

ANALISIS STATUS GIZI MAHASISWA IAIN SALATIGA PADA PERKULIAHAN PENDIDIKAN JASMANI

ANALYSIS OF THE NUTRITIONAL STATUS OF IAIN SALATIGA STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION LECTURES

Fatkhur Rozi

Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, IAIN Salatiga, Jl. Lkr. Sel. Salatiga No.Km. 2, Pulutan, Jawa Tengah, 50716, Indonesia

Abstrak

Status gizi merupakan salah satu komponen yang mempengaruhi tingkat kesehatan dan kebugaran. Tingkat status gizi sangat penting untuk dipantau kondisinya. Pemantauan status gizi dapat dilakukan selama pembelajaran pendidikan jasmani karena salah satu tujuan pembelajarannya adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan tingkat status gizi berperan di dalamnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai tingkat status gizi Mahasiswa IAIN Salatiga dalam perkuliahan pendidikan jasmani. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei dan dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah Mahasiswa IAIN Salatiga yang mengikuti perkuliahan pendidikan jasmani dengan jumlah total 127 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah Teknik *Non Probability Sampling* dengan sensus. Hasilnya adalah 10 mahasiswa sangat kurus, 22 mahasiswa kurus, 75 mahasiswa normal, 11 mahasiswa gemuk, dan 9 mahasiswa obesitas. Mahasiswa laki-laki berstatus normal 8 orang, kurus 1 orang, dan obesitas 3 orang. Sedangkan perempuan berstatus normal 67 orang, kurus 21 orang, sangat kurus 10 orang, gemuk 11 orang, dan obesitas 6 orang. Simpulan penelitian ini adalah Mahasiswa IAIN Salatiga yang mengikuti perkuliahan pendidikan jasmani sejumlah 59% memiliki tingkat status gizi normal dan sisanya 51% mahasiswa berstatus sangat kurus ataupun obesitas yang beresiko terhadap penyakit.

Kata kunci: Status Gizi, Mahasiswa, Pendidikan Jasmani

Abstract

Nutritional status is a component that affects the level of health and fitness. The level of nutritional status is very important to monitor the condition. Nutritional status monitoring can be carried out during physical education learning because one of the learning objectives is to improve physical fitness and the level of nutritional status plays a role in it. The purpose of this study was to assess the level of nutritional status of IAIN Salatiga students in physical education lectures. This study uses a quantitative method with a survey approach and is analyzed descriptively quantitatively. The population of this study were students of IAIN Salatiga who attended physical education lectures with a total of 127 students. The sampling technique used is the Non Probability Sampling Technique with a census. The results were 10 severely underweight students, 22 underweight students, 75 normal students, 11 overweight students, and 9 obese students. Eight male students have normal status, 1 underweight, and 3 people obese. female students with normal status are 67 people, underweight are 21 people, severely underweight are 10 people, overweight are 11 people, and obese are 6 people. The conclusion of this research is that 59% of IAIN Salatiga students who attend physical education courses have a normal nutritional status and the remaining 51% are severely underweight or obese students who are at risk of disease.

Keywords: Nutritional Status, Student, Physical Education

PENDAHULUAN

Kebugaran merupakan faktor penting seseorang untuk memperoleh derajat kesehatan yang baik. Sebagai gambaran, hanya 1.08% masyarakat Indonesia yang memiliki kebugaran baik sekali dan 4.07% baik (Darmawan, 2017). Padahal kebugaran jasmani ini sangat penting bagi semua orang dari usia kecil sampai lansia (Kurnianto, 2015). Seseorang yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik akan mampu melakukan aktivitas setiap hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti (Nurhayati, 2018). Kelelahan sendiri mempengaruhi kualitas seseorang dalam bekerja (Aisyah, Fachrin, Haeruddin, & Rahman, 2019). Memiliki kualitas kebugaran yang baik dapat mencegah kelelahan (Paryanto & Wati, 2013). Guna memiliki tingkat kebugaran yang baik, seseorang harus rajin berolahraga secara teratur (Utama, 2011). Aktivitas olahraga yang dijalankan secara teratur inilah yang nantinya meningkatkan komponen kebugaran jasmani dan tanpa disadari meningkatkan kualitas kebugaran jasmani itu sendiri. Selain beraktivitas olahraga teratur, kebugaran jasmani seseorang akan dipengaruhi oleh pola makan dan pola istirahat. Bagaimanapun gizi yang masuk ke tubuh akan menyediakan energi bagi tubuh untuk bergerak (Rozi, 2020). Selanjutnya, pola istirahat yang baik dibutuhkan untuk memberi kesempatan tubuh untuk *recovery* energi.

Berbicara lebih lanjut tentang kebugaran memang tidak lepas dari faktor asupan gizi dan tingkat status gizi seseorang. Permasalahan gizi sendiri masih menjadi permasalahan yang harus diperhatikan secara serius oleh pemerintah Republik Indonesia. Data menunjukkan kasus gizi buruk di Negara Indonesia angkanya masih tinggi (Syaifudin & Andini, 2020). Permasalahan gizi ini mulai dari masa balita. Seorang ibu harus paham dan tahu tentang pemberian ASI sejak bayi untuk memenuhi kecukupan gizi pada anaknya (Sundari & Masnilawati, 2018). Beranjak menuju remaja dan dewasa, seseorang sedikit banyak mengerti tentang gizi meskipun hanya pada lingkup sederhana. Pada umumnya hanya mengerti istilah empat sehat lima sempurna. Kenyataannya, pemenuhan gizi harus cukup dan seimbang. Pengetahuan seseorang tentang gizi dapat diperoleh melalui jenjang pendidikan. Pendidikan yang dapat berperan salah satunya adalah pendidikan jasmani. Dimana pendidikan jasmani memiliki ruang lingkup untuk menyampaikan pengetahuan dasar tentang kesehatan, kebugaran, pola hidup sehat, dan pemenuhan dasar gizi (Suherman, 2018).

Pendidikan jasmani (penjas) menjadi sentral ketika melakukan promosi pola hidup sehat dan pengetahuan dasar tentang gizi. Hal ini tidak lepas dari keberadaan penjas yang hadir pada tiap jenjang pendidikan, dari pendidikan dasar sampai dengan

pendidikan tinggi (Khudori & Tuasikal, 2015). Tentunya, keberhasilan penjas dalam turut serta mengenalkan pola hidup sehat, kebugaran, dan dasar-dasar gizi didukung dengan keberadaan pengajar penjas yang professional (Mustafa & Dwiyoogo, 2020). Seorang pengajar penjas baik guru maupun dosen dipandang perlu melakukan hal sederhana yang bermanfaat bagi peserta didiknya, yaitu dengan melakukan tes pengukuran tingkat kebugaran jasmani dan tingkat status gizi peserta didik. Tingkat kebugaran jasmani dapat diukur dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) (Pratiwi, 2018). Sedangkan, status gizi dapat diketahui dengan melakukan pengukuran menggunakan rumus Indeks Masa Tubuh (IMT) (Nurmasyita, Widjanarko, & Margawati, 2016).

Berdasarkan latar belakang di atas menunjukkan bahwa pentingnya kebugaran dan peran gizi dalam kebugaran. Beberapa penelitian telah dilakukan baik terkait kebugaran dan gizi. Penelitian tentang kebugaran dan pada siswa sebagai atlet (Rozi, 2020) dan pengukuran status gizi pada tingkat mahasiswa perguruan tinggi (Wahid Wahyu Kurniawan & Dewanti Widyaningsih, 2017) pernah dilakukan. Namun, perbedaan dengan penelitian ini adalah terletak pada subyeknya. Penelitian ini subyeknya adalah mahasiswa IAIN Salatiga yang mana pada observasi awal mereka belum mengetahui tentang status gizi. Sesuai dengan salah satu materi dalam Rancangan Sistem Perkuliahan yang memuat tentang kebugaran jasmani dan pola hidup sehat, maka status gizi menjadi salah satu poin penting yang dicapai selama perkuliahan pendidikan jasmani. Selanjutnya, penelitian ini menarik karena dilakukan di lingkungan Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN).

METODE

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan teknik survei. Penelitian bertempat di IAIN Salatiga. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa IAIN Salatiga yang mengikuti perkuliahan pendidikan jasmani pada Semester Gasal Tahun Ajaran 2020/2021. Teknik sampling yang digunakan adalah sensus dengan jumlah mahasiswa 127. Teknik pengumpulan data dengan pengukuran status gizi menggunakan rumus perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT). Analisis data dilakukan dengan deskriptif kuantitatif dengan mendiskripsikan hasil dikaitkan dengan kategori status gizi. Data dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel dan diagram.

Subyek penelitian ini adalah mahasiswa IAIN Salatiga berjumlah 127 mahasiswa yang terdiri dari laki-laki sejumlah 12 orang dan perempuan sejumlah 115

orang. Adapun karakteristiknya adalah mahasiswa yang bukan seorang atlet ataupun praktisi olahraga dan mengikuti perkuliahan penjas. Karakteristik lainnya adalah subyek belum mengetahui tentang status gizi, pengukuran status gizi, dan manfaat mengetahui status gizi. Subyek dihitung status gizinya menggunakan rumus perhitungan IMT, yaitu berat badan (dalam kilogram) dibagi dengan hasil pengkuadratan dari tinggi badan (dalam meter) (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2016). Proses perhitungan ini dilakukan pada Bulan Desember Tahun 2020. Selanjutnya hasil perhitungan di klasifikasikan dengan mengacu pada Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014, yang terklasifikasikan seperti tabel berikut ini.

Tabel 1. Klasifikasi Status Gizi di Indonesia

STATUS GIZI	KATEGORI	IMT
Sangat Kurus	Kekurangan Berat Badan Tingkat Berat	<17,0
Kurus	Kekurangan Berat Badan Tingkat Ringan	17,0 - <18,5
Normal		18,5 – 25,0
Gemuk	Kelebihan Berat Badan Tingkat Ringan	> 25,0 – 27,0
Obesitas	Kelebihan Berat Badan Tingkat Berat	> 27,0

Sumber: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Tahun 2016

HASIL

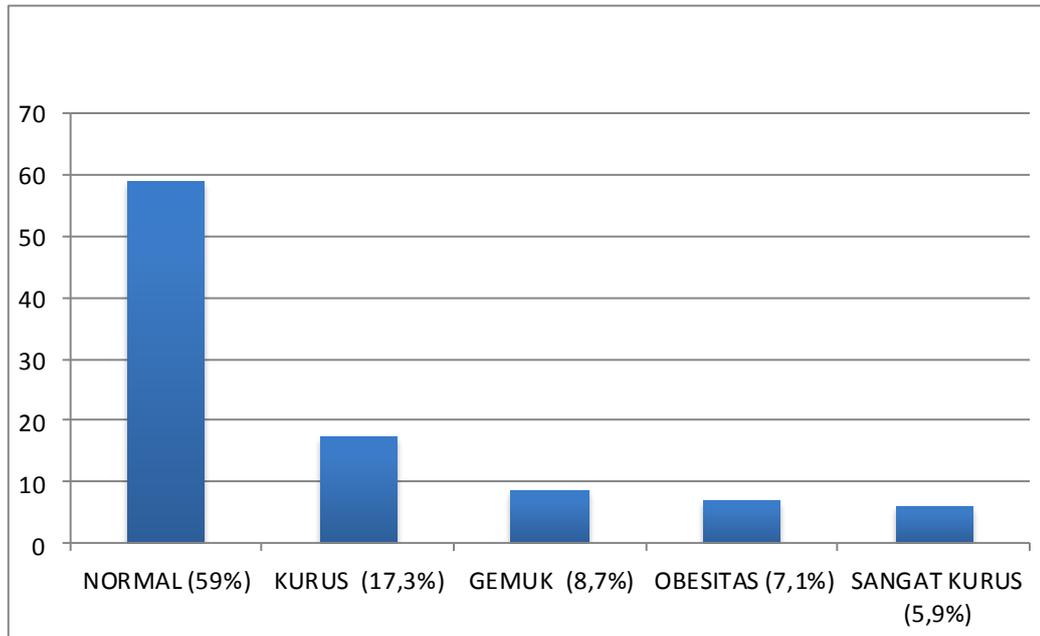
Berikut ini adalah gambaran hasil penelitian terkait profil status gizi mahasiswa IAIN Salatiga yang mengikuti perkuliahan pendidikan jasmani.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Status Gizi

JENIS KELAMIN	SANGAT KURUS	KURUS	NORMAL	GEMUK	OBESITAS	TOTAL
Laki-Laki	0	1	8	0	3	12
Perempuan	10	21	67	11	6	115
SUB TOTAL	10	22	75	11	9	127

