

**PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK TERKAIT
KERAGAMAN PANGAN PADA POLA MAKAN
VEGETARIAN DI KOMUNITAS MISIONARIS
ADVENT**

***KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND PRACTICE RELATED
TO FOOD DIVERSITY IN VEGETARIAN DIET IN
ADVENTIST MISSIONARY COMMUNITY***



TUGAS AKHIR S1

OLEH

Jocelyn Anne Beatrix Kalalo

19.I2.0024

**KONSENTRASI *NUTRITION AND CULINARY TECHNOLOGY*
PROGRAM STUDI SARJANA TEKNOLOGI PANGAN
FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG**

2023

**PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK TERKAIT
KERAGAMAN PANGAN PADA POLA MAKAN
VEGETARIAN DI KOMUNITAS MISIONARIS
ADVENT**

***KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND PRACTICE RELATED
TO FOOD DIVERSITY IN VEGETARIAN DIET IN
ADVENTIST MISSIONARY COMMUNITY***

TUGAS AKHIR S1

Diajukan untuk
memenuhi persyaratan yang diperlukan untuk
memperoleh gelar Sarjana Teknologi Pangan

OLEH

Jocelyn Anne Beatrix Kalalo

19.I2.0024

**KONSENTRASI *NUTRITION AND CULINARY TECHNOLOGY*
PROGRAM STUDI SARJANA TEKNOLOGI PANGAN
FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG**

2023

RINGKASAN

Pola makan vegetarian dengan prinsip menghindari konsumsi berbagai produk hewani rentan mengalami defisiensi nutrisi apabila tidak disertai dengan perencanaan makan yang baik. Rendahnya keragaman bahan pangan yang dikonsumsi oleh vegetarian dapat menjadi pemicu defisiensi nutrisi oleh karena satu jenis bahan pangan saja tidak mampu memenuhi zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Pengetahuan memiliki pengaruh terhadap sikap dan juga praktik mengenai objek tertentu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap, dan praktik terkait keragaman pangan pada pola makan vegetarian dan mengetahui hubungan antara ketiganya. Penelitian ini berbentuk survei yang dilakukan pada komunitas misionaris Advent. Kuesioner tertutup digunakan untuk variabel pengetahuan dan sikap, *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) digunakan untuk variabel praktik yang berguna dalam memetakan bahan pangan yang dikonsumsi responden selama satu minggu. Kemudian akan dilanjutkan dengan perhitungan nilai keragaman pangan menggunakan *Dietary Diversity Score* (DDS). Data yang diperoleh akan dianalisis dengan menggunakan *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Mayoritas tingkat pengetahuan dan sikap yang dimiliki responden berada pada kategori baik dan mayoritas praktik responden dikategorikan ke dalam asupan gizi memadai. Hasil analisis korelasi dalam penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel pengetahuan mengenai keragaman pangan pada pola makan vegetarian dan sikap terhadap keragaman pangan pada pola makan vegetarian dengan nilai signifikansi 0.049. Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel pengetahuan mengenai keragaman pangan pada pola makan vegetarian dan praktik pola makan vegetarian dengan nilai signifikansi 0.043. Sedangkan antara variabel sikap dan praktik tidak memiliki hubungan yang signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan yang baik mengenai pentingnya keragaman pangan pada pola makan vegetarian merupakan dasar dari terbentuknya sikap baik responden terhadap keragaman bahan pangan yang harus dikonsumsi. Pengetahuan mengenai keragaman pangan juga memberikan pengaruh pada praktik pola makan responden. Berdasarkan frekuensi bahan

pangan yang dikonsumsi selama satu minggu, dapat disimpulkan bahwa responden di komunitas misionaris Advent memiliki tingkat keragaman pangan yang baik.



SUMMARY

A vegetarian diet with the principle of avoiding the consumption of various animal products is prone to nutritional deficiencies if it is not accompanied by good meal planning. The low diversity of food consumed by vegetarians can trigger nutritional deficiencies because one type of food is not able to fulfill the nutrients needed by the body. Knowledge has an influence on attitudes and practices regarding certain objects. The aim of this research is to determine the level of knowledge, attitudes, and practices related to food diversity in a vegetarian diet and to determine the relationship between the three. This research took the form of a survey conducted in the Adventist missionary community. Closed questionnaires are used for knowledge and attitude variables, and the Food Frequency Questionnaire (FFQ) is used for practice variables that are useful in mapping the food consumed by respondents during one week. Then it will be continued with calculating the value of food diversity using the Dietary Diversity Score (DDS). The data obtained will be analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The majority of respondents' level of knowledge and attitudes were in the good category, and the majority of respondents' practices were categorized as adequate nutritional intake. The results of the correlation analysis in this study show that there is a significant relationship between the variable knowledge regarding food diversity in a vegetarian diet and attitudes towards food diversity in a vegetarian diet, with a significance value of 0.049. There is a significant relationship between the knowledge variable regarding food diversity in a vegetarian diet and the practice of a vegetarian diet, with a significance value of 0.043. Meanwhile, the attitude and practice variables do not have a significant relationship. So it can be concluded that good knowledge regarding the importance of food diversity in a vegetarian diet is the basis for forming good attitudes among respondents towards the diversity of food that must be consumed. Knowledge about food diversity also has an influence on respondents' dietary practices. Based on the frequency of food

consumed during one week, it can be concluded that respondents in the Adventist missionary community have a good level of food diversity.

