

**HUBUNGAN ANTARA POLA MENU MAKANAN DENGAN STATUS GIZI
BALITA DI DESA KEDUNGOPOH KECAMATAN NGLIPAR KABUPATEN
GUNUNG KIDUL PROPINSI DIY SEBAGAI ALTERNATIF SUMBER
BELAJAR IPA-BIOLOGI DI SMP/ MTs**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Prodi Pendidikan Biologi
Jurusan Tadris MIPA Fakultas Tarbiyah
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu dalam Ilmu Pendidikan Biologi**

Oleh:

Hastin Nuzul Fitriana

99454409

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI
JURUSAN TADRIS MIPA FAKULTAS TARBIYAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2005



DEPARTEMEN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS TARBIYAH

Jln. Laksda Adisucipto, Telp. : (0274) 513056, Fax. (0274) 519734 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN

Nomor: **IN/ I/ DT/ PP. 01.1/ 582/ 2005**

Skripsi dengan judul : **HUBUNGAN ANTARA POLA MENU MAKANAN DENGAN STATUS GIZI BALITA DI DESA KEDUNGPOH KECAMATAN NGLIPAR KABUPATEN GUNUNG KIDUL PROPINSI DIY SEBAGAI ALTERNATIF SUMBER BELAJAR IPA – BIOLOGI DI SMP/MTs.**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

HASTIN NUZUL FITRIANA
NIM: 99454409

Telah dimunaqosyahkan pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 13 April 2005

Dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga

SIDANG DEWAN MUNAQOSYAH

Ketua Sidang

Drs. Murtono, M.Si
NIP: 150 299 966

Sekretaris Sidang

Drs. H. Sedyo Santoso, S.S. M.Pd
NIP: 150 249 226

Pembimbing Skripsi

Dra. Siti Mariyam, M.Kes
NIP: 130 683 944

Penguji I

Dra. Maizer Said Nahdi, M.Si
NIP: 150 219 153

Penguji II

Arifah Khusnuryani, M.Si
NIP: 150 314 490

Yogyakarta, Juni 2005

UIN SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS TARBIYAH
DEKAN



Drs. H. Rahmat, M.Pd
NIP: 150 037 930

Dra. Siti Mariyam, M.Kes.
Dosen Fakultas Tarbiyah
Universitas Islam Negeri
Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi Sdr. Hastin Nuzul Fitriana

Kepada Yth.
Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr.wb

Setelah membaca, meneliti dan memberikan bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara :

Nama : Hastin Nuzul Fitriana
NIM : 99454409
Judul : Hubungan Antara Pola Menu Makanan Dengan Status Gizi Balita Di Desa Kedungpoh Kecamatan Nglipar Kabupaten Gunung Kidul Yogyakarta sebagai Alternatif Sumber Belajar IPA-Biologi di SMP/MTs

Sudah dapat diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar kesarjanaan Strata Satu Ilmu Pendidikan Biologi. Dengan ini kami mengajukan skripsi ini kepada Fakultas Tarbiyah dengan harapan agar segera dimunaqoshahkan.

Demikian harap maklum, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.
Wassalamu'alaikum wr.wb.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Yogyakarta, 02 April 2005
Pembimbing Skripsi



Dra. Siti Mariyam, M.Kes.

Arifah Khusnuryani, M.Si.
Dosen Fakultas Tarbiyah
Universitas Islam Negeri
Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi Saudari
Hastin Nuzul Fitriana
Lamp : -

Kepada Yth:
Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di-
Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca dan mengadakan perbaikan serta memberikan pertimbangan seperlunya maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Hastin Nuzul Fitriana
NIM : 99454409
Program Studi: Pendidikan Biologi
Jurusan : Tadris MIPA
Judul Skripsi : Hubungan Antara Pola Menu Makanan dengan Status Gizi Balita Di Desa Kedungpoh Kecamatan Nglipar Kabupaten Gunung Kidul Propinsi DIY sebagai Alternatif Sumber Belajar IPA-Biologi Di SMP/MTs

Telah memenuhi persyaratan untuk disahkan, guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Program Studi Pendidikan Biologi Jurusan Tadris MIPA, pada Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Maka besar harapan kami agar skripsi tersebut segera di sahkan.

Demikian nota dinas ini kami sampaikan, atas perhatian Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 31 Mei 2005

Hormat Kami

Dosen Pembimbing



Arifah Khusnuryani, M.Si

HALAMAN PERSEMBAHAN

**Segala puji syukur kepada Allah SWT,
Dengan tulus ikhlas
kupersembahkan skripsi ini untuk Almamaterku tercinta :**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI
TADRIS MIPA
FAKULTAS TARBIYAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
Sunan Kalijaga Yogyakarta**

MOTTO

Jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu (Al Baqarah : 45);
Karena sesudah kesulitan itu ada kemudahan (Alam Nashrah : 5)¹

Tidaklah makanan yang enak itu tergantung dari murah atau mahal nya.
Tetapi makanan yang enak adalah ketika dimakan memberikan rasa
bahagia bagi yang memakannya.²



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹ Zaini, Dahlan dan Azharudin Sahil, *Qur'an Karim dan Terjemahan Artinya*, Yogyakarta :
UII-Press, 1999.

