

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbilalamin.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi terhadap Pemilihan Makanan Mahasiswa Pendidikan Tata Boga UPI” ini. Shalawat beserta salam senantiasa tercurah pada Nabi Muhammad SAW, keluarganya, sahabat-sahabatnya, dan para umatnya hingga akhir zaman.

Akhirnya penulis berharap mudah-mudahan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya, juga bagi pihak-pihak yang berkepentingan. Amin.

Bandung, Januari 2012
Penulis



UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT, pada kesempatan ini perkenankanlah penulis menyampaikan penghargaan dan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

Dra. Elly Lasmanawati, M.Si sebagai Pembimbing I dan Dr. Ai Nurhayati, M.Si sebagai Pembimbing II dan Ketua Prodi Pendidikan Tata Boga yang telah ikhlas dan sabar memberikan saran, masukan, motivasi, dukungan dan bimbingan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Dr. Ellis Endang, M.Si dan Hj. Rita Patriasih, S.Pd, M.Si selaku dosen partisipan, Dra. Sudewi Yogha, M. Si dan Drs. Karpin selaku pembimbing akademik, Prof. Dr. Mukhidin, M.Pd selaku Dekan FPTK UPI, Dra. Tati Abas Iwan, M.Pd selaku Ketua Jurusan PKK FPTK UPI, Prof. Dr. Hj. Arifah A. Riyanto, M.Pd selaku Ketua TPS Jurusan PKK FPTK UPI, beserta seluruh Dosen dan Staf Administrasi di Jurusan PKK FPTK UPI yang telah memberikan kesempatan dan membantu penulis untuk melakukan penelitian dan menyelesaikan studi di Prodi Pendidikan Tata Boga PKK FPTK UPI.

Kedua orangtuaku, kakakku dan adik-adikku tercinta yang selalu mengiringi langkah penulis dengan untaian doa, bimbingan, kasih sayang, nasehat, dan perhatian yang tidak pernah pupus. Teman-teman Bogaju (Boga 2007) dan Mahasiswa Pendidikan Tata Boga khususnya angkatan 2007, 2008 dan 2009, Bibit dan Dede yang selalu menemani setiap perjalanan dan perkembangan skripsi ini, MIMI.co yang akan terus tumbuh dan berkembang seiring karir penulis, serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu.

Akhir kata, harapan penulis semoga Allah SWT. membalas dan melimpahkan rahmat-Nya atas semua kebaikan yang telah penulis terima dan semoga hasil jerih payah penulis menjadi nilai ibadah yang diridhoi Allah SWT., Amin.

Bandung, Januari 2012
Penulis

ABSTRAK

PENGARUH HASIL BELAJAR MATA KULIAH BERBASIS GIZI TERHADAP PEMILIHAN MAKANAN MAHASISWA PENDIDIKAN TATA BOGA UPI

Hasil belajar mata kuliah berbasis gizi diduga akan memberikan pengaruh terhadap pemilihan makanan mahasiswa Prodi Pendidikan Tata Boga UPI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya dan seberapa besar pengaruh mata kuliah berbasis gizi terhadap pemilihan makanan mahasiswa Prodi Pendidikan Tata Boga UPI. Metode penelitian menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan desain *cross sectional study*. Populasi berjumlah 100 orang, dengan sampel 50 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mata kuliah berbasis gizi memiliki pengaruh yang sangat rendah yaitu sebesar 0.9% terhadap pemilihan makanan mahasiswa. Hal tersebut diduga adanya faktor lain yang mempengaruhi seperti faktor motivasi diri, paradigma sehat, perilaku dalam keluarga, dan keuangan. Saran bagi mahasiswa Prodi Pendidikan Tata Boga khususnya setelah memperoleh pengetahuan mengenai gizi dan pemilihan makanan yang sehat seimbang dari mata kuliah berbasis gizi agar dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari untuk mengupayakan pemilihan makanan yang sehat dengan waktu makan yang teratur dan jumlah konsumsi sesuai kecukupan dan kebutuhan gizi.

Kata Kunci: Pengaruh, Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi, Pemilihan Makanan Mahasiswa.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
UCAPAN TERIMAKASIH.....	ii
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GRAFIK.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi dan Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Metode Penelitian.....	5
E. Manfaat Penelitian	6
F. Struktur Organisasi Skripsi	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Belajar dan Hasil Belajar	9
1. Belajar	9
2. Hasil Belajar	9
B. Gambaran Mata Kuliah Berbasis Gizi	10
1. Deskripsi Mata Kuliah Berbasis Gizi	10
2. Materi Pembelajaran Mata Kuliah Berbasis Gizi	11
a. Pengertian Zat Gizi.....	11
b. Jenis Zat Gizi.....	12
c. Fungsi Zat Gizi.....	12
d. Sumber Zat Gizi	13
e. Defisiensi Zat Gizi.....	17
f. Kebutuhan dan Kecukupan Gizi.....	19
g. Penyusunan Menu Seimbang.....	20
C. Gambaran Pemilihan Makanan	22
1. Makanan Lengkap (<i>Meal</i>).....	26
2. Makanan Selingan (<i>Snack</i>)	38
3. Minuman (<i>Beverage</i>).....	41
D. Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi dan Pemilihan Makanan	43
1. Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi	43
a. Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi Ditinjau Dari Kemampuan Kognitif	43
b. Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi Ditinjau Dari Kemampuan Afektif	44
c. Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi Ditinjau Dari Kemampuan Psikomotor	45
2. Pemilihan Makanan	46

BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	49
	A. Lokasi dan Sampel	49
	B. Desain Penelitian	50
	C. Metode Penelitian	51
	D. Definisi Oprasional.....	51
	E. Instrumen Pemilihan.....	53
	F. Proses Pengembangan Instrumen.....	55
	G. Teknik Pengumpulan Data	56
	H. Analisis Data	57
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	63
	A. Pemaparan Data	63
	1. Hasil Belajar Kognitif.....	63
	2. Hasil Belajar Afektif.....	64
	3. Hasil Belajar Psikomotor.....	65
	4. Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi.....	65
	5. Pemilihan Makanan	66
	6. Pengaruh Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi terhadap Pemilihan Makanan	67
	B. Pembahasan Data	70
	1. Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi.....	70
	2. Pemilihan Makanan	71
	3. Pengaruh Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi terhadap Pemilihan Makanan	72
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
	A. Kesimpulan	75
	B. Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel		
2.1	Macam-Macam Vitamin dan Sumber Vitamin.....	15
2.2	Mineral dan Sumbernya dalam BahanMakanan.....	16
2.3	Anjuran Makan Rata-Rata Satu Hari untuk Remaja dan Dewasa Awal Usia 19-22 Tahun	22
2.4	Hidangan Sumber Makanan Pokok	27
2.5	Lauk Hewani.....	29
2.6	Lauk Nabati	33
2.7	Hidangan Sayur	35
2.8	Hidangan Buah	37
2.9	Aneka Snack	38
2.10	Aneka Minuman	41
3.1	Kriteria Tingkat Reliabilitas	56
3.2	Interval Kelas dan Hasil Belajar	60
3.3	Interval Kelas dan Pemilihan Makanan	61
3.4	Interval Nilai KD	62
4.1	Nilai Hasil Belajar Kognitif Mata Kuliah Berbasis Gizi.....	63
4.2	Nilai Hasil Belajar Afektif Mata Kuliah Berbasis Gizi.....	64
4.3	Nilai Hasil Belajar Psikomotor Mata Kuliah Berbasis Gizi	65
4.4	Nilai Persentase Pemilihan Makanan	67

DAFTAR GRAFIK

Grafik	
4.1 Analisis Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi.....	66
4.2 Persentase Pengaruh Hasil Belajar Mata Kuliah Berbasis Gizi terhadap Pemilihan Makanan Mahasiswa Pendidikan Tata Boga.....	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	
I. Kisi-kisi Instrumen	81
II. Kunci Jawaban Instrumen dan Instrumen.....	85
III. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen.....	92
IV. Data Perolehan Nilai.....	95
V. Uji Normalitas Variabel X dan Y	101
VI. Uji Korelasi Variabel X dan Y	103
VII. Uji Koefisien Determinasi (KD) Variabel X dan Y	104
VIII. Surat-surat.....	105
IX. Riwayat Hidup.....	107

