURAN PADA PKM DI MILAD UNIVERSITAS AISYAH PRINGSEWU. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ANDI KE UNGU) Universitas Aisyah Pringsewu*, 5(2), 112–116.
- Anggiruling, D. O., Widiyanto, D., Andriani, D., & Rahmadhona, I. (2022). Gambaran Kebiasaan Makan di Luar Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Stikes Bogor Husada. *Jurnal Kesehatan Bogor Husada (JKBH)*, 2(1), 1–7.
- Annurullah, G. A., Jasmine, M. S., Saraswati, N. A., & Rizka, Y. (2021). Faktor Risiko Obesitas Pada Pekerja Kantoran: a Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), 80–88. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i2.1795>
- Anwar, D. N., Kuswari, M., & Wahyuni, Y. (2016). *Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Serat dengan Persen Lemak Tubuh Pada Atlet Softball di Koni Banten Tahun 2016*.
- Azrimaidaliza, Resmiati, Famelia, W., Purnakarya, I., Firdaus, & Yasirly, K. (2020). Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). [http://repo.unand.ac.id/38178/1/Buku\\_Ajar\\_Dasar\\_Ilmu\\_Gizi\\_Kesehatan\\_Masyarakat.pdf](http://repo.unand.ac.id/38178/1/Buku_Ajar_Dasar_Ilmu_Gizi_Kesehatan_Masyarakat.pdf)
- Beaudry, K. M., Ludwa, I. A., Thomas, A. M., Ward, W. E., Falk, B., & Josse, A. R. (2019). First-year university is associated with greater body weight, body composition and adverse dietary changes in males than females. *PLoS ONE*, 14(7), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218554>
- Betancourt-Núñez, A., Torres-Castillo, N., Martínez-López, E., De Loera-Rodríguez, C. O., Durán-Barajas, E., Márquez-Sandoval, F., Bernal-

- Orozco, M. F., Garaulet, M., & Vizmanos, B. (2022). Emotional Eating and Dietary Patterns: Reflecting Food Choices in People with and without Abdominal Obesity. *Nutrients*, 14(7). <https://doi.org/10.3390/nu14071371>
- Blongkod, F. R., & Arpin, A. (2022). Analysis of dieting, intake and nutritional status of Bina Mandiri Gorontalo University students during pandemic. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 14(2), Hal.177-190.
- Corrêa, C. R., Formolo, N. P. S., Dezanetti, T., Speretta, G. F. F., & Nunes, E. A. (2021). Relative fat mass is a better tool to diagnose high adiposity when compared to body mass index in young male adults: A cross-section study. *Clinical Nutrition ESPEN*, 41, 225–233. <https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2020.12.009>
- Deliens, T., Verhoeven, H., De Bourdeaudhuij, I., Huybrechts, I., Mullie, P., Clarys, P., & Deforche, B. (2018). Factors associated with fruit and vegetable and total fat intake in university students: A cross-sectional explanatory study. *Nutrition and Dietetics*, 75(2), 151–158. <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12399>
- Dewi, A. E., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2020). Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(02), 173–180.
- Dewi, P. L. P., & Kartini, A. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik dan Asupan Energi, Asupan Lemak dengan Kejadian Obesitas pada Remaja SMP. *Journal of Nutrition College*, 6(3), 257. <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i3.16918>
- Dharmariana, J. R., & Hamidah, H. (2019). Guided Imagery untuk Menurunkan Social Appearance Anxiety pada Wanita Dewasa Awal Obesitas. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 78–96. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i1.2462>
- Diniyyah, S. R., & Nindya, T. S. (2017). Asupan Energi, Protein dan Lemak dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Suci, Gresik. *Amerta Nutrition*, 1(4), 341. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7139>
- Ferdiyan, M., & Kurniasari, R. (2024). Literature Review: Hubungan Keanekaragaman Konsumsi Pangan Dengan Kejadian Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(6), 639–647.
- Firdaus, N. V., Ardyanto, T. D., & Qadrijati, I. (2023). RELATIVE FAT MASS AND BIOELECTRICAL IMPEDANCE ANALYSIS TO MEASURE BODY FAT PERCENTAGE IN ADOLESCENTS. *Jurnal Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 33(3), 117–122.
- Frank, A. P., De Souza Santos, R., Palmer, B. F., & Clegg, D. J. (2019). Determinants of body fat distribution in humans may provide insight about obesity-related health risks. *Journal of Lipid Research*, 60(10), 1710–1719. <https://doi.org/10.1194/jlr.R086975>
- Gifari, N., Sitoayu, L., Nuzrina, R., Ronitawati, P., Kuswari, M., & Prasetyo,

- T. J. (2022). The association of body image, percent body fat, nutrient intake, physical activity among adolescent. *Nutrition and Food Science*, 52(8), 1221–1230. <https://doi.org/10.1108/NFS-10-2021-0305>
- Hafid, F., Cahyani, Y. E., & Ansar, A. (2019). Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan Komposisi Lemak Tubuh Remaja Sma Karuna Dipa Palu. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 104–111. <https://doi.org/10.31934/promotif.v8i2.492>
- Hanifah, W., Oktavia, W. S., & Nisa, H. (2021). Faktor Gaya Hidup Dan Penyakit Jantung Koroner: Review Sistematis Pada Orang Dewasa Di Indonesia. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 44(1), 45–58. <https://doi.org/10.22435/pgm.v44i1.4187>
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (2016). *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Harvard T.H. Chan. (2012). *Measuring Obesity*. Obesity Prevention Source. <https://www.hsph.harvard.edu/obesity-prevention-source/obesity-definition/how-to-measure-body-fatness/>
- Haryadi, S. W., Nugraha, S., & Kawuryan, D. L. (2023). Hubungan antara Konsumsi Makanan Cepat Saji, Jenis Kelamin, dan Aktivitas Fisik dengan Persentase Lemak Tubuh pada Siswa SMP di Surakarta. *GHIDZA: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 7(1), 53–63. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v7i1.613>
- Hasanah, U. (2017). Hubungan Antara Stres Dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademi Keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 2(1), 16. <https://doi.org/10.52822/jwk.v2i1.44>
- Hidayati, D. R., Yulianti, & Pratiwi, K. R. (2017). Hubungan Asupan Lemak Dengan Kadar Trigliserida Dan Indeks Massa Tubuh Sivitas Akademika Uny. *Kingdom (The Journal of Biological Studies)*, 6(1), 25–33. <https://doi.org/10.21831/kingdom.v6i1.6055>
- Hidayati, L. N., & Harsono, M. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/view/39339/15281>
- Hurt, R. T., Ebbert, J. O., Croghan, I., Nanda, S., Schroeder, D. R., Teigen, L. M., Velapati, S. R., & Mundi, M. S. (2021). The Comparison of Segmental Multifrequency Bioelectrical Impedance Analysis and Dual-Energy X-ray Absorptiometry for Estimating Fat Free Mass and Percentage Body Fat in an Ambulatory Population. In *Journal of Parenteral and Enteral Nutrition* (Vol. 45, Issue 6, pp. 1231–1238). <https://doi.org/10.1002/jpen.1994>
- Ilias, N. F., Mahzan, N. N. A., & Hamidi, M. D. N. (2020). Measurement Method Best Correlates with Body Mass Index: WHR, PBF and VF. *Malaysian Journal of Sport Science and Recreation*, 16(2), 159–170. <https://doi.org/https://mjssr.com/journal/browse>
- InBody 270. (n.d.). *Training Manual*.

- Istarofah, L., Fatimatuzzahro, M., Fitriya Ningrum, A., Aprillyana, H., & Retno Lestari, C. (2023). Hubungan Asupan Lemak ,Gula, Dan Iodine Dengan Indeks Massa Tubuh (Imt). *Indonesian Journal of Nutrition Science and Foo*, 2(1), 16–22. <http://e-journal.ivet.ac.id/index.php/IJNuFo>
- Jannah, M., Kamsani, S. R., & Ariffin, N. M. (2021). Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai. *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak*, 7(2), 114. <https://doi.org/10.22373/bunayya.v7i2.10430>
- Kartolo, M. S., & Santoso, A. H. (2022). Hubungan Frekuensi Konsumsi, Asupan Energi, Lemak, Gula, Dan Garam Dalam Fast Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa/I SMP X Yogyakarta. *Jurnal Kedokteran & Kesehatan*, 28(1), 38–50.
- Kemendes RI. (2013). *Permenkes RI No. 30 Tahun 2013 tentang Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam, dan Lemak serta Pesan Kesehatan untuk Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Epidemi Obesitas*. P2PTM. [https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/N2VaaXlxZGZwWFpEL1VIRFdQQ3ZRZz09/2018/02/FactSheet\\_Obesitas\\_Kit\\_Informasi\\_Obesitas.pdf](https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/N2VaaXlxZGZwWFpEL1VIRFdQQ3ZRZz09/2018/02/FactSheet_Obesitas_Kit_Informasi_Obesitas.pdf)
- Kobo, O., Leiba, R., Avizohar, O., & Karban, A. (2019). Relative fat mass is a better predictor of dyslipidemia and metabolic syndrome than body mass index. *Cardiovascular Endocrinology and Metabolism*, 8(3), 77–81. <https://doi.org/10.1097/XCE.0000000000000176>
- Kuo, F. C., Lu, C. H., Wu, L. W., Kao, T. W., Su, S. C., Liu, J. S., Chen, K. C., Chang, C. H., Kuo, C. C., Lee, C. H., & Hsieh, C. H. (2020). Comparison of 7-site skinfold measurement and dual-energy X-ray absorptiometry for estimating body fat percentage and regional adiposity in Taiwanese diabetic patients. *PLoS ONE*, 15(7 July), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236323>
- Li, S., Li, S., Ding, J., & Zhou, W. (2022). Visceral fat area and body fat percentage measured by bioelectrical impedance analysis correlate with glycometabolism. *BMC Endocrine Disorders*, 22(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12902-022-01142-z>
- Liao, Y. S., Li, H. C., Lu, H. K., Lai, C. L., Wang, Y. S., & Hsieh, K. C. (2020). Comparison of bioelectrical impedance analysis and dual energy X-ray absorptiometry for total and segmental bone mineral content with a three-compartment model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072595>
- Maharani, A. D., Rahmawati, A. Y., Sulistyowati, E., & Setyo Prihatin. (2019). PENGARUH PEMBERIAN JUS SEMANGKA KUNING (*Citrullus lanatus*) TERHADAP KELELAHAN OTOT ANAEROBIK PADA ATLET SEPAKBOLA. *Jurnal Riset Gizi*, 7(1), 69–74.
- Mardiana, M., Yusuf, M., & Sriwiyanti, S. (2022). Hubungan Beberapa

