

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan tentang hasil belajar mata kuliah berbasis gizi terhadap pemilihan makanan Mahasiswa Prodi Pendidikan Tata Boga UPI yang telah dikemukakan sebelumnya, maka diperoleh kesimpulan:

1. Hasil belajar mata kuliah berbasis gizi Prodi Mahasiswa Pendidikan Tata Boga UPI ditunjukkan dari hasil penelitian meliputi kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor diperoleh lebih dari setengah responden berada pada kriteria sangat baik dan kurang dari setengah responden berada pada kriteria baik. Kriteria ini menunjukkan bahwa mata kuliah berbasis gizi dapat dikuasai dengan baik oleh responden. Materi mata kuliah berbasis gizi yang dikuasai meliputi fungsi dan sumber zat makanan, kebutuhan dan kecukupan gizi bagi tubuh serta penyusunan menu seimbang.
2. Pemilihan makanan mahasiswa Prodi Pendidikan Tata Boga UPI ditunjukkan dari hasil penelitian *food choice* 2x24 jam diperoleh hampir setengahnya responden berada pada kriteria cukup, kemudian kurang dari setengah responden berada pada kriteria kurang dan sisanya kurang dari setengah responden berada pada kriteria sangat kurang. Kriteria ini menunjukkan bahwa pemilihan makanan yang dilakukan responden adalah kurang baik, disebabkan oleh banyaknya responden yang mengurangi frekuensi makan, dan memilih makanan dengan pola menu tidak seimbang serta kebiasaan

mengonsumsi cemilan yang rendah gizi (kurang kalori, protein, vitamin dan mineral) seperti makanan ringan, kerupuk, dan chips.

3. Pengaruh hasil belajar mata kuliah berbasis gizi terhadap pemilihan makanan mahasiswa Prodi Pendidikan Tata boga UPI ditunjukkan dari hasil penelitian bahwa hasil belajar mata kuliah berbasis gizi memiliki pengaruh yang sangat kecil terhadap pemilihan makanan mahasiswa Prodi Pendidikan Tata Boga UPI berdasarkan hasil analisa koefisien determinasi (KD) diperoleh nilai koefisien determinasi ( $R_{\text{Square}}$ ) sebesar 0,009. Hal ini menunjukkan pengertian bahwa pemilihan makanan (Y) dipengaruhi sebesar 0,9% oleh hasil belajar mata kuliah berbasis gizi (X), sedangkan sisanya 99,1% disebabkan oleh faktor lain seperti karakter individu dan lingkungan yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, dengan segala kerendahan hati ada beberapa saran yang ingin penulis kemukakan sebagai bahan masukan yang mudah-mudahan dapat bermanfaat, diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Tata Boga

Disarankan kepada mahasiswa Prodi Pendidikan Tata Boga UPI khususnya setelah memperoleh pengetahuan mengenai gizi dan pemilihan makanan yang sehat dan 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.

## 2. Bagi Dosen pengampu mata kuliah berbasis gizi

Sekalipun hasil penelitian tentang hasil belajar mata kuliah berbasis gizi menunjukkan hasil yang baik, namun penulis menyarankan kepada Dosen mata kuliah berbasis gizi agar dapat mendorong mahasiswanya untuk lebih mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dari mata kuliah berbasis gizi dalam kehidupan sehari-hari melalui pemilihan makanan yang sehat seimbang, karena bila melihat hasil pengolahan data pemilihan makanan sehari-hari mahasiswa menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memilih makanan yang kurang baik (kurang mengacu kepada pola menu sehat seimbang)

## 3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti terbatas pada pengaruh hasil belajar mata kuliah berbasis gizi terhadap pemilihan makanan mahasiswa pendidikan tata boga UPI. Pengaruh hasil belajar mata kuliah berbasis gizi terhadap pemilihan makanan mahasiswa sebesar 0,9% sedangkan 99,1% dipengaruhi oleh faktor di luar hasil belajar mata kuliah berbasis gizi. Oleh sebab itu dapat dilakukan penelitian tentang faktor lain yang mempengaruhi pemilihan makanan mahasiswa di luar proses pembelajaran dari mata kuliah berbasis gizi yang belum diteliti dalam penelitian ini.