

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan dan Pembatasan Masalah	4
1. Perumusan Masalah	4
2. Pembatasan Masalah	4
C. Definisi Operasional	5
D. Tujuan Penelitian	8
E. Asumsi	8
F. Pertanyaan Penelitian	10
G. Populasi dan Lokasi Penelitian	11
BAB II KEMAMPUAN ANALISIS MENU SEHAT SEIMBANG BAGI WANITA DEWASA OLEH MAHASISWA	12
A. Tinjauan Kemampuan	12
1. Pengertian Kemampuan	12
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan	13
B. Kemampuan pengetahuan Menu Sehat Seimbang bagi Wanita Dewasa .	13
1. Pengertian menu sehat seimbang	13
2. Pedoman Umum Gizi Seimbang	14
3. Faktor-faktor yang memperngaruhi penyusunan Menu sehat Seimbang	15
4. Kebutuhan Zat Gizi bagi wanita dewasa	17
5. menghitung Kecukupan Gigi bagi Wanita Dewasa	25
6. Daftar Komposisi Bahan Makanan dan Daftar Bahan Makanan Penukar	27
a. Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM)	27
b. Daftar Bahan Makanan Penukar (DBMP).....	29
C. Kemampuan dalam Mengetahui Anjuran Makan Sehari bagi Wanita Dewasa.....	30
D. Kemampuan Analisis Menu Sehat Seimbang Bagi Wanita Dewasa Dilihat dari Komposisi bahan, warna, rasa, tekstur dan teknik pengolahan	32
1. Bahan	32
2. Warna	32
3. Rasa	33
4. Konsistensi	33
5. Teknik pengolahan	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Metode Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel Penelitian	38
1. Populasi	38
2. Sampel.....	38

C. Teknik Pengumpulan Data	39
D. Teknik pengolahan Data Penelitian	39
1. Persiapan dan pengumpulan data penelitian	39
2. Pengolahan data penelitian	40
3. Analisis Data	40
4. Penafsiran data	41
E. Prosedur Penelitian	42
1. Tahap Persiapan	42
2. Tahap Pelaksanaan	43
3 Tahap Pembuatan Laporan	43
BAB IV PENGOLAHAN DATA DAN	
PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN	44
A. Pengolahan Data Hasil Penelitian	44
B Pembahasan Hasil Penelitian	73
BAB V KESIMPULAN DAN IMPLIKASI	79
A. Kesimpulan Hasil Penelitian	79
B. Implikasi Hasil Penelitian	81
C. Rekomendasi Hasil Penelitian	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN –LAMPIRAN	86