- Faktor Dengan Kejadian Obesitas Remaja Di Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 17(1), 63–70.  
<https://doi.org/10.36086/jpp.v17i1.1169>
- Maria, I. L., Sainal, A. A., & Nyorong, M. (2017). Lifestyle Risk Factors of Women with Breast Cancer. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(2), 157–166.  
<https://journal.unhas.ac.id/index.php/mkmi/article/view/1988>
- Maryani, E., & Sunarti. (2013). Rasio Lingkar Pinggang dan Pinggul Dengan Penyakit Jantung Koroner Di RSUD Kabupaten Sukoharjo. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 16(1), 73–82.
- Mighra, B. A., & Djaali, W. (2021). Hubungan antara Persentase Lemak Tubuh, Lingkar Perut, Lingkar Pinggang dan Kekuatan Otot Punggung pada Mahasiswa Olahraga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 224–228.  
<https://doi.org/10.37012/jik.v13i2.527>
- Mohajan, D., & Mohajan, H. K. (2023). A Study on Body Fat Percentage for Physical Fitness and Prevention of Obesity: A Two Compartment Model. *Journal of Innovations in Medical Research*, 2(4), 1–10.  
<https://doi.org/10.56397/jimr/2023.04.01>
- Murbawani, E. A. (2017). Hubungan Persen Lemak Tubuh Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Remaja Putri. *Journal of Nutrition and Health*, 5(2), 69–84.  
<https://ejournal.undip.ac.id/index.php/actanutrica/article/download/15351/13571>
- Murbawani, E. A., Subagio, H. W., Puruhita, N., Probosari, E., & Candra, A. (2021). Correlation of dietary intake and physical activity with nutritional status, body composition and hand grip strength in elderly. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 10(1), 21–27.  
<https://doi.org/10.14710/jgi.10.1.21-27>
- Nandar, R. C. M., Pradigdo, S. F., & Suyatno. (2019). HUBUNGAN TINGKAT KECUKUPAN ENERGI, AKTIVITAS FISIK, DAN PERSENTASE LEMAK TUBUH DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA PEKERJA WANITA (Studi pada Perusahaan Makanan Ringan di Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 2356–3346.  
<http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Nasreddine, L., Chamieh, M. C., Ayoub, J., Hwalla, N., Sibai, A. M., & Naja, F. (2020). Sex disparities in dietary intake across the lifespan: The case of Lebanon. *Nutrition Journal*, 19(1), 1–18.  
<https://doi.org/10.1186/s12937-020-00543-x>
- Navratilova, H. F., Nurdin, N. M., Ekawidyani, K. R., & Sulaeman, A. (2019). Sosialisasi Program Mobil Curhat di Kota Bogor Tahun 2015–2017. *Agrokreatif Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 150–158. <https://doi.org/10.29244/agrokreatif.5.2.150-158>
- Nisa, N. C., & Rakhma, L. R. (2019). Hubungan persepsi body image dengan asupan lemak dan komposisi lemak tubuh pada siswi di MAN 2

- Surakarta. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia*, 8(1), 1–13.
- Nur, R. R., Latipah, E., & Izzah, I. (2023). Perkembangan Kognitif Mahasiswa pada Masa Dewasa Awal. *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Dasar*, 3(3), 211–219. <https://doi.org/10.58578/arzusin.v3i3.1081>
- Parveen, M., Ahmad, S., Shehzad, M. A., & Khurram, H. (2022). Modeling of Body Mass Index, Body Fat Percentage and Body Adiposity Index for Measuring Obesity and Its Risk in School-Going Children of District Multan. *Pakistan Paediatric Journal*, 46(2), 205–210.
- Permatasari, T., Sandy, Y. D., Pratiwi, C., Damanik, K. Y., Rukmana, E., & Silitonga, A. I. (2022). Kebiasaan Sarapan, Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi pada Remaja di Kota Medan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 1707–1715.
- Pratiwi, H., Rochma, M., & Nurahmi, A. (2022). Pemantauan Indeks Massa Tubuh dan Persen Lemak Tubuh dalam Pencegahan Obesitas. *Sociality: Journal of Public Health Service*, 1(1), 53–60.
- Putri, A. E., & Simanungkalit, S. F. (2022). Hubungan Kalium, Persentase Lemak Tubuh, Dan Kepatuhan Diet Rendah Garam. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), 27–34. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v4i1.59>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35–40. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Rabia, Khatimah, N. F. K., Maulang, I., & Oktarina, M. (2023). PERBEDAAN GAMBARAN MASSA LEMAK RELATIF REMAJA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(3), 31–35.
- Rachmawati, R. K., Ardiaria, M., & Fitranti, D. Y. (2018). Asupan Protein dan Asam Lemak Omega 6 Berlebih Sebagai Faktor Risiko Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah Dasar di Semarang. *Journal of Nutrition College*, 7(4), 162. <https://doi.org/10.14710/jnc.v7i4.22275>
- Rahayu, N. W. N. F., Suantara, I. M. R., & Nursanyoto, H. (2022). Gambaran Asupan Serat, Kolesterol, Dan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Peguyangan Kecamatan Denpasar Utara. *Jurnal Ilmu Gizi*, 11(1), 8–15.
- Rahman, M. M., Salikunna, N. A., Sumarni, S., Wahyuni, R. D., Badaruddin, R., Ramadhan, M. Z., & Arief, A. (2021). Hubungan Asupan Lemak Terhadap Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako Angkatan 2019. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 7(1), 21–29. <https://doi.org/10.22487/htj.v7i1.137>
- Rahman, N., Dewi, N. U., & Armawaty, F. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan pada remaja SMA Negeri 1 Palu. *Jurnal Preventif*, 7(1), 43–52. [https://doi.org/10.1007/978-3-642-27771-9\\_9052-3](https://doi.org/10.1007/978-3-642-27771-9_9052-3)

- Ramadhini, A. F., & Yuliantini, E. (2019). Konsumsi Protein, Lemak Jenuh Dan Lemak Tak Jenuh Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(2), 70–75. <https://doi.org/10.36086/jpp.v14i2.405>
- Ratnasari, R., Hayati, E. N., & Bashori, K. (2021). Self Disclosure Media Sosial pada Fase Kehidupan Dewasa Awal. *Jurnal Diversita*, 7(2), 141–147. <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i2.4511>
- Rici, M. I. Z., Fiana, D. N., Wulan, A. J., & Berawi, K. N. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh ( IMT ) dan Lingkar Perut terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia di Panti Jompo Werdha Lampung Selatan The Relationship Between Body Mass Index and Abdominal Circumference on The Risk of Falling in Elderly of Werdha Nursing House in. *Medical Journal of Lampung University*, 11(2), 113–120.
- Rifki, M. S., Rahmat, A., & Welis, W. (2020). Somatotype Pemain Bolavoli Indoor Putra Pekan Olaraga. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 219–231.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Provinsi Sulawesi Selatan ; RISKESDAS 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rolfes, S. R., Pinna, K., & Whitney, E. (2009). *Understanding Normal and Clinical Nutrition, 8th Ed*. Wadsworth, Cengage Learning. [http://books.google.com.au/books/about/Understanding\\_Normal\\_and\\_Clinical\\_Nutrit.html?id=c27B9Y83r8cC&pgis=1](http://books.google.com.au/books/about/Understanding_Normal_and_Clinical_Nutrit.html?id=c27B9Y83r8cC&pgis=1)
- Salamah, R., Kartini, A., & Rahfiludin, M. Z. (2019). Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, dan Persentase Lemak Tubuh dengan Kebugaran Jasmani. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 14–18. <https://doi.org/10.14710/mkmi.18.2.14-18>
- Saraswati, S. K., Rahmaningrum, F. D., Pahsya, M. N. Z., Paramitha, N., Wulansari, A., Ristantya, A. R., Sinabutar, B. M., Pakpahan, V. E., & Nandini, N. (2021). Literature Review: Faktor Risiko Penyebab Obesitas. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(1), 70–74. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.1.70-74>
- Sari, F. W., & Fauziah, N. (2019). Hubungan Antara Self Monitoring Dengan Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Rantau Minang Di Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 10–20. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23568>
- Sari, Y. D., & Rachmawati, R. (2020). Kontribusi Zat Gizi Makanan Jajanan Terhadap Asupan Energi Sehari Di Indonesia (Analisis Data Survey Konsumsi Makanan Individu 2014). *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 43(1), 29–40. <https://doi.org/10.22435/pgm.v43i1.2891>
- Sary, A. N. (2016). Manifestasi Klinis dan Faktor Risiko Kejadian Stroke pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 8(1), 45–54.

- Setiowati, A. (2014). Hubungan Indeks Massa Tubuh , Persen Lemak Tubuh , Asupan Zat Gizi dengan Kekuatan Otot. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 4, 1.
- Shetty, P. J., & Sreedharan, J. (2019). Breast Cancer and Dietary Fat Intake: A correlational study. *Nepal Journal of Epidemiology*, 9(4), 812–816. <https://doi.org/10.3126/nje.v9i4.26961>
- Simanoah, K. H., Muniroh, L., & Rifqi, M. A. (2022). Hubungan antara Durasi Tidur, Tingkat Stres dan Asupan Energi dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Mahasiswa Baru 2020/2021 FKM UNAIR. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 218–224. <https://doi.org/10.20473/mgk.v11i1.2022.218-224>
- Siqueira, J. V. V. De, Almeida, L. G., Zica, B. O., Brum, I. B., Barcelo, A., & Galil, A. G. de S. (2020). Impact of obesity on hospitalizations and mortality, due to COVID-19: A systematic review. *Obesity Research & Clinical Practice*, 14(5), 398–403. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1871403X20305536>
- Siregar, E. Y., Nababan, E. M., Ginting, E. R., Nainggolan, B. A., Ritonga, D. L., & Nababan, D. (2022). Perlunya pembinaan terhadap dewasa awal dalam menghadapi tugas perkembangannya. *Jurnal Pendidikan Agama Katekese Dan Pastoral (Lumen)*, 1(1), 16–22.
- Siregar, F. A., & Makmur, T. (2020). Metabolisme Lipid Dalam Tubuh. *Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 60–66. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JIKM>
- Siswanto, Susila, & Suyanto. (2017). *Metodologi Penelitian; Kombinasi Kualitatif Kuantitatif Kedokteran & Kesehatan* (1st ed.). BOSSSCRIPT.
- Sitoayu, L., Gifari, N., Ronitawati, P., Nuzrina, R., & Kuswari, M. (2023). Nutritional Factors Determining Body Fat Percentage of Adolescent Boys in 5 Districts of Jakarta. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 19(3), 235–241. <https://doi.org/10.47836/MJMHS.19.3.30>
- Sitoayu, L., Rumana, N. A., Sa'pang, M., & Rosdyaningrum, S. (2020). Analisis Profil dan Persen Lemak Tubuh Diabetisi di Wilayah Jakarta Barat. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 78–82.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suha, G. R., & Rosyada, A. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada remaja umur 13–15 tahun di Indonesia (analisis lanjut data Riskesdas 2018). *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 6(1), 43–56.
- Sulung, N., Yananda, R., & Adriani, A. (2018). Determinan Kejadian Ca Mammae Di Poli Rawat Jalan Bedah RSUD Dr. Achmad Mochtar. *Jurnal Endurance*, 3(3), 575–587. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.3700>
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2014). *Penilaian Status Gizi* (2nd



- ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Susantini, P. (2021). Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Persen Lemak Tubuh, dan Lemak Visceral di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Unimus*, 10(1), 51. <https://doi.org/10.26714/jg.10.1.2021.51-59>
- Telisa, I., Hartati, Y., & Haripamilu, A. D. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletahan Health Journal*, 7(03), 124–131. <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i03.160>
- Timur, M., Yuliani, N. N. S., & Widiarti, A. (2022). HUBUNGAN ANTARA ASUPAN MAKRONUTRIEN DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT DAN OBESITAS PADA ANAK USIA 6-12 TAHUN DI KOTA PALANGKA RAYA. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 8(2), 1032–1039. <https://doi.org/10.37304/jkupr.v8i2.2038>
- Vanderwall, C. (2017). Assessing and Monitoring Body Composition — Learn About Different Methods of Monitoring Body Composition for Weight Management Throughout the Life Cycle and How to Apply Them to a Variety of Patient Care Settings. *Today's Dietitian*, 1–14.
- Vania, N. R., Annasari, A., Suprapti, S., & Purbawaning, L. (2024). Hubungan Kebiasaan Makan dengan Lingkar Lengan Atas (LILA) Mahasiswi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang yang Tinggal di Boarding House. *Jurnal Sehat Indonesia (JUSINDO)*, 6(01), 344–358. <https://doi.org/10.59141/jsi.v6i01.86>
- Vidal, E. J., Alvarez, D., Martinez-Velarde, D., Vidal-Damas, L., Yuncar-Rojas, K. A., Julca-Malca, A., & Bernabe-Ortiz, A. (2018). Perceived stress and high fat intake: A study in a sample of undergraduate students. *PLoS ONE*, 13(3), 1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0192827>
- Widyastuti, R. A., & Rosidi, A. (2018). Indeks Massa Tubuh Menurut Umur sebagai Indikator Persen Lemak Tubuh pada Remaja. *Jurnal Gizi*, 7(2), 32–39. <http://jurnal.unimus.ac.id>
- Wijaya, I., K., R. N. K., & Haris, H. (2020). Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan terhadap Kejadian Hipertensi diwilayah Kerja Puskesmas Towata Kabupaten Takalar. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 3(1), 5–11. <https://doi.org/10.56338/mppki.v3i1.1012>
- Wiranata, Y., & Inayah, I. (2020). Perbandingan Penghitungan Massa Tubuh Dengan Menggunakan Metode Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Bioelectrical Impedance Analysis (BIA). *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 6(1), 43. <https://doi.org/10.29241/jmk.v6i1.280>
- World Health Organization. (2021). *Obesity and Overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wulansari, A., & Kasyani, K. (2021). Keragaman Status Gizi dan Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa Baru STIKes Baiturrahim. *Jurnal*

- Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 319.  
<https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.339>
- Yang, F., Li, R., Ren, X., Cao, B., & Gao, X. (2022). Association Between Perceived Levels of Stress and Self-Reported Food Preferences Among Males and Females: A Stated Preference Approach Based on the China Health and Nutrition Survey. *Frontiers in Public Health*, 10(March), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.850411>
- Yanti, N. D., Suryana, & Fitri, Y. (2020). Analisis asupan karbohidrat dan lemak serta aktivitas fisik terhadap profil lipid darah pada penderita penyakit jantung koroner. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 179. <https://doi.org/10.30867/action.v5i2.183>
- Zuhriyah, A. (2021). KONSUMSI ENERGI, PROTEIN, AKTIVITAS FISIK, PENGETAHUAN GIZI DENGAN STATUS GIZI SISWA SDN DUKUHSARI KABUPATEN SIDOARJO. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 1(1), 45–52.

**Lampiran 1. Surat Persetujuan Mengikuti Penelitian (*Informed Consent*)**

**SURAT PERSETUJUAN**

**MENGIKUTI PENELITIAN (*INFORMED CONSENT*)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia:

Dengan ini menyatakan bahwa setelah memperoleh penjelasan dari peneliti tentang penelitian "**Gambaran Konsumsi Lemak terhadap Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin**", saya setuju dan bersedia untuk terlibat dalam penelitian tersebut. Dalam kegiatan penelitian ini saya memastikan bahwa:

1. Saya bersedia memberikan informasi dengan sejujur-jujurnya
2. Saya merupakan mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin
3. Saya memahami bahwa identitas saya akan dirahasiakan dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum.

Demikian surat persetujuan ini saya buat dengan sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar,..... 2024

Responden

(.....)

**Lampiran 2. Kuesioner Karakteristik Responden**  
**KUESIONER KARAKTERISTIK RESPONDEN**

<b>IDENTITAS RESPONDEN</b>		
1.	No. Responden/ID	
2.	Nama	
3.	Usia	
4.	Jenis Kelamin	<input type="checkbox"/> Perempuan <input type="checkbox"/> Laki-laki
5.	No.HP/ <i>WhatsApp/Instagram</i>	
6.	Alamat Domisili	
7.	Status Tempat Tinggal	<input type="checkbox"/> Bersama Orang Tua <input type="checkbox"/> Sendiri (Kost) <input type="checkbox"/> Lainnya, .....
8.	Jumlah Uang Saku	<input type="checkbox"/> Perhari, Rp..... <input type="checkbox"/> Perminggu, Rp..... <input type="checkbox"/> Perbulan, Rp.....
9.	Berat Badan	..... kg
10.	Tinggi Badan	..... cm
11.	% Lemak Tubuh	..... %
<b>POLA MAKAN RESPONDEN</b>		
1.	Apakah ada perubahan pola makan pada waktu SMA/MA dengan masa kuliah	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
2.	Ketika sibuk karena perkuliahan, apakah Anda memperhatikan jenis makanan yang Anda konsumsi?	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
3.	Apakah di tempat tinggal Anda tersedia cemilan dan makanan instan?	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak

4.	Apakah ketika Anda mengalami stress, Anda mengonsumsi makanan lebih banyak dari biasanya?	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
5.	Ketika waktu perkuliahan, apakah Anda menyempatkan diri untuk sarapan?	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
<b>Riwayat Penyakit</b>		
1.	Apakah Anda memiliki riwayat penyakit obesitas?	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
2.	Apakah keluarga Anda ada yang memiliki riwayat penyakit obesitas?	<input type="checkbox"/> Ya, ada <input type="checkbox"/> Tidak
<b>Aktivitas Fisik (IPAQ)</b>		
1.	Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik yang kuat seperti mengangkat berat, menggali, aerobik, atau bersepeda cepat?	_____ Hari/minggu <input type="checkbox"/> Tidak ada aktivitas fisik yang kuat (lanjut ke pertanyaan 3)
2.	Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik yang kuat dalam sehari?	_____ Jam/hari _____ menit/hari <input type="checkbox"/> Tidak tahu/tidak yakin
3.	Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik sedang seperti membawa beban ringan, bersepeda secara teratur, atau bermain tenis?	_____ Hari/minggu <input type="checkbox"/> Tidak ada aktivitas fisik yang kuat (lanjut ke pertanyaan 5)
4.	Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik sedang dalam sehari?	_____ Jam/hari _____ menit/hari <input type="checkbox"/> Tidak tahu/tidak yakin
5.	Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda berjalan setidaknya selama 10 menit?	_____ Hari/minggu <input type="checkbox"/> Tidak ada aktivitas fisik yang kuat (lanjut ke pertanyaan 7)
6.	Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk berjalan selama satu hari?	_____ Jam/hari _____ menit/hari <input type="checkbox"/> Tidak tahu/tidak yakin
7.	Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk duduk di hari kerja?	_____ Jam/hari _____ menit/hari Tidak tahu/tidak yakin

### Lampiran 3. Kuesioner Penelitian SQ-FFQ

#### KUESIONER PENELITIAN GAMBARAN KONSUMSI LEMAK TERHADAP PERSENTASE LEMAK TUBUH MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS HASANUDDIN

Formulir *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ)

Nama :

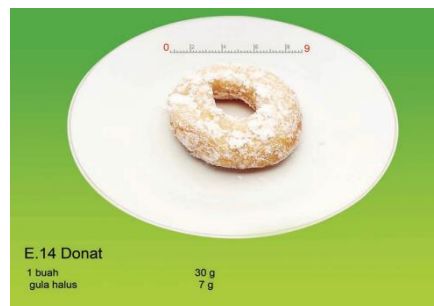
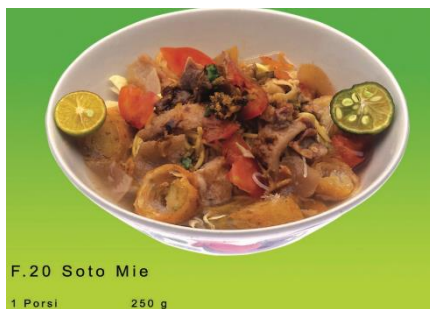
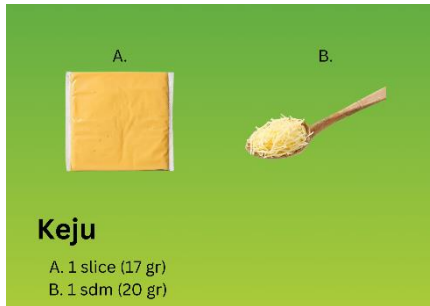
Tanggal Pengambilan Kuesioner :

Isilah formulir di bawah ini dengan menurut kebiasaan makan responden selama 1 bulan terakhir

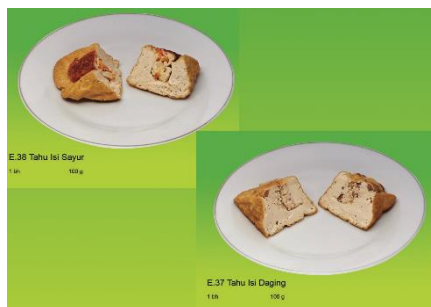
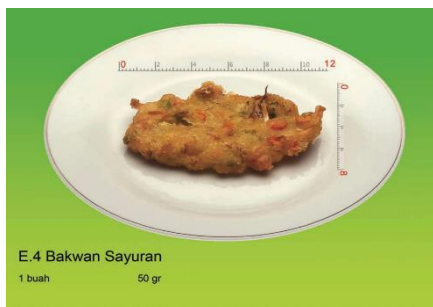
No.	Bahan Makanan	Sumber	URT	Berat (gr)	Frekuensi Konsumsi						Rata-Rata/hari	Berat (gr)/hari
					> 3 kali/hari	1 kali/hari	3-6 kali/minggu	1-2 kali/minggu	2 kali/bulan	Tidak pernah		
					50	25	15	10	5	0		
<b>Fast Food</b>												
1	Burger											
2	Kentang Goreng											
3	Pizza											
4	Kebab											
5	Nugget Ayam											
6	Mie Instan											
<b>Gorengan</b>												
1	Risoles											
2	Pangsit Goreng											
3	Jalangkote/Pastel											
4	Tahu Isi											
5	Bakwan											
6	Pisang Goreng											
7	Martabak Telur											
8	Cireng											
<b>Daging</b>												



## Lampiran 4. Food Model









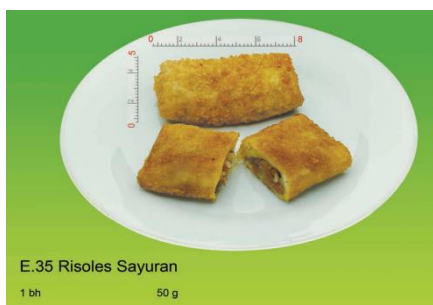
E.28 Pastel

1 bh 50 g



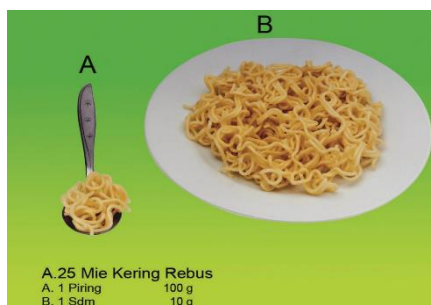
Pangsit goreng

1 buah (54 gr)



E.35 Risoles Sayuran

1 bh 50 g



A.25 Mie Kering Rebus

A. 1 Piring 100 g  
B. 1 Sdm 10 g



B.14 Nugget Goreng

1 buah 20 gr



Kebab  
1 porsi (390 gr)



F.14 Pizza Iris Kelak Tpis

Iris Kebab Tpis 3 Piring 28 g

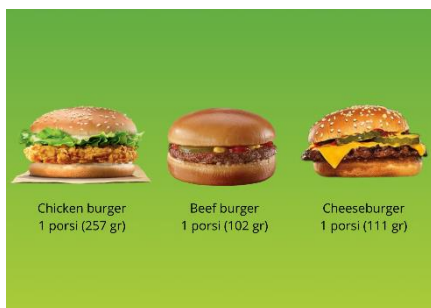
F.15 Pizza

A. 1 slice (1/8) 70 g  
B. 1 slice (1/4) 140 g



A.16 Kentang Goreng Stick

1 Piring 100 g



## Lampiran 5. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
Jl. Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,  
e-mail : fkm.unhas@gmail.com, website: https://fkm.unhas.ac.id/

Nomor : 01596/UN4.14.8/PT.01.04/2024  
Lampiran:  
Hal : izin Penelitian

21 Februari 2024

Yang Terhormat  
**Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan**  
Di – Tempat

Dengan hormat, Kami sampaikan bahwa mahasiswa Prodi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin bermaksud untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi.

Sehubungan dengan itu, kami mohon bantuan Bapak/Ibu dapat memberikan izin penelitian kepada:

Nama Mahasiswa : Putri Risya Azzahra  
Stambuk : K021201006  
Program Studi : Ilmu Gizi  
Departemen : Ilmu Gizi  
Judul Penelitian : Gambaran Konsumsi Lemak dan Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa S1 Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin  
Lokasi Penelitian : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin  
Pembimbing Skripsi : 1. Dr. Nurzakiah Hasan, SKM, MKM  
2. Safrullah Amir, S.Gz., MPH  
Waktu Penelitian : Februari-April 2024

Atas bantuan dan kerjasama yang baik, kami sampaikan banyak terima kasih.

Ketua Program Studi S1 Ilmu Gizi



Dr. Abdul Salam, SKM., M.Kes  
NIP. 198205042010121008

Tembusan:

1. Dekan FKM Unhas (Sebagai Laporan)
2. Ketua Departemen Ilmu Gizi
3. Arsip

## Lampiran 6. Output SPSS

### Jenis Kelamin Mahasiswa \* Angkatan responden Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Jenis Kelamin Mahasiswa	Laki-laki	Count	2	1	1	4
		% within Angkatan responden	4.3%	2.0%	1.5%	2.5%
		% of Total	1.3%	0.6%	0.6%	2.5%
	Perempuan	Count	44	48	64	156
		% within Angkatan responden	95.7%	98.0%	98.5%	97.5%
		% of Total	27.5%	30.0%	40.0%	97.5%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

### Usia Mahasiswa \* Angkatan responden Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Usia Mahasiswa	18 tahun	Count	0	1	42	43
		% within Angkatan responden	0.0%	2.0%	64.6%	26.9%
		% of Total	0.0%	0.6%	26.3%	26.9%
	19 tahun	Count	2	29	20	51
		% within Angkatan responden	4.3%	59.2%	30.8%	31.9%
		% of Total	1.3%	18.1%	12.5%	31.9%
	20 tahun	Count	26	17	3	46
		% within Angkatan responden	56.5%	34.7%	4.6%	28.7%
		% of Total	16.3%	10.6%	1.9%	28.7%
	21 tahun	Count	16	2	0	18
		% within Angkatan responden	34.8%	4.1%	0.0%	11.3%
		% of Total	10.0%	1.3%	0.0%	11.3%
	22 tahun	Count	2	0	0	2
		% within Angkatan responden	4.3%	0.0%	0.0%	1.3%
		% of Total	1.3%	0.0%	0.0%	1.3%
	Total	Count	46	49	65	160
		% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%

### Status Tempat Tinggal Mahasiswa \* Angkatan responden Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Status Tempat Tinggal Mahasiswa	bersama orang tua/keluarga	Count	24	22	34	80
		% within Angkatan responden	52.2%	44.9%	52.3%	50.0%
		% of Total	15.0%	13.8%	21.3%	50.0%
	sendiri (kos)	Count	22	27	31	80
		% within Angkatan responden	47.8%	55.1%	47.7%	50.0%
		% of Total	13.8%	16.9%	19.4%	50.0%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

### Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa \* Angkatan responden Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	tidak tentu	Count	1	0	2	3
		% within Angkatan responden	2.2%	0.0%	3.1%	1.9%
		% of Total	0.6%	0.0%	1.3%	1.9%
	rendah	Count	22	13	37	72
		% within Angkatan responden	47.8%	26.5%	56.9%	45.0%
		% of Total	13.8%	8.1%	23.1%	45.0%
	tinggi	Count	23	36	26	85
		% within Angkatan responden	50.0%	73.5%	40.0%	53.1%
		% of Total	14.4%	22.5%	16.3%	53.1%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

### Riwayat Penyakit Mahasiswa \* Angkatan responden Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Riwayat Penyakit Mahasiswa	tidak ada	Count	34	35	35	104
		% within Angkatan responden	73.9%	71.4%	53.8%	65.0%
		% of Total	21.3%	21.9%	21.9%	65.0%
	diabetes mellitus	Count	0	1	0	1
		% within Angkatan responden	0.0%	2.0%	0.0%	0.6%
		% of Total	0.0%	0.6%	0.0%	0.6%
	obesitas	Count	1	3	0	4
		% within Angkatan responden	2.2%	6.1%	0.0%	2.5%

		% of Total	0.6%	1.9%	0.0%	2.5%
	jantung	Count	1	0	0	1
		% within Angkatan responden	2.2%	0.0%	0.0%	0.6%
		% of Total	0.6%	0.0%	0.0%	0.6%
	dll	Count	10	10	30	50
		% within Angkatan responden	21.7%	20.4%	46.2%	31.3%
		% of Total	6.3%	6.3%	18.8%	31.3%
Total		Count	46	49	65	160
		% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%

#### Status Gizi Responden \* Angkatan responden Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Status Gizi Responden	kurus	Count	10	8	23	41
		% within Angkatan responden	21.7%	16.3%	35.4%	25.6%
		% of Total	6.3%	5.0%	14.4%	25.6%
	normal	Count	26	27	38	91
		% within Angkatan responden	56.5%	55.1%	58.5%	56.9%
		% of Total	16.3%	16.9%	23.8%	56.9%
	gemuk	Count	10	14	4	28
		% within Angkatan responden	21.7%	28.6%	6.2%	17.5%
		% of Total	6.3%	8.8%	2.5%	17.5%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

#### Apakah ada perubahan pola makan pada waktu SMA/MA dengan masa kuliah \* Angkatan responden Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Apakah ada perubahan pola makan pada waktu SMA/MA dengan masa kuliah	Ya	Count	45	42	60	147
		% within Angkatan responden	97.8%	85.7%	92.3%	91.9%
		% of Total	28.1%	26.3%	37.5%	91.9%
	Tidak	Count	1	7	5	13
		% within Angkatan responden	2.2%	14.3%	7.7%	8.1%
		% of Total	0.6%	4.4%	3.1%	8.1%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**Ketika sibuk karena perkuliahan, apakah Anda memperhatikan jenis makanan yang Anda konsumsi? \* Angkatan responden Crosstabulation**

			Angkatan responden			Total
			2021	2022	2023	
Ketika sibuk karena perkuliahan, apakah Anda memperhatikan jenis makanan yang Anda konsumsi?	Ya	Count	11	14	13	38
		% within Angkatan responden	23.9%	28.6%	20.0%	23.8%
		% of Total	6.9%	8.8%	8.1%	23.8%
	Tidak	Count	35	35	52	122
		% within Angkatan responden	76.1%	71.4%	80.0%	76.3%
		% of Total	21.9%	21.9%	32.5%	76.3%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**Apakah di tempat tinggal Anda tersedia cemilan dan makanan instan? \* Angkatan responden Crosstabulation**

			Angkatan responden			Total
			2021	2022	2023	
Apakah di tempat tinggal Anda tersedia cemilan dan makanan instan?	Ya	Count	43	43	62	148
		% within Angkatan responden	93.5%	87.8%	95.4%	92.5%
		% of Total	26.9%	26.9%	38.8%	92.5%
	Tidak	Count	3	6	3	12
		% within Angkatan responden	6.5%	12.2%	4.6%	7.5%
		% of Total	1.9%	3.8%	1.9%	7.5%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**Apakah ketika Anda mengalami stress, Anda mengonsumsi makanan lebih banyak dari biasanya? \* Angkatan responden Crosstabulation**

			Angkatan responden			Total
			2021	2022	2023	
Apakah ketika Anda mengalami stress, Anda mengonsumsi makanan lebih banyak dari biasanya?	Ya	Count	16	24	22	62
		% within Angkatan responden	34.8%	49.0%	33.8%	38.8%
		% of Total	10.0%	15.0%	13.8%	38.8%
	Tidak	Count	30	25	43	98
		% within Angkatan responden	65.2%	51.0%	66.2%	61.3%
		% of Total	18.8%	15.6%	26.9%	61.3%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	



% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%
------------	-------	-------	-------	--------

**Ketika waktu perkuliahan, apakah Anda menyempatkan diri untuk sarapan? \* Angkatan responden Crosstabulation**

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Ketika waktu perkuliahan, apakah Anda menyempatkan diri untuk sarapan?	Ya	Count	16	22	41	79
		% within Angkatan responden	34.8%	44.9%	63.1%	49.4%
		% of Total	10.0%	13.8%	25.6%	49.4%
	Tidak	Count	30	27	24	81
		% within Angkatan responden	65.2%	55.1%	36.9%	50.6%
		% of Total	18.8%	16.9%	15.0%	50.6%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**"Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik yang kuat hingga napas terengah-engah (seperti aerobik, bersepeda cepat, dll)? \* Angkatan responden Crosstabulation**

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
"Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik yang kuat hingga napas terengah-engah (seperti aerobik, bersepeda cepat, dll)?	Tidak pernah	Count	38	45	60	143
		% within Angkatan responden	82.6%	91.8%	92.3%	89.4%
		% of Total	23.8%	28.1%	37.5%	89.4%
	1-2 kali	Count	7	4	1	12
		% within Angkatan responden	15.2%	8.2%	1.5%	7.5%
		% of Total	4.4%	2.5%	0.6%	7.5%
	3-4 kali	Count	1	0	3	4
		% within Angkatan responden	2.2%	0.0%	4.6%	2.5%
		% of Total	0.6%	0.0%	1.9%	2.5%
	5-7 kali	Count	0	0	1	1
		% within Angkatan responden	0.0%	0.0%	1.5%	0.6%
		% of Total	0.0%	0.0%	0.6%	0.6%
	Total	Count	46	49	65	160
		% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%

**"Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik yang kuat dalam sehari? \* Angkatan responden Crosstabulation**

		Angkatan responden			Total
		2021	2022	2023	

"Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik yang kuat dalam sehari?"	tidak ada	Count	38	45	60	143
		% within Angkatan responden	82.6%	91.8%	92.3%	89.4%
		% of Total	23.8%	28.1%	37.5%	89.4%
	10-30 menit	Count	7	2	1	10
		% within Angkatan responden	15.2%	4.1%	1.5%	6.3%
		% of Total	4.4%	1.3%	0.6%	6.3%
	40-60 menit	Count	1	0	3	4
		% within Angkatan responden	2.2%	0.0%	4.6%	2.5%
		% of Total	0.6%	0.0%	1.9%	2.5%
	>60 menit	Count	0	2	1	3
		% within Angkatan responden	0.0%	4.1%	1.5%	1.9%
		% of Total	0.0%	1.3%	0.6%	1.9%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**"Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik sedang (bersepeda secara teratur, bermain tenis, dll)? \* Angkatan responden Crosstabulation**

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
"Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik sedang (bersepeda secara teratur, bermain tenis, dll)?"	Tidak pernah	Count	40	43	56	139
		% within Angkatan responden	87.0%	87.8%	86.2%	86.9%
		% of Total	25.0%	26.9%	35.0%	86.9%
	1-2 kali	Count	5	4	7	16
		% within Angkatan responden	10.9%	8.2%	10.8%	10.0%
		% of Total	3.1%	2.5%	4.4%	10.0%
	3-4 kali	Count	0	2	2	4
		% within Angkatan responden	0.0%	4.1%	3.1%	2.5%
		% of Total	0.0%	1.3%	1.3%	2.5%
	5-7 kali	Count	1	0	0	1
		% within Angkatan responden	2.2%	0.0%	0.0%	0.6%
		% of Total	0.6%	0.0%	0.0%	0.6%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**"Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik yang sedang dalam sehari? \* Angkatan responden Crosstabulation**

