

ABSTRAK**HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI DI ERA PANDEMI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG ANGGKATAN 2020-2022**

Oleh:
Sultan Mahathir Bastha

Latar Belakang: Pandemi COVID-19 telah mengakibatkan perubahan *sedentary lifestyle* dan perubahan pola makan sebagai konsekuensi dari pembatasan aktivitas fisik. *Sedentary lifestyle* merupakan salah satu perubahan yang dapat berkontribusi terhadap status gizi yang buruk selama pandemi COVID-19 menimbulkan konsekuensi jangka panjang terhadap gaya hidup dan kesehatan gizi, termasuk pada mahasiswa kedokteran.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional yang menggunakan metodologi cross-sectional. Strategi pengambilan sampel Slovin sebagai metode pengambilan sampel. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 307 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung periode Oktober-November 2022. Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara perilaku hidup sedentary dan kebiasaan makan dengan status gizi mahasiswa selama masa pandemic.

Hasil: Jumlah mahasiswa yang terlibat menjadi responden ialah 307 mahasiswa dengan rincian 93 Mahasiswa Laki-Laki dan 214 mahasiswa perempuan yang berasal dari tiga Angkatan yang berbeda. 307 Mahasiswa tersebut memiliki status gizi underweight berjumlah 54 (17.6%), normal berjumlah 134 (43.6%), overweight berjumlah 59 (19.2%), obesitas I berjumlah 30 (11.7%), obesitas II berjumlah 24 (7.8%). Dari 307 responden tersebut diantaranya memiliki perilaku sedentary berjumlah 137 (44.6%), dan tidak mengaplikasikan perilaku sedentary berjumlah 170 (55.4%). Dari seluruh responden didapatkan mahasiswa dengan kebiasaan makan kurang berjumlah 56 (18.2%), kebiasaan makan cukup 166 (54.1%), dan kebiasaan makan lebih 85 (27.7%). Pada uji statistik didapatkan p-value 0.000 yang berarti bahwa perilaku hidup sedentari memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi mahasiswa. Lalu didapatkan juga p-value 0.000 yang memiliki arti bahwa kebiasaan makan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi mahasiswa selama masa pandemic.

Kesimpulan: Terdapat hubungan signifikan antara perilaku sedentari dan kebiasaan makan terhadap status gizi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Kata Kunci: COVID-19, Pola Hidup Sedentari, Pola Makan, Status Gizi

ABSTRAK**THE RELATIONSHIP BETWEEN SEDENTARY BEHAVIOR AND EATING HABITS WITH NUTRITIONAL STATUS IN THE PANDEMI ERA OF STUDENTS OF MEDICINE FACULTY, LAMPUNG UNIVERSITY CLASS 2020-2022****By****Sultan Mahathir Bastha**

Background: The COVID-19 pandemic has resulted in lifestyle changes such as sedentary living and dietary modifications as a consequence of social exercise restrictions. Sedentary lifestyle behaviors are among the changes that could contribute to poor nutritional status during the COVID-19 pandemic. Sedentary behavior for about two years during the epidemic can have long-term consequences for lifestyle and nutritional health, including in medical students.

Methods: This is an observational, analytical research that employs a cross-sectional methodology. Slovin's sampling strategy as the method of selection. The number of samples in this study were 307 students of the Faculty of Medicine, University of Lampung for the period October-November 2022. This research aims to find a relationship between sedentary lifestyle and eating habits and the nutritional status of students during the pandemic.

Results: The number of students involved as respondents was 307 students with details of 93 male students and 214 female students who came from three different batches. Of these 307 students, 54 (17.6%) had underweight nutritional status, 134 (43.6%) normal, 59 (19.2%) overweight, 30 (11.7%) I obesity, 24 (7.8%) II obesity. Of the 307 respondents, 137 (44.6%) had sedentary behavior, and 170 (55.4%) did not apply sedentary behavior. From all respondents, there were 56 students with less eating habits (18.2%), 166 (54.1%) moderate eating habits, and 85 (27.7%) eating habits. The statistical test obtained a p-value of 0.000 which means that sedentary lifestyle has a significant influence on the nutritional status of students. Then a p-value of 0.000 was also obtained, which meant that eating habits had a significant influence on the nutritional status of students during the pandemic.

Conclusion: There is a significant relationship between sedentary behavior and eating habits on the nutritional status of students at the Faculty of Medicine, University of Lampung

Keywords: COVID-19, Sedentary Lifestyle, Diet, Nutritional Status