

**KORELASI ANTARA PENGETAHUAN GIZI DAN POLA
MAKAN SEHARI-HARI DENGAN STATUS GIZI
MAHASISWA PENDIDIKAN BIOLOGI ANKATAN
2012 FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UIN WALISONGO SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas dan Melengkapi Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
dalam Ilmu Pendidikan Biologi



Oleh:
NAILA SYU'BATUL ULYA
NIM: 123811070

**FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2016**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Naila Syu'batul Ulya
NIM : 123811070
Jurusan : Pendidikan Biologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**Korelasi Antara Pengetahuan Gizi dan Pola Makan Sehari-hari
dengan Status Gizi Mahasiswa Pendidikan Biologi Angkatan 2012
Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/ karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 07 Juni 2016

Pembuat Pernyataan,



Naila Syu'batul Ulya

NIM: 123811070



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
Jl. Prof. Dr. Hamka (Kampus II) Ngaliyan Semarang
Telp. 024-7601295 Fax 7615387

PENGESAHAN

Naskah skripsi dengan:

Judul : **KORELASI ANTARA PENGETAHUAN GIZI DAN
POLA MAKAN SEHARI-HARI DENGAN STATUS
GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN BIOLOGI
ANGKATAN 2012 FAKULTAS SAINS DAN
TEKNOLOGI UIN WALISONGO SEMARANG**

Nama : Naila Syu'batul Ulya
NIM : 123811070
Jurusan : Pendidikan Biologi
Program Studi : S1

telah diujikan dalam sidang munaqasyah oleh Dewan Penguji Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Pendidikan Biologi.

Semarang, 16 Juni 2016

DEWAN PENGUJI

Ketua,

Dr. H. Ruswan, M.A

NIP: 19680424 199303 1 004

Penguji I

Sekretaris,

Dr. Hamdan Hadi Kusuma, M.Sc

NIP: 19770320 200912 1 002

Penguji II

Drs. Achmad Sudja'i, M.Ag

NIP: 19511005 197612 1 001

Pembimbing I

Dr. Lianah, M.Pd

NIP: 19590313 198103 2 007

Pembimbing II

Dr. H. Abdul Rohman, M.Ag.

NIP: 19691105 199403 1 003

Nur Hayati, M. Si

NIP: 19771125 200912 2 001



NOTA DINAS

Semarang, 07 Juni 2016

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Sains dan Teknologi
UIN Walisongo
Di Semarang

Assalamu 'alaikum wr.wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan :

Judul : **Korelasi Antara Pengetahuan Gizi Dan Pola Makan Sehari-hari dengan Status Gizi Mahasiswa Pendidikan Biologi Angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang**
Nama : Naila Syu'batul Ulya
NIM : 123811070
Jurusan : Pendidikan Biologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo untuk diajukan dalam Sidang Munaqosyah.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Pembimbing I,



Dr. H. Abdul Rohman, M.Ag
NIP: 19691105 199403 1 003

NOTA DINAS

Semarang, 07 Juni 2016

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Sains dan Teknologi
UIN Walisongo
Di Semarang

Assalamu 'alaikum wr.wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan :

Judul : **Korelasi Antara Pengetahuan Gizi dan Pola Makan Sehari-hari dengan Status Gizi Mahasiswa Pendidikan Biologi Angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang**
Nama : Naila Syu'batul Ulya
NIM : 123811070
Jurusan : Pendidikan Biologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo untuk diajukan dalam Sidang Munaqosyah.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Pembimbing II,



Nur Arayati, M.Si

NIP. 19771125 200912 2 001

ABSTRAK

Judul : Korelasi Antara Pengetahuan Gizi dan Pola Makan Sehari-hari dengan Status Gizi Mahasiswa Pendidikan Biologi Angkatan 2012 Fakultas Sains Dan Teknologi UIN Walisongo Semarang

Penulis : Naila Syu'batul Ulya

NIM : 123811070

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara pengetahuan gizi dan pola makan sehari-hari dengan status gizi mahasiswa Pendidikan Biologi angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang. Data primer dalam penelitian ini yaitu jawaban soal tentang pengetahuan gizi dan angket mengenai pola makan serta IMT (Indeks Masa Tubuh) yang di peroleh dari pengukuran berat badan dan tinggi badan. Data sekunder dalam penelitian ini yaitu catatan harian makanan (*food diary*). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode soal, angket, pengukuran berat dan tinggi badan sertadokumentasi. Data penelitian yang telah terkumpul selanjutnya dianalisis dengan menggunakan teknik deskriptif kuantitatif. Regresi Linier Sederhana dan Ganda digunakan untuk menganalisis uji hipotesis.

Hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi (X_1) dengan status gizi mahasiswa (Y). Hal ini dapat dibuktikan bahwa $t_{hitung} < t_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% = 1,674 dengan nilai $t_{hitung} = -2,168$. Sehingga hasilnya tidak signifikan yang berarti hipotesis yang diajukan ditolak. Terdapat hubungan antara pola makan sehari-hari (X_2) dengan status gizi mahasiswa (Y). Hal ini dapat dibuktikan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% = 1,674 dengan nilai $t_{hitung} = 2,452$. Sehingga hasilnya signifikan yang berarti hipotesis yang diajukan diterima. Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi (X_1) dan pola makan sehari-hari (X_2) dengan status gizi mahasiswa (Y). Hal ini dapat dibuktikan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% = 1,674 dengan nilai $t_{hitung} = 2,843$. Sehingga hasilnya signifikan yang berarti hipotesis yang diajukan diterima.

Kata Kunci : korelasi, pengetahuan gizi, pola makan, status gizi

KATAPENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah menganugerahkan banyak nikmat, hidayah dan kesehatan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul penelitian ”*Korelai antara Pengetahuan Gizi dan Pola Makan Sehari-hari Dengan Status Gizi Mahasiswa Pendidikan Biologi Angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang*”.

Shalawat serta salam senantiasa turunkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia ke cahaya ilahi yang penuh berkah dan barokah.

Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bimbingan, motivasi dan saran dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

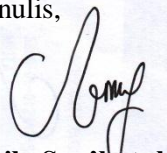
1. Dekan Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang
Dr. H. Ruswan, MA
2. Ketua jurusan Pendidikan Biologi Dian Ayuning Tyas, M.Biotech.
3. Sekretaris jurusan Pendidikan Biologi Dian Triastari Armanda,
M.Si.
4. Dosen Pembimbing I Dr. H. Abdul Rohman, M.Ag. yang telah banyak memberikan arahan dan dukungan kepada penulis.
5. Dosen Pembimbing II Nur Hayati, M.Si. yang telah banyak memberikan arahan dan dukungan kepada penulis.

6. Para dosen di lingkungan Fakultas Sains dan Teknologi yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu pengetahuan selama menempuh studi di Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang.
7. Kedua orang tua penulis (Bapak Muhammad Sukri dan Ibu Muntasiroh), dan adik (Nadia Faiqotul Muna), terima kasih atas kasih sayang, cinta, nasihat, motivasi, dan pengorbanan dalam mendidik penulis dengan penuh keikhlasan.
8. Kakak tercinta (Muhammad Mundzir) yang bersedia menemani dan memotivasi penulis selama proses pembuatan skripsi.
9. Teman-teman seperjuangan Pendidikan Biologi angkatan tahun 2012
10. Teman-teman KKN posko 50 yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan kekliruan, kritik dan saran sangat penulis harapkan untuk perbaikan di masa yang akan datang. Semoga skripsi dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun pembaca pada umumnya. Aamiin.

Semarang, 07 Juni 2016

Penulis,



Naila Syu'hatul Ulya
NIM: 123811070

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS	iv
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan masalah	6
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kerangka Teoritik.....	9
1. Pengetahuan Gizi.....	9
2. Pola Makan Sehari-hari.....	29
3. Status Gizi	41
B. Kerangka Berfikir	45
C. Kajian Pustaka	46
D. Rumusan Hipotesis	50

