

**HUBUNGAN PEMILIHAN MAKANAN DAN AKSES PEMBELIAN MAKANAN DENGAN  
KUALITAS DIET MAHASISWA (Studi pada Mahasiswa di Fakultas Kesehatan  
Masyarakat Universitas Diponegoro)**

**TSAMARA PUTRI YUGHARYANTI-25000119140288  
2023-SKRIPSI**

Transisi gizi membawa perubahan pola makan yang tidak tepat seperti konsumsi makanan mengandung gula, garam, dan lemak yang berlebihan sehingga meningkatkan risiko obesitas dan penyakit kronis. Kasus obesitas di Provinsi Jawa Tengah meningkat dari tahun 2019 (5,5%) hingga 2021 (6,8%). Pola makan dipengaruhi beberapa faktor seperti pengetahuan, pemilihan makanan, dan akses pembelian makanan. Pola makan seseorang dapat mempengaruhi kualitas diet. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pemilihan makanan dan akses pembelian makanan dengan kualitas diet. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif observasional dengan desain *Cross-sectional*. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling* dengan jumlah sampel 100 orang berusia 18-23 tahun. Pemilihan makanan dan akses pembelian diukur melalui kuesioner. Data kualitas diet diambil dari hasil *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* yang dikonversi ke skor kualitas diet dengan indikator yang dinilai variasi, kecukupan zat gizi, moderasi, dan keseimbangan keseluruhan. Analisis data penelitian menggunakan *Rank Spearman*. Hasil penelitian ini menunjukkan responden memiliki kualitas diet baik (56%) dan kualitas diet kurang (44%). Terdapat hubungan pemilihan makanan dengan kualitas diet ( $p < 0,05$ ). Tidak terdapat hubungan akses pembelian makanan, pengetahuan gizi, dan budaya dengan kualitas diet mahasiswa ( $p > 0,05$ ). Kesimpulan penelitian ini yaitu terdapat hubungan pemilihan makanan dengan kualitas diet, namun tidak terdapat hubungan akses pembelian makanan dengan kualitas diet mahasiswa.

Kata Kunci : Kualitas diet, pemilihan makanan, akses pembelian, mahasiswa