Sumber: Data Peneliti

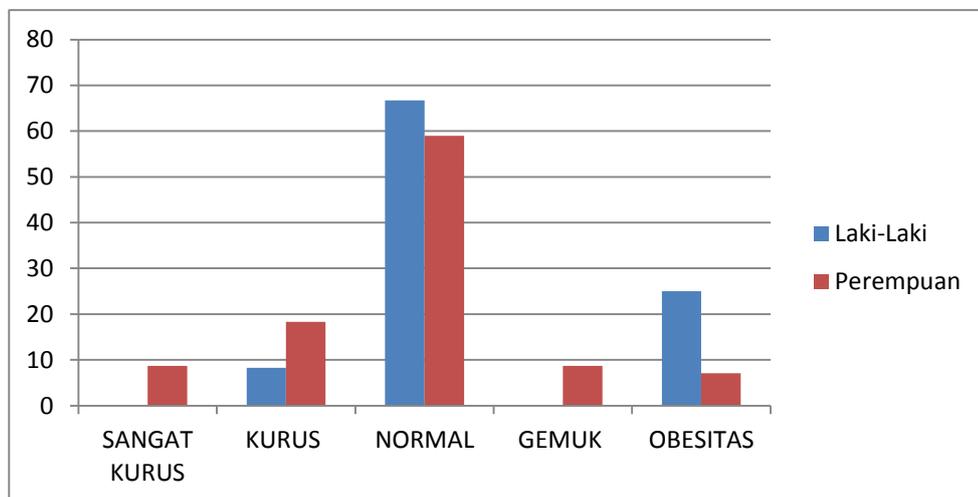
Tabel diatas menjelaskan jumlah mahasiswa secara umum dan sesuai dengan jenis kelamin. Adapun untuk persentase tingkat status gizi dapat digambarkan pada Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Grafik Persentase Tingkat Status Gizi

Sumber: Data Peneliti

Jenis kelamin membedakan terhadap sebaran jumlah pada tingkat status gizi yang ada. Gambar berikut ini menjelaskan perbandingan persentase status gizi mahasiswa berdasarkan jenis kelaminnya.



Gambar 2. Grafik Persentase Berdasarkan Jenis Kelamin

Sumber: Data Peneliti

PEMBAHASAN

Hasil penelitian tentang status gizi mahasiswa di IAIN Salatiga menunjukkan bahwa tidak semuanya berada pada ststus normal. Jika mengaca pada Gambar 1, maka diketahui bahwa 59% mahasiswa berstatus normal dan sisanya sebanyak 51%

mengalami pada status kurus ataupun gemuk. Hal ini tidak boleh dibiarkan karena akan mengganggu kesehatan mahasiswa. Dampak kekurangan gizi maupun kelebihan gizi akan menyebabkan beberapa gangguan kesehatan. Kurang Gizi merupakan kondisi dimana IMT berada pada *underweight* ataupun *severely underweight* (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2016). Beberapa mahasiswa IAIN Salatiga yang memiliki status gizi sangat kurus. Mahasiswa tersebut berpotensi mengalami penyakit sendi tulang apabila dibiarkan berkepanjangan. Kurang gizi menyebabkan potensi penyakit sendi tulang (Derianty, 2017). Kurang gizi juga dapat mengakibatkan permasalahan pertumbuhan (Djauhari, 2017). Hal ini terkait masih memungkinkannya mahasiswa untuk tumbuh. Selain itu, penyakit Infeksi Saluran Pernafasan juga dapat dipengaruhi oleh status gizi kurang (Hadiana, 2015). Pada tingkat mahasiswa, kurang gizi memungkinkan terjadinya penurunan kualitas kerja yang mempengaruhi kerja fisik dan prestasi belajar (Majid, Suherna, & Haniarti, 2018). Bagi Mahasiswa IAIN Salatiga yang memiliki status gizi kurang akan terpengaruhi kualitas ketahanan fisiknya dalam belajar.

Gemuk dan obesitas juga seringkali menjadikan seseorang malas untuk bergerak. Kelebihan gizi atau biasa adalah status gemuk dan obesitas dapat mengakibatkan gangguan penyakit. Obesitas menjadi faktor risiko untuk penyakit jantung koroner di Indonesia (Lannywati, Made Dewi, & Harli, 2016). Penyakit osteoarthritis merupakan salah satu penyakit yang dipengaruhi oleh obesitas dan resiko tertinggi manakala sudah memasuki usia lansia (Randi Aldo & Kurnia Gustin, 2019). Pada masyarakat, hipertensi juga dipengaruhi oleh banyak faktor penentu dan salah satunya adalah tubuh yang gemuk ataupun obesitas (Hasanah, Widodo, & Widiani, 2016). Selanjutnya, gemuk atau obesitas akan mempengaruhi seseorang malas dalam bergerak. Rasa malas ini umum dirasakan oleh orang kelebihan gizi, sehingga mereka lebih senang melakukan *sedentary behavior* yang menyebabkan sedikit pengeluaran energi dari tubuhnya (Setyoadi, Setyo Rini, & Novitasari, 2015).

Status kurus ataupun gemuk pada mahasiswa IAIN Salatiga dapat diatasi dengan melakukan program diet dan olahraga yang terukur. Diet bukan berarti mengurangi makan semata, tetapi mengatur pola makan dengan gizi yang cukup dan seimbang sesuai dengan kebutuhan kalori tubuh. Bisa diartikan bahwa diet adalah menyusun jumlah dan jenis baik secara kualitas maupun kuantitas dari makanan dan minuman yang dikonsumsi sehari-hari (Sudarto Nugraha, Sugianto, & Ferga Prasetyo, 2016). Diet akan dapat dipengaruhi diri, lingkungan, dan pengetahuan (Pramulia Fitri,

2016). Pada dasarnya diet harus sesuai dengan pedoman gizi bagi masyarakat dengan prinsip pemenuhan gizi makro dan mikro secara cukup serta seimbang (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2016).

KESIMPULAN

Simpulan penelitian ini adalah Mahasiswa IAIN Salatiga yang mengikuti perkuliahan pendidikan jasmani sejumlah 59% memiliki tingkat status gizi normal dan sisanya 51% mahasiswa berstatus sangat kurus ataupun obesitas yang beresiko terhadap penyakit.

REFERENSI

- Aisyah, S., Fachrin, S., Haeruddin, H., & Rahman, I. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Petugas Kebersihan di Rumah Sakit Dr. Tadjuddin Chalid Kota Makassar. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 2(3), 256–265. Retrieved from <https://doi.org/https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.185>
- Darmawan, I. (2017). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. *JIP [Internet]*, 7(2), 143–154. Retrieved from <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/jrnspirasi/article/view/1700>
- Derianty, Meike Elvana. (2017). *Hubungan Usia Dengan Derajat Osteoarthritis Sendi Lutut Menurut Kellgren dan Lawrence di Rumah Sakit PHC Surabaya* (Widya Mandala Chatolic University). Retrieved from <http://repository.wima.ac.id/13743/>
- Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. (2016). Pedoman Gizi Seimbang. Retrieved from Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 website: <https://kesmas.kemkes.go.id/perpu/konten/permenkes/pmk-no.-41-ttg-pedoman-gizi-seimbang>
- Djauhari, Thontowi. (2017). Gizi dan 1000 HPK. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran Keluarga*, 13(2), 125–133. Retrieved from <https://doi.org/10.22219/sm.v13i2.5554>
- Hadiana, Suman Yus. (2015). *Hubungan Status Gizi Terhadap Terjadinya Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) Pada Balita Di Puskesmas Pajang Surakarta* (Universitas Muhammadiyah Surakarta). Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/22566>
- Hasanah, Maidatul, Widodo, Dyah, & Widiani, Esti. (2016). Hubungan Obesitas Dengan Hipertensi Pada Masyarakat di Wilayah RW 13 Dusun Mojosari Desa Ngenep Kecamatan Karangploso. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 1(2). Retrieved from <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/421>
- Khudori, M., & Tuasikal, Abdul Rachman Syam. (2015). Implementasi Kurikulum 2013 Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri se-Kabupaten Jombang. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(1), 211–214.

- Kurnianto, D. (2015). Menjaga Kesehatan di Usia Lanjut. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(2), 115182. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v11i2.5725>
- Lannywati, Ghani, Made Dewi, Susilawati, & Harli, Novriani. (2016). Faktor Risiko Dominan Penyakit Jantung Koroner di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(3). Retrieved from <http://dx.doi.org/10.22435/bpk.v44i3.5436.153-164>
- Majid, Makhrajani, Suherna, & Haniarti. (2018). Perbedaan Tingkat Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Asupan Energi dan Status Gizi Pada Mahasiswa Gizi dan Non Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 1(1). Retrieved from <https://doi.org/10.31850/makes.v1i1.99>
- Mustafa, Pinton Setya, & Dwiyo, Wasis Djoko. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Nurhayati, Titing. (2018). The Application of Collant Racket Tennis Technology to Measure Service Skills: A Pilot Study on Junior Tennis Athletes. *Pendidikan Jasmani Olahraga*, 3(1), 122–128. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10461>
- Nurmasyita, N., Widjanarko, B., & Margawati, A. (2016). Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi, Perubahan Asupan Zat Gizi dan Indeks Massa Tubuh Remaja Kelebihan Berat Badan. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition) [Online]*, 4(1), 38–47. Retrieved from <https://doi.org/10.14710/jgi.4.1.38-47>
- Paryanto, Rusadi, & Wati, Isti Dwi Puspita. (2013). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Untan*, 2(5), 143–154.
- Pramulia Fitri, Rahmi. (2016). Pengaruh Teman Sebaya, Pengetahuan, Media Masa Terhadap Perilaku Diet Mahasiwi Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Endurance*, 3(1). Retrieved from <http://ejournal.ildikti10.id/index.php/endurance/article/view/1487>
- Pratiwi, Firda Duta. (2018). *Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Angkatan Tahun 2014 FIK Universitas Negeri Malang* (Universitas Negeri Malang). Retrieved from <http://repository.um.ac.id/50591/>
- Randi Aldo, Rahmad, & Kurnia Gustin, Rahmi. (2019). Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Osteoarthritis Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan [Internet]*, 10(2). Retrieved from <http://dx.doi.org/10.35730/jk.v10i2.405.g454>
- Rozi, Fatkhur. (2020). Kecukupan Zat Gizi Siswa PPOP Sepak Takraw Fatkhur. *Biomatika : Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 6(1), 28–31. Retrieved from <http://ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/%0AKecukupan>
- Setyoadi, Setyo Rini, Ika, & Novitasari, Triana. (2015). Hubungan Penggunaan Waktu Perilaku Kurang Gerak (Sedentary Behaviour) Dengan Obesitas Pada Anak Usia 9-11 Tahun di SD Negeri Beji 02 Kabupaten Tulungagung. *Jurnal Ilmu*

- Keperawatan*, 3(2). Retrieved from <https://jik.ub.ac.id/index.php/jik/article/view/44>
- Sudarto Nugraha, Alid, Sugianto, Iyan, & Ferga Prasetyo, Tri. (2016). Aplikasi Sistem Pakar Cara Diet Berdasarkan Golongan Darah (Studi Kasus : Masyarakat Majalengka). *Journal of Engineering and Sustainable Technology (J-ENSITEC)*, 3(1). Retrieved from <http://dx.doi.org/10.31949/j-ensitec.v3i01.313>
- Suherman, Ayi. (2018). *Kurikulum Pembelajaran Penjas* (Muhammad Nur Alif, Ed.). Sumedang: UPI Sumedang Press.
- Sundari, S., & Masnilawati, A. (2018). Increases Knowledge Exclusive Breastfeeding at Mother in Makassar. *Window of Health : Jurnal Kesehatan [Internet]*, 1(1), 16–20. Retrieved from <https://doi.org/https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.11>
- Syaifudin, Nanang, & Andini, Ayu. (2020). Peliknya Gizi Buruk di Indonesia. Retrieved from lokadata website: <https://lokadata.id/artikel/peliknya-gizi-buruk-di-indonesia>
- Utama, A. M. Bandi. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermaindalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpji.v8i1.3477>
- Wahid Wahyu Kurniawan, M., & Dewanti Widyaningsih, Tri. (2017). Hubungan Pola Konsumsi Pangan dan Besar Uang Saku Mahasiswa Manajemen Bisnis Dengan Mahasiwa Jurusan Teknologi Hasil Pertanian Universitas Brawijaya Terhadap Status Gizi. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri (Online)*, 5(1). Retrieved from <https://jpa.ub.ac.id/index.php/jpa/article/view/493>