

## DAFTAR ISI

|   | <b>Halaman</b> |
|---|----------------|
| <b>ABSTRAK</b> .....  | i              |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....   | ii             |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....   | iv             |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....   | vi             |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....  | viii           |
| <br>  |                |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>  |                |
| A. Latar Belakang Masalah .....   | 1              |
| B. Rumusan Masalah dan Definisi Operasional .....   | 6              |
| C. Tujuan Penelitian .....  | 8              |
| D. Manfaat Penelitian .....   | 8              |
| E. Asumsi .....   | 9              |
| F. Pertanyaan Penelitian .....  | 11             |
| G. Metode Penelitian .....  | 12             |
| H. Lokasi dan Sampel Peneliti .....   | 12             |
| <br>  |                |
| <b>BAB II HASIL BELAJAR PENGETAHUAN GIZI PADA PEMILIHAN MAKANAN SEHAT DI SEKOLAH OLEH SISWA SMP</b> |                |
| A. Belajar dan Hasil Belajar .....  | 13             |
| B. Gambaran Umum Mata Pelajaran Muatan Lokal .....  | 19             |
| C. Pendidikan Gizi di SMP .....   | 21             |
| D. Pengetahuan Gizi .....   | 23             |
| E. Pemilihan Makanan Sehat di Sekolah .....   | 38             |
| <br>  |                |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>  |                |
| A. Metode Penelitian .....  | 48             |
| B. Populasi dan Sampel Penelitian .....   | 49             |
| C. Teknik Pengumpulan Data .....  | 50             |
| D. Teknik Pengolahan Data Penelitian .....  | 51             |
| E. Prosedur Penelitian .....  | 54             |
| <br>  |                |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN</b>                                      |                |
| A. Analisis Data Penelitian .....   | 56             |
| B. Pembahasan Hasil Penelitian .....  | 92             |
| <br>  |                |
| <b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI</b>  |                |
| A. Kesimpulan .....   | 96             |
| B. Implikasi .....  | 97             |
| C. Rekomendasi .....  | 98             |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b> ..... | 100 |
| <b>LAMPIRAN</b> .....       | 102 |



## DAFTAR TABEL

| <b>Tabel</b> |   | <b>Halaman</b> |
|--------------|---|----------------|
| 2.1          | Angka Kecukupan Gizi Rata-rata yang Dianjurkan untuk Remaja.....  | 36             |
| 2.2          | Anjuran Makan Satu Hari untuk Remaja.....   | 37             |
| 4.1          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pengetahuan pengertian makanan bergizi .....              | 56             |
| 4.2          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan penerapan pemilihan makanan sehat..                       | 57             |
| 4.3          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan bahan makanan sumber vitamin .....              | 59             |
| 4.4          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan bahan makanan sumber karbohidrat .....          | 59             |
| 4.5          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan fungsi protein untuk pertumbuhan .....                    | 60             |
| 4.6          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan makanan sumber lemak.....                       | 61             |
| 4.7          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan makanan sehat sumber zat gizi.....              | 63             |
| 4.8          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan akibat kekurangan protein bagi tubuh                      | 64             |
| 4.9          | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan akibat kekurangan lemak bagi tubuh .                      | 65             |
| 4.10         | Persentase hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan akibat kekurangan vitamin bagi tubuh .....                        | 66             |
| 4.11         | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pentingnya melakukan kebiasaan memilih makanan sehat..... | 67             |

|      |   |     |
|------|---|-----|
| 4.12 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan menambah wawasan pengetahuan gizi.....                                | 68  |
| 4.13 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan makanan sumber energi ....                                  | 79  |
| 4.14 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan kebiasaan memilih makanan sehat sumber protein nabati.....            | 79  |
| 4.15 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan kebiasaan memilih makanan sehat sumber protein hewani.....            | 71  |
| 4.16 | Persentase manfaat hasil Belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan kebiasaan konsumsi makanan sumber paduan karbohidrat dan protein..... | 72  |
| 4.17 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan jajanan berupa makanan kemasan yang baik.....               | 6/0 |
| 4.18 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan ketelitian dalam memilih jeruk yang baik.....                         | 73  |
| 4-19 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan makanan jajanan risoles yang baik.....                      | 76  |
| 4.20 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan makanan sehat dalam bentuk makanan jajanan di sekolah.....  | 77  |
| 4.21 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan baso yang sehat .....                                       | 79  |
| 4.22 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan pemilihan bubur ayam yang sehat.....                                  | 79  |
| 4.23 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan keterampilan pemilihan pisang yang baik.....                          | 80  |

|      |   |    |
|------|---|----|
| 4.24 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan keterampilan pemilihan pepaya yang baik.....  | 82 |
| 4.25 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan keterampilan pemilihan makanan jajanan kemasan yang sehat .....                                     | 82 |
| 4.26 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan keterampilan pemilihan makanan jajanan di kantin sekolah yang sehat.....                            | 83 |
| 4.27 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan keterampilan pemilihan susu yang baik.....  | 84 |
| 4.28 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan keterampilan pemilihan makanan pada waktu makan siang di sekolah.....                               | 85 |
| 4.29 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan keterampilan pemilihan tahu yang menggunakan bahan tambahan makanan.....                            | 86 |
| 4.30 | Persentase manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat berkaitan dengan keterampilan menyiapkan makanan bekal sekolah yang baik pada saat orang tua tidak ada di rumah..... | 87 |
| 4.31 | Rata-rata persentase dan kriteria manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh Siswa SMP berupa kemampuan kognitif.....                                      | 89 |
| 4.32 | Rata-rata persentase dan kriteria manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh Siswa SMP berupa kemampuan afektif.....                                       | 90 |
| 4.33 | Rata-rata persentase dan kriteria manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh Siswa SMP berupa kemampuan psikomotor .....                                   | 91 |
| 4.34 | Rata-rata persentase dan kriteria manfaat hasil belajar Pengetahuan Gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh Siswa SMP berupa kemampuan kognitif, afektif. Dan Psikomotorik.....           | 92 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|   | <b>Halaman</b> |
|---|----------------|
| 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian ..... | 117            |
| 2. Instrumen Penelitian .....           | 118            |
| 3. Surat-surat.....                     | 119            |
| 4. Daftar Riwayat Hidup.....            | 120            |