			Angkatan responden			Total
			2021	2022	2023	
"Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik yang sedang dalam sehari?"	tidak ada	Count	40	43	56	139
		% within Angkatan responden	87.0%	87.8%	86.2%	86.9%
		% of Total	25.0%	26.9%	35.0%	86.9%
	10-30 menit	Count	2	3	4	9
		% within Angkatan responden	4.3%	6.1%	6.2%	5.6%
		% of Total	1.3%	1.9%	2.5%	5.6%
	40-60 menit	Count	3	2	4	9
		% within Angkatan responden	6.5%	4.1%	6.2%	5.6%
		% of Total	1.9%	1.3%	2.5%	5.6%
	>60 menit	Count	1	1	1	3
		% within Angkatan responden	2.2%	2.0%	1.5%	1.9%
		% of Total	0.6%	0.6%	0.6%	1.9%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**"Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda berjalan setidaknya selama 10 menit? \* Angkatan responden Crosstabulation**

			Angkatan responden			Total
			2021	2022	2023	
"Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda berjalan setidaknya selama 10 menit?"	Tidak pernah	Count	8	11	15	34
		% within Angkatan responden	17.4%	22.4%	23.1%	21.3%
		% of Total	5.0%	6.9%	9.4%	21.3%
	1-2 kali	Count	11	14	16	41
		% within Angkatan responden	23.9%	28.6%	24.6%	25.6%
		% of Total	6.9%	8.8%	10.0%	25.6%
	3-4 kali	Count	4	8	10	22
		% within Angkatan responden	8.7%	16.3%	15.4%	13.8%
		% of Total	2.5%	5.0%	6.3%	13.8%
	5-7 kali	Count	23	16	24	63
		% within Angkatan responden	50.0%	32.7%	36.9%	39.4%
		% of Total	14.4%	10.0%	15.0%	39.4%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**"Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk berjalan selama satu hari? \***  
**Angkatan responden Crosstabulation**

			Angkatan responden			Total
			2021	2022	2023	
"Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk berjalan selama satu hari?"	tidak ada	Count	8	11	15	34
		% within Angkatan responden	17.4%	22.4%	23.1%	21.3%
		% of Total	5.0%	6.9%	9.4%	21.3%
	10-30 menit	Count	7	10	19	36
		% within Angkatan responden	15.2%	20.4%	29.2%	22.5%
		% of Total	4.4%	6.3%	11.9%	22.5%
	40-60 menit	Count	11	16	26	53
		% within Angkatan responden	23.9%	32.7%	40.0%	33.1%
		% of Total	6.9%	10.0%	16.3%	33.1%
	>60 menit	Count	20	12	5	37
		% within Angkatan responden	43.5%	24.5%	7.7%	23.1%
		% of Total	12.5%	7.5%	3.1%	23.1%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**"Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk duduk di hari kerja? \***  
**Angkatan responden Crosstabulation**

			Angkatan responden			Total
			2021	2022	2023	
"Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk duduk di hari kerja?"	tidak ada	Count	20	18	32	70
		% within Angkatan responden	43.5%	36.7%	49.2%	43.8%
		% of Total	12.5%	11.3%	20.0%	43.8%
	>60 menit	Count	26	31	33	90
		% within Angkatan responden	56.5%	63.3%	50.8%	56.3%
		% of Total	16.3%	19.4%	20.6%	56.3%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Angkatan responden	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**Tingkat aktivitas fisik mahasiswa**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	94	58.8	58.8	58.8
	sedang	52	32.5	32.5	91.3
	tinggi	14	8.8	8.8	100.0

Total	160	100.0	100.0
-------	-----	-------	-------

**Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa \* Angkatan responden**  
Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa	tinggi	Count	46	48	64	158
		% within Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa	29.1%	30.4%	40.5%	100.0%
		% of Total	28.7%	30.0%	40.0%	98.8%
	rendah	Count	0	1	1	2
		% within Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa	0.0%	50.0%	50.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.6%	0.6%	1.3%
	Total	Count	46	49	65	160
		% within Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%
		% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%

**Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa \* Angkatan responden**  
Crosstabulation

		Angkatan responden			Total	
		2021	2022	2023		
Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa	jarang	Count	31	35	42	108
		% within Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa	28.7%	32.4%	38.9%	100.0%
		% of Total	19.4%	21.9%	26.3%	67.5%
	sering	Count	15	14	23	52
		% within Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa	28.8%	26.9%	44.2%	100.0%
		% of Total	9.4%	8.8%	14.4%	32.5%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa \* Angkatan responden Crosstabulation**

			Angkatan responden			
			2021	2022	2023	Total
Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	defisit berat	Count	11	12	20	43
		% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	25.6%	27.9%	46.5%	100.0%
		% of Total	6.9%	7.5%	12.5%	26.9%
	defisit sedang	Count	4	3	4	11
		% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	36.4%	27.3%	36.4%	100.0%
		% of Total	2.5%	1.9%	2.5%	6.9%
	defisit ringan	Count	3	3	3	9
		% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	33.3%	33.3%	33.3%	100.0%
		% of Total	1.9%	1.9%	1.9%	5.6%
	normal	Count	9	11	4	24
		% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	37.5%	45.8%	16.7%	100.0%
		% of Total	5.6%	6.9%	2.5%	15.0%
	lebih	Count	19	20	34	73
		% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	26.0%	27.4%	46.6%	100.0%
		% of Total	11.9%	12.5%	21.3%	45.6%
Total	Count	46	49	65	160	
	% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	
	% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%	

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Asupan Kolesterol Responden	160	12.00	1325.70	257.2744	212.67008
Asupan SFA Responden	160	.80	41.40	11.9656	7.58977
Asupan PUFA Responden	160	.30	25.60	5.3988	4.82491
Asupan MUFA Responden	160	.80	63.20	11.6919	9.87214
Valid N (listwise)	160				

**Status PLT Mahasiswa \* Angkatan responden \* Jenis Kelamin Mahasiswa Crosstabulation**

			Angkatan responden				
			2021	2022	2023	Total	
Laki-laki	Status PLT Mahasiswa	normal	Count	1	0	0	1
		% within Status PLT Mahasiswa	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%	
		% of Total	25.0%	0.0%	0.0%	25.0%	

		over	Count	1	1	1	3
			% within Status PLT Mahasiswa	33.3%	33.3%	33.3%	100.0%
			% of Total	25.0%	25.0%	25.0%	75.0%
	Total		Count	2	1	1	4
			% within Status PLT Mahasiswa	50.0%	25.0%	25.0%	100.0%
			% of Total	50.0%	25.0%	25.0%	100.0%
Perempuan	Status PLT Mahasiswa	under	Count	0	0	1	1
			% within Status PLT Mahasiswa	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
			% of Total	0.0%	0.0%	0.6%	0.6%
	normal	Count	5	7	14	26	
		% within Status PLT Mahasiswa	19.2%	26.9%	53.8%	100.0%	
		% of Total	3.2%	4.5%	9.0%	16.7%	
	over	Count	39	41	49	129	
		% within Status PLT Mahasiswa	30.2%	31.8%	38.0%	100.0%	
		% of Total	25.0%	26.3%	31.4%	82.7%	
	Total		Count	44	48	64	156
			% within Status PLT Mahasiswa	28.2%	30.8%	41.0%	100.0%
			% of Total	28.2%	30.8%	41.0%	100.0%
Total	Status PLT Mahasiswa	under	Count	0	0	1	1
			% within Status PLT Mahasiswa	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
			% of Total	0.0%	0.0%	0.6%	0.6%
	normal	Count	6	7	14	27	
		% within Status PLT Mahasiswa	22.2%	25.9%	51.9%	100.0%	
		% of Total	3.8%	4.4%	8.8%	16.9%	
	over	Count	40	42	50	132	
		% within Status PLT Mahasiswa	30.3%	31.8%	37.9%	100.0%	
		% of Total	25.0%	26.3%	31.3%	82.5%	
	Total		Count	46	49	65	160
			% within Status PLT Mahasiswa	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%
			% of Total	28.7%	30.6%	40.6%	100.0%

**Jenis Kelamin Mahasiswa \* Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa  
Crosstabulation**

Jenis Kelamin	Laki-laki	Count	Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa		Total
			tinggi	rendah	
			4	0	4

Mahasiswa		% within Jenis Kelamin Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	2.5%	0.0%	2.5%
	Perempuan	Count	154	2	156
		% within Jenis Kelamin Mahasiswa	98.7%	1.3%	100.0%
	% of Total	96.3%	1.3%	97.5%	
Total		Count	158	2	160
		% within Jenis Kelamin Mahasiswa	98.8%	1.3%	100.0%
		% of Total	98.8%	1.3%	100.0%

#### Usia Mahasiswa \* Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation

		Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa			Total	
		tinggi	rendah			
Usia Mahasiswa	18 tahun	Count	43	0	43	
		% within Usia Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%	
		% of Total	26.9%	0.0%	26.9%	
	19 tahun	Count	49	2	51	
		% within Usia Mahasiswa	96.1%	3.9%	100.0%	
		% of Total	30.6%	1.3%	31.9%	
	20 tahun	Count	46	0	46	
		% within Usia Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%	
		% of Total	28.7%	0.0%	28.7%	
	21 tahun	Count	18	0	18	
		% within Usia Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%	
		% of Total	11.3%	0.0%	11.3%	
	22 tahun	Count	2	0	2	
		% within Usia Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%	
		% of Total	1.3%	0.0%	1.3%	
	Total		Count	158	2	160
			% within Usia Mahasiswa	98.8%	1.3%	100.0%
			% of Total	98.8%	1.3%	100.0%

#### Status Tempat Tinggal Mahasiswa \* Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation

		Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa			Total
		tinggi	rendah		
Status Tempat Tinggal Mahasiswa	bersama orang tua/keluarga	Count	79	1	80
		% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	98.8%	1.3%	100.0%
		% of Total	49.4%	0.6%	50.0%
	sendiri (kos)	Count	79	1	80
		% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	98.8%	1.3%	100.0%
		% of Total	49.4%	0.6%	50.0%



	% of Total	49.4%	0.6%	50.0%
Total	Count	158	2	160
	% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	98.8%	1.3%	100.0%
	% of Total	98.8%	1.3%	100.0%

**Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa \* Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa		Total	
		tinggi	rendah		
Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	tidak tentu	Count	3	0	3
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	1.9%	0.0%	1.9%
	rendah	Count	71	1	72
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	98.6%	1.4%	100.0%
		% of Total	44.4%	0.6%	45.0%
	tinggi	Count	84	1	85
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	98.8%	1.2%	100.0%
		% of Total	52.5%	0.6%	53.1%
	Total	Count	158	2	160
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	98.8%	1.3%	100.0%
		% of Total	98.8%	1.3%	100.0%

**Riwayat Penyakit Mahasiswa \* Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa		Total	
		tinggi	rendah		
Riwayat Penyakit Mahasiswa	tidak ada	Count	102	2	104
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	98.1%	1.9%	100.0%
		% of Total	63.7%	1.3%	65.0%
	diabetes mellitus	Count	1	0	1
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	0.6%	0.0%	0.6%
	obesitas	Count	4	0	4
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%

		% of Total	2.5%	0.0%	2.5%
	jantung	Count	1	0	1
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	0.6%	0.0%	0.6%
	dll	Count	50	0	50
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	31.3%	0.0%	31.3%
Total		Count	158	2	160
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	98.8%	1.3%	100.0%
		% of Total	98.8%	1.3%	100.0%

**Status Gizi Responden \* Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa  
Crosstabulation**

		Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa			
		tinggi	rendah	Total	
Status Gizi Responden	kurus	Count	41	0	41
		% within Status Gizi Responden	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	25.6%	0.0%	25.6%
	normal	Count	89	2	91
		% within Status Gizi Responden	97.8%	2.2%	100.0%
		% of Total	55.6%	1.3%	56.9%
	gemuk	Count	28	0	28
		% within Status Gizi Responden	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	17.5%	0.0%	17.5%
Total	Count	158	2	160	
	% within Status Gizi Responden	98.8%	1.3%	100.0%	
	% of Total	98.8%	1.3%	100.0%	

**Jenis Kelamin Mahasiswa \* Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa  
Crosstabulation**

		Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa			
		jarang	sering	Total	
Jenis Kelamin Mahasiswa	Laki-laki	Count	4	0	4
		% within Jenis Kelamin Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	2.5%	0.0%	2.5%
	Perempuan	Count	104	52	156
		% within Jenis Kelamin Mahasiswa	66.7%	33.3%	100.0%
		% of Total	66.7%	33.3%	100.0%

	% of Total	65.0%	32.5%	97.5%
Total	Count	108	52	160
	% within Jenis Kelamin Mahasiswa	67.5%	32.5%	100.0%
	% of Total	67.5%	32.5%	100.0%

**Usia Mahasiswa \* Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa		Total	
		jarang	sering		
Usia Mahasiswa	18 tahun	Count	25	18	43
		% within Usia Mahasiswa	58.1%	41.9%	100.0%
		% of Total	15.6%	11.3%	26.9%
	19 tahun	Count	38	13	51
		% within Usia Mahasiswa	74.5%	25.5%	100.0%
		% of Total	23.8%	8.1%	31.9%
	20 tahun	Count	33	13	46
		% within Usia Mahasiswa	71.7%	28.3%	100.0%
		% of Total	20.6%	8.1%	28.7%
	21 tahun	Count	11	7	18
		% within Usia Mahasiswa	61.1%	38.9%	100.0%
		% of Total	6.9%	4.4%	11.3%
22 tahun	Count	1	1	2	
	% within Usia Mahasiswa	50.0%	50.0%	100.0%	
	% of Total	0.6%	0.6%	1.3%	
Total	Count	108	52	160	
	% within Usia Mahasiswa	67.5%	32.5%	100.0%	
	% of Total	67.5%	32.5%	100.0%	

**Status Tempat Tinggal Mahasiswa \* Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa		Total	
		jarang	sering		
Status Tempat Tinggal Mahasiswa	bersama orang tua/keluarga	Count	52	28	80
		% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	65.0%	35.0%	100.0%
		% of Total	32.5%	17.5%	50.0%
	sendiri (kos)	Count	56	24	80
		% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	70.0%	30.0%	100.0%
		% of Total	35.0%	15.0%	50.0%
Total	Count	108	52	160	
	% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	67.5%	32.5%	100.0%	
	% of Total	67.5%	32.5%	100.0%	

**Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa \* Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa		Total	
		jarang	sering		
Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	tidak tentu	Count	2	1	3
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	66.7%	33.3%	100.0%
		% of Total	1.3%	0.6%	1.9%
	rendah	Count	50	22	72
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	69.4%	30.6%	100.0%
		% of Total	31.3%	13.8%	45.0%
	tinggi	Count	56	29	85
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	65.9%	34.1%	100.0%
		% of Total	35.0%	18.1%	53.1%
	Total	Count	108	52	160
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	67.5%	32.5%	100.0%
		% of Total	67.5%	32.5%	100.0%

**Riwayat Penyakit Mahasiswa \* Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa		Total	
		jarang	sering		
Riwayat Penyakit Mahasiswa	tidak ada	Count	77	27	104
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	74.0%	26.0%	100.0%
		% of Total	48.1%	16.9%	65.0%
	diabetes mellitus	Count	1	0	1
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	0.6%	0.0%	0.6%
	obesitas	Count	2	2	4
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	50.0%	50.0%	100.0%
		% of Total	1.3%	1.3%	2.5%
	jantung	Count	0	1	1
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	0.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.6%	0.6%
	dll	Count	28	22	50

	% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	56.0%	44.0%	100.0%
	% of Total	17.5%	13.8%	31.3%
Total	Count	108	52	160
	% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	67.5%	32.5%	100.0%
	% of Total	67.5%	32.5%	100.0%

**Status Gizi Responden \* Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa			Total
		jarang	sering		
Status Gizi Responden	kurus	Count	27	14	41
		% within Status Gizi Responden	65.9%	34.1%	100.0%
		% of Total	16.9%	8.8%	25.6%
	normal	Count	63	28	91
		% within Status Gizi Responden	69.2%	30.8%	100.0%
		% of Total	39.4%	17.5%	56.9%
	gemuk	Count	18	10	28
		% within Status Gizi Responden	64.3%	35.7%	100.0%
		% of Total	11.3%	6.3%	17.5%
Total	Count	108	52	160	
	% within Status Gizi Responden	67.5%	32.5%	100.0%	
	% of Total	67.5%	32.5%	100.0%	

**Jenis Kelamin Mahasiswa \* Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa					Total	
		defisit berat	defisit sedang	defisit ringan	normal	lebih		
Jenis Kelamin Mahasiswa	Laki-laki	Count	1	1	1	0	1	4
		% within Jenis Kelamin Mahasiswa	25.0%	25.0%	25.0%	0.0%	25.0%	100.0%
		% of Total	0.6%	0.6%	0.6%	0.0%	0.6%	2.5%
	Perempuan	Count	42	10	8	24	72	156
		% within Jenis Kelamin Mahasiswa	26.9%	6.4%	5.1%	15.4%	46.2%	100.0%
		% of Total	26.3%	6.3%	5.0%	15.0%	45.0%	97.5%
Total	Count	43	11	9	24	73	160	
	% within Jenis Kelamin Mahasiswa	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%	

% of Total	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%
------------	-------	------	------	-------	-------	--------

### Usia Mahasiswa \* Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa Crosstabulation

		Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa					Total	
		defisit berat	defisit sedang	defisit ringan	normal	lebih	Total	
Usia Mahasiswa	18 tahun	Count	9	4	3	2	25	43
		% within Usia Mahasiswa	20.9%	9.3%	7.0%	4.7%	58.1%	100.0%
		% of Total	5.6%	2.5%	1.9%	1.3%	15.6%	26.9%
	19 tahun	Count	21	2	1	11	16	51
		% within Usia Mahasiswa	41.2%	3.9%	2.0%	21.6%	31.4%	100.0%
		% of Total	13.1%	1.3%	0.6%	6.9%	10.0%	31.9%
	20 tahun	Count	9	4	3	6	24	46
		% within Usia Mahasiswa	19.6%	8.7%	6.5%	13.0%	52.2%	100.0%
		% of Total	5.6%	2.5%	1.9%	3.8%	15.0%	28.7%
	21 tahun	Count	4	0	2	5	7	18
		% within Usia Mahasiswa	22.2%	0.0%	11.1%	27.8%	38.9%	100.0%
		% of Total	2.5%	0.0%	1.3%	3.1%	4.4%	11.3%
	22 tahun	Count	0	1	0	0	1	2
		% within Usia Mahasiswa	0.0%	50.0%	0.0%	0.0%	50.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.6%	0.0%	0.0%	0.6%	1.3%
	Total	Count	43	11	9	24	73	160
		% within Usia Mahasiswa	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%
		% of Total	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%

### Status Tempat Tinggal Mahasiswa \* Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa Crosstabulation

		Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa					Total	
		defisit berat	defisit sedang	defisit ringan	normal	lebih	Total	
Status Tempat Tinggal Mahasiswa	bersama orang tua/keluarga	Count	21	5	6	11	37	80
		% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	26.3%	6.3%	7.5%	13.8%	46.3%	100.0%
		% of Total	13.1%	3.1%	3.8%	6.9%	23.1%	50.0%
	sendiri (kos)	Count	22	6	3	13	36	80
		% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	27.5%	7.5%	3.8%	16.3%	45.0%	100.0%
		% of Total	13.8%	3.8%	1.9%	8.1%	22.5%	50.0%

Total	Count	43	11	9	24	73	160
	% within Status Tempat Tinggal Mahasiswa	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%
	% of Total	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%

**Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa \* Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa					Total	
		defisit berat	defisit sedang	defisit ringan	normal	lebih		
Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	tidak tentu	Count	0	0	0	0	3	3
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.9%	1.9%
	rendah	Count	23	6	1	13	29	72
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	31.9%	8.3%	1.4%	18.1%	40.3%	100.0%
		% of Total	14.4%	3.8%	0.6%	8.1%	18.1%	45.0%
	tinggi	Count	20	5	8	11	41	85
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	23.5%	5.9%	9.4%	12.9%	48.2%	100.0%
		% of Total	12.5%	3.1%	5.0%	6.9%	25.6%	53.1%
	Total	Count	43	11	9	24	73	160
		% within Kategori Uang Saku Per Hari Mahasiswa	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%
		% of Total	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%

**Riwayat Penyakit Mahasiswa \* Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa Crosstabulation**

		Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa					Total	
		defisit berat	defisit sedang	defisit ringan	normal	lebih		
Riwayat Penyakit Mahasiswa	tidak ada	Count	31	9	7	15	42	104
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	29.8%	8.7%	6.7%	14.4%	40.4%	100.0%
		% of Total	19.4%	5.6%	4.4%	9.4%	26.3%	65.0%
	diabetes	Count	0	0	0	1	0	1

	mellitus	% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.6%	0.0%	0.6%
	obesitas	Count	0	0	0	3	1	4
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	0.0%	0.0%	0.0%	75.0%	25.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	1.9%	0.6%	2.5%
	jantung	Count	0	0	0	0	1	1
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.6%	0.6%
	dll	Count	12	2	2	5	29	50
		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	24.0%	4.0%	4.0%	10.0%	58.0%	100.0%
		% of Total	7.5%	1.3%	1.3%	3.1%	18.1%	31.3%
		Count	43	11	9	24	73	160
Total		% within Riwayat Penyakit Mahasiswa	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%
		% of Total	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%

#### Status Gizi Responden \* Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa Crosstabulation

		Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa					Total	
		defisit berat	defisit sedang	defisit ringan	normal	lebih		
Status Gizi Responden	kurus	Count	11	1	2	7	20	41
		% within Status Gizi Responden	26.8%	2.4%	4.9%	17.1%	48.8%	100.0%
		% of Total	6.9%	0.6%	1.3%	4.4%	12.5%	25.6%
	normal	Count	26	6	6	12	41	91
		% within Status Gizi Responden	28.6%	6.6%	6.6%	13.2%	45.1%	100.0%
		% of Total	16.3%	3.8%	3.8%	7.5%	25.6%	56.9%
	gemuk	Count	6	4	1	5	12	28
		% within Status Gizi Responden	21.4%	14.3%	3.6%	17.9%	42.9%	100.0%
		% of Total	3.8%	2.5%	0.6%	3.1%	7.5%	17.5%
Total	Count	43	11	9	24	73	160	
	% within Status Gizi Responden	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%	
	% of Total	26.9%	6.9%	5.6%	15.0%	45.6%	100.0%	



**Usia Mahasiswa \* Status PLT Mahasiswa Crosstabulation**

			Status PLT Mahasiswa			Total
			under	normal	over	
Usia Mahasiswa	18 tahun	Count	1	10	32	43
		% within Usia Mahasiswa	2.3%	23.3%	74.4%	100.0%
		% of Total	0.6%	6.3%	20.0%	26.9%
	19 tahun	Count	0	10	41	51
		% within Usia Mahasiswa	0.0%	19.6%	80.4%	100.0%
		% of Total	0.0%	6.3%	25.6%	31.9%
	20 tahun	Count	0	5	41	46
		% within Usia Mahasiswa	0.0%	10.9%	89.1%	100.0%
		% of Total	0.0%	3.1%	25.6%	28.7%
	21 tahun	Count	0	2	16	18
		% within Usia Mahasiswa	0.0%	11.1%	88.9%	100.0%
		% of Total	0.0%	1.3%	10.0%	11.3%
	22 tahun	Count	0	0	2	2
		% within Usia Mahasiswa	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.0%	1.3%	1.3%
Total	Count	1	27	132	160	
	% within Usia Mahasiswa	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%	
	% of Total	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%	

**Status Gizi Responden \* Status PLT Mahasiswa Crosstabulation**

			Status PLT Mahasiswa			Total
			under	normal	over	
Status Gizi Responden	kurus	Count	1	22	18	41
		% within Status Gizi Responden	2.4%	53.7%	43.9%	100.0%
		% of Total	0.6%	13.8%	11.3%	25.6%
	normal	Count	0	5	86	91
		% within Status Gizi Responden	0.0%	5.5%	94.5%	100.0%
		% of Total	0.0%	3.1%	53.8%	56.9%
	gemuk	Count	0	0	28	28
		% within Status Gizi Responden	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	0.0%	0.0%	17.5%	17.5%
	Total	Count	1	27	132	160
		% within Status Gizi Responden	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%
		% of Total	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%

**Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa \* Status PLT Mahasiswa Crosstabulation**

			Status PLT Mahasiswa			Total
			under	normal	over	
Kategori Variasi	tinggi	Count	1	27	130	158

Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa		% within Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa	0.6%	17.1%	82.3%	100.0%	
		% of Total	0.6%	16.9%	81.3%	98.8%	
	rendah	Count	0	0	2	2	
			% within Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
			% of Total	0.0%	0.0%	1.3%	1.3%
Total	Count	1	27	132	160		
		% within Kategori Variasi Konsumsi Makanan Berlemak Mahasiswa	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%	
		% of Total	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%	

**Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa \* Status PLT Mahasiswa Crosstabulation**

		Status PLT Mahasiswa			Total		
		under	normal	over			
Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa	jarang	Count	1	18	89	108	
			% within Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa	0.9%	16.7%	82.4%	100.0%
			% of Total	0.6%	11.3%	55.6%	67.5%
	sering	Count	0	9	43	52	
			% within Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa	0.0%	17.3%	82.7%	100.0%
			% of Total	0.0%	5.6%	26.9%	32.5%
Total	Count	1	27	132	160		
		% within Kategori Frekuensi Makan Makanan Berlemak Mahasiswa	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%	
		% of Total	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%	

**Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa \* Status PLT Mahasiswa Crosstabulation**

		Status PLT Mahasiswa			Total		
		under	normal	over			
Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	defisit berat	Count	0	7	36	43	
			% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	0.0%	16.3%	83.7%	100.0%
			% of Total	0.0%	4.4%	22.5%	26.9%
	defisit	Count	0	1	10	11	

sedang	% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	0.0%	9.1%	90.9%	100.0%
	% of Total	0.0%	0.6%	6.3%	6.9%
defisit ringan	Count	0	2	7	9
	% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	0.0%	22.2%	77.8%	100.0%
	% of Total	0.0%	1.3%	4.4%	5.6%
	Count	0	2	22	24
normal	% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	0.0%	8.3%	91.7%	100.0%
	% of Total	0.0%	1.3%	13.8%	15.0%
lebih	Count	1	15	57	73
	% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	1.4%	20.5%	78.1%	100.0%
	% of Total	0.6%	9.4%	35.6%	45.6%
	Count	1	27	132	160
Total	% within Kategori %Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%
	% of Total	0.6%	16.9%	82.5%	100.0%

### Correlations

		Status PLT Mahasiswa	%Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa
Spearman's rho	Status PLT Mahasiswa	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	160
	%Tingkat Asupan Lemak Mahasiswa	Correlation Coefficient	-.085
		Sig. (2-tailed)	.285
		N	160

## Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian



## Lampiran 8. Daftar Riwayat Hidup



### A. Data Pribadi

1. Nama : Putri Risya Azzahra
2. NIM : K021201006
3. Tempat, Tanggal Lahir : Bulukumba, 08 Mei 2003
4. Jenis Kelamin : Perempuan
5. Agama : Islam
6. Alamat : BTN Andi Tonro Permai Blok A2/5,  
Sungguminasa, Kab. Gowa
7. Email : putririsya08@gmail.com
8. No. HP : 085342583499

### B. Riwayat Pendidikan

1. SDN Bontokamase
2. SMPN 1 Sungguminasa
3. SMAN 1 Gowa