BAB III	METODE PENELITIAN	
	A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	52
	B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	52
	C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	53
	D. Variabel dan Indikator Penelitian	55
	E. Teknik Pengumpulan Data	57
	F. Teknik Analisis Data.....	59
BAB IV	PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN	
	A. Deskripsi Data	76
	B. Analisis Data	86
	1. Analisis Uji Coba Instrumen	86
	2. Analisis Uji Prasyarat	91
	3. Analisis Uji Hipotesis	93
	C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	108
	D. Keterbatasan Penelitian.....	114
BAB V	PENUTUP	
	A. Kesimpulan.....	116
	B. Saran-saran.....	117
	DAFTAR PUSTAKA	
	LAMPIRAN	
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I.	Daftar Nama Responden Uji Coba
Lampiran II.	Kisi-kisi Soal dan Angket Uji Coba Instrumen Penelitian
Lampiran III.	Soal dan Angket Uji coba
Lampiran IV.	Kunci Jawaban Soal Uji coba
Lampiran V.	Daftar Skor Nilai Soal Pengetahuan Gizi
Lampiran VI.	Tabel Penolong Untuk Rata-rata Aktual dan Simpangan Baku Aktual Pengetahuan Gizi
Lampiran VII.	Daftar Skor Nilai Angket Pola Makan Sehari-hari
Lampiran VIII.	Tabel Penolong Untuk Rata-rata Aktual dan Simpangan Baku Aktual Pola Makan Sehari-hari
Lampiran IX.	Data Berat Badan, Tinggi Badan dan IMT Responden
Lampiran X.	Perhitungan Validitas Soal Pengetahuan Gizi
Lampiran XI.	Perhitungan Reliabilitas Soal Pengetahuan Gizi
Lampiran XII.	Perhitungan Tingkat Kesukaran Soal Pengetahuan Gizi
Lampiran XIII.	Perhitungan Daya Beda Soal Pengetahuan Gizi
Lampiran XIV.	Analisis Instrumen Soal dan Angket Uji Coba

Lampiran XV.	Hasil Akhir Analisis Soal dan Angket Uji Coba
Lampiran XVI.	Daftar Nama Responden Penelitian
Lampiran XVII.	Kisi-kisi Soal dan Angket Penelitian
Lampiran XVIII.	Soal dan Angket Penelitian
Lampiran XIX.	Kunci Jawaban Soal Penelitian
Lampiran XX.	Uji Normalitas Data Penelitian
Lampiran XXI.	Uji Linieritas Data Penelitian
Lampiran XXII.	Tabel Penolong untuk Menghitung Persamaan Regresi
Lampiran XXIII.	Hasil Analisis Korelasi dan Regresi Sederhana antara X_1 dan Y
Lampiran XXIV.	Hasil Analisis Korelasi dan Regresi Sederhana antara X_2 dan Y
Lampiran XXV.	Hasil Analisis Korelasi dan Regresi Ganda antara X_1 , X_2 dan Y
Lampiran XXVI.	Data <i>Food Diary</i> Responden
Lampiran XXVII.	Uji Validasi Lab Matematika
Lampiran XXVIII.	Surat Penunjukan Pembimbing
Lampiran XXIX.	Surat Izin Riset
Lampiran XXX.	Dokumentasi

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.	Sumber Utama, Fungsi dalam Tubuh dan Dampak Kekurangan Vitamin Larut Lemak dan Vitamin Larut Air
Tabel 2.2.	Kategori Status Gizi Orang Dewasa Berdasarkan IMT
Tabel 3.1.	Kategori Status Gizi Orang Dewasa Berdasarkan IMT
Tabel 3.2.	Kriteria Indeks Kesukaran
Tabel 3.3.	Kriteria Daya Beda
Tabel 4.1.	Data Hasil Tes Pengetahuan Gizi Mahasiswa
Tabel 4.2.	Distribusi Frekuensi Skor Variabel Pengetahuan Gizi
Tabel 4.3.	Kualitas Variabel Pengetahuan Gizi
Tabel 4.4.	Data Hasil Angket Pola Makan Sehari-hari Mahasiswa
Tabel 4.5.	Distribusi Frekuensi Skor Variabel Pola Makan Sehari-hari
Tabel 4.6.	Kualitas Variabel Pola Makan Sehari-hari
Tabel 4.7.	Data Indeks Masa Tubuh Mahasiswa
Tabel 4.8.	Distribusi Frekuensi dan Status Gizi Mahasiswa
Tabel 4.9.	Validitas Butir Soal Pengetahuan Gizi
Tabel 4.10.	Validitas Butir Soal Angket Pola Makan
Tabel 4.11.	Tingkat Kesukaran Butir Soal Pengetahuan Gizi
Tabel 4.12.	Daya Beda Butir Soal Pengetahuan Gizi