² Wakanae, Sora , *Nishimuku Samurai*, Jakarta :Gramedia,2003

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين. الرحمن الرحيم. مالك يوم الدين. اياك
نعبد و اياك نستعين. اهدنا الصراط المستقيم. صراط الذين انعمت
عليهم غير المغضوب عليهم و لا الضالين.

Segala puji syukur atas segala limpahan Rahmat dan Barokah Allah SWT. yang telah memberikan segala kemudahan sehingga skripsi yang berjudul Hubungan Antara Pola Menu Makanan dengan Status Gizi Balita di Desa Kedungpoh Kecamatan Nglipar Kabupaten Gunung Kidul Propinsi DIY sebagai Alternatif Sumber Belajar Biologi di SMP/MTs dapat terselesaikan.

Penulis banyak mendapatkan petunjuk, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak, sehingga membantu kelancaran penulisan skripsi ini. Oleh karena itu ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada :

1. Drs.H.Rahmat, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Dra.Hj.Maizer Said Nahdi, M.Si., selaku Ketua Jurusan Tadris Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Dr.Siti Mariyam, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing skripsi, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Drs.H.Abdul Shomad,MA, selaku Pembimbing Akademik yang memberikan nasehat dan bimbingan selama penulis menjadi mahasiswa Tadris.
5. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Tadris Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan bimbingan dan bekal ilmu pengetahuan.

6. Bapak Pardi dan Ibu Siti Fathonah. Rasa hormat dan bakti tulus penulis persembahkan atas semua pengorbanan, kasih sayang dan doa yang tulus untuk keberhasilan penulis. Semoga Allah SWT senantiasa menyayangi mereka.
7. Mbak Lela, dik Ndari dan mas Nophi, terimakasih atas doa dan dukungannya.
8. Erna, Ipeh, Leli, Farozi, Nina, Emik, Hetti dan Moena terima kasih atas persahabatan, perhatian dorongan serta kehadiran yang selalu memberiku keceriaan.
9. Teman-teman IPA-Biologi '99, kost Mitri 69 dan semua pihak yang telah memberikan segala bantuan dan dukungannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga saran dan kritik sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, 08 Maret 2005

Penulis



Hastin Nuzul Fitriana

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
NOTA DINAS KONSULTAN.....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah.....	7
C. Rumusan Penelitian.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian.....	8
F. Penelitian Yang Relevan.....	9

G. Kerangka Berfikir.....	9
H. Sistematika Penulisan.....	10

BAB II. KAJIAN PUSTAKA DAN RUMUSAN HIPOTESIS

A. KAJIAN PUSTAKA.....	12
1. Kajian Keilmuan.....	12
a. Gizi dan Makanan Menurut Islam.....	12
b. Status Gizi.....	17
c. Antropometri Gizi.....	25
d. Pola Menu Makanan.....	28
2. Kajian Kependidikan.....	35
a. Proses Belajar Mengajar Biologi.....	35
b. Sumber Belajar Biologi.....	37
3. Kajian Kurikulum SMP/MTS.....	39
B. RUMUSAN HIPOTESIS.....	41

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	43
1. Populasi Penelitian.....	43
2. Sampel Penelitian.....	43

3. Teknik Pengambilan Sampel.....	43
D. Variabel Penelitian.....	45
E. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian.....	45
1. Teknik Pengumpulan Data.....	45
2. Instrumen Penelitian.....	46
3. Skoring.....	48
F. Teknik Analisa Data.....	50
1. Analisis Deskriptif.....	50
2. Analisa Statistik.....	51

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	53
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	60
C. Pemanfaatan Hasil Penelitian sebagai Alternatif Sumber Belajar Biologi di SMP/MTs.....	68

BAB V. PENUTUP

A. Kesimpulan.....	85
B. Saran.....	85

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel II.1. Klasifikasi Status Gizi Masyarakat Direktorat Bina Gizi Masyarakat Depkes RI tahun 1999.....	27
Tabel III.1. Jumlah Anggota Sampel Penelitian.....	44
Tabel III.2. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	48
Tabel III.3. Kategori Jenis Makanan.....	48
Tabel III.4. Kategori Jumlah Makanan Pokok.....	49
Tabel III.5. Kategori Jumlah Lauk-Pauk.....	49
Tabel III.6. Kategori Jumlah Sayuran.....	49
Tabel III.7. Kategori Frekuensi Makan.....	49
Tabel III.8. Kategori Status Gizi Menurut Baku WHO-NCHS, 1983.....	50
Tabel IV.1. Jenis Makanan yang Dikonsumsi Responden dan Kategorinya.....	54
Tabel IV.2. Jumlah Makanan Pokok yang Dikonsumsi Responden dan Kategorinya.....	54
Tabel IV.3. Jumlah Lauk-Pauk yang Dikonsumsi Responden dan Kategorinya.....	55
Tabel IV.4. Jumlah Sayuran yang Dikonsumsi Responden dan Kategorinya.....	56
Tabel IV.5. Frekuensi Makan Responden dan Kategorinya.....	56
Tabel IV.6. Distribusi Pola Menu Makanan.....	57
Tabel IV.7. Status Gizi Responden dan Kategorinya.....	57
Tabel IV.8. Kesesuaian Konsep Hasil Penelitian dengan Kebutuhan Kurikulum.....	79
Tabel IV.9. Rancangan Kegiatan Belajar Mengajar.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I. Lembar Instrumen Penelitian
- Lampiran II. Kategori Status Gizi Berdasarkan Indeks Berat Badan Menurut Umur (BB/U) Anak Laki-laki Umur 36-60 bulan (Baku WHO-NCHS,1983)
- Lampiran III. Uji Normalitas Sebaran
- Lampiran IV. Uji Linearitas
- Lampiran V. Analisis Regresi
- Lampiran VI. Statistik Deskripsi
- Lampiran VII. Lembar Kegiatan Siswa



**HUBUNGAN ANTARA POLA MENU MAKANAN DENGAN STATUS GIZI
BALITA DI DESA KEDUNGPOH KECAMATAN NGLIPAR KABUPATEN
GUNUNG KIDUL PROPINSI DIY SEBAGAI ALTERNATIF SUMBER
BELAJAR IPA-BIOLOGI DI SMP/ MTs**

ABSTRAK

Hastin Nuzul Fitriana
99454409

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara pola menu makanan dengan status gizi balita di Desa Kedungpoh. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai alternatif sumber belajar IPA-Biologi di SMP/MTs setelah dilakukan kajian terhadap hasil penelitian.

Populasi penelitian adalah Balita usia 3-5 tahun di Desa Kedungpoh sebanyak 265 anak. Pengambilan sampel dilakukan secara *area proporsional random sampling* dengan sistem undian. Berdasarkan ketentuan dari Suharsimi Arikunto maka sampel penelitian diambil sebanyak 15% dari jumlah populasi sehingga diperoleh sampel sebanyak 40 anak. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode *recall* dan dokumentasi. Analisis data meliputi analisis deskriptif, analisis korelasi dan analisis regresi.

Hasil penelitian menunjukkan : 1) Pola menu makanan Balita usia 3-5 tahun di Desa Kedungpoh berada pada kategori sedang. Status gizi Balita berada pada kategori sedang. 2) Ada hubungan antara pola menu makanan dengan status gizi Balita di Desa Kedungpoh. Hal ini berarti semakin baik pola menu makanan akan semakin baik pula status gizi Balita. Kajian terhadap hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil penelitian dapat digunakan sebagai alternatif sumber belajar IPA-Biologi di SMP/MTs kelas VIII, materi pokok Sistem Pencernaan Pada Manusia, sub materi pokok Makanan dan Fungsinya bagi Manusia.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Makhluk hidup memerlukan makanan untuk melangsungkan kehidupannya. Makanan terdiri dari bagian-bagian yang berbentuk ikatan-ikatan kimia atau unsur-unsur organik dan anorganik yang disebut zat-zat makanan atau zat gizi. Manusia memperoleh zat gizi tersebut melalui makanan yang dikonsumsi setiap hari, dalam bentuk bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan dan hewan. Makanan diperlukan manusia untuk memperoleh kebutuhan zat gizi yang berfungsi untuk kelangsungan hidup, pemulihan kesehatan sesudah sakit, aktifitas, pertumbuhan dan perkembangan.

Islam memberikan petunjuk-petunjuk khusus yang terperinci dan nyata mengenai hubungan perseorangan antara manusia dengan Khaliknya, antara manusia dengan orang lain dalam masyarakatnya, dan antara manusia dengan dirinya sendiri. Berbagai jenis hubungan ini tak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya, dan sering pula bermuara pada perwujudan yang sama berupa perbuatan seorang muslim.

Hubungan manusia dengan Allah yang berhubungan dengan makanan dapat dicapai melalui mencari, mempersiapkan, dan memilih makanan secara jujur dan tidak menyimpang dari ketentuan Allah, memakannya dalam rangka pemenuhan kewajiban memelihara dan melestarikan kehidupan. Hubungan dengan diri sendiri lewat makanan tercapