

## ABSTRAK

### ANALISIS PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU MAKAN SEBAGAI HASIL BELAJAR ILMU GIZI OLAHRAGA PADA MAHASISWA ILMU KEOLAHRAGAAN

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tujuan lulusan dari Program Studi Ilmu Keolahragaan yaitu menghasilkan ilmuwan dan tenaga profesional bidang olahraga yang handal. Mata kuliah Ilmu Gizi Olahraga merupakan salahsatu penunjang tercapainya tujuan Program Studi tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan perilaku makan yang dimiliki mahasiswa sebagai hasil belajar mata kuliah Ilmu Gizi Olahraga. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dan statistik inferensial. Populasi penelitian yaitu mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan angkatan 2012 sebanyak 72 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* sehingga total sampel sebanyak 42 orang. Instrumen yang digunakan adalah Tes Pengetahuan Gizi, *Food Recall 2x24 jam* dan *Food Frequency*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi antarpemgetahuan gizi dengan perilaku makan yang dimiliki mahasiswa adalah negatif dan signifikan,  $r (-0,145) = ,358$ . Saran bagi dosen mata kuliah Ilmu Gizi Olahraga adalah dapat menguatkan kembali materi perkuliahan Ilmu Gizi Olahraga sehingga mahasiswa dapat lebih memahami materi dalam mata kuliah Ilmu Gizi Olahraga dan diterapkan dalam perilaku makan yang baik.

**Kata kunci :** Ilmu Gizi Olahraga, Pengetahuan Gizi, Perilaku Makan, Mahasiswa IKOR.

## ABSTRACT

*This research is motivated by the goal of the graduate of Sport Science Program that produces scientists and professionals in sports that are reliable . Sports Nutrition course is one of supporting the achievement of the objectives of the study program . The purpose of this study to determine the relationship between nutrition knowledge and eating behavior as a result of student -owned learning courses Sports Nutrition . The method used is descriptive and inferential statistics . The study population is students of Sport Science class of 2012 as many as 72 people . Sampling technique using simple random sampling so that the total sample size of 42 people . The instrument used was Knowledge Test Nutrition , Food Recall and Food Frequency 2x24 hours . The results showed a correlation between nutrition knowledge possessed by students eating behavior is negative and significant ,  $r ( -0.145 ) = , 358$  . Advice for lecturer in Sports Nutrition are able to reinforce the lecture material Sports Nutrition so that students can better understand the course material in Sports Nutrition and applied in good eating behavior .*

**Keywords:** *Sports Nutrition , Nutrition Knowledge , Eating Behavior , Student IKOR .*

Vina Fauziah, 2014

*Analisi pengetahuan gizi dan prilaku makan sebagai hasil belajar ilmu gizi olahraga pada mahasiswa ilmu keolahragaan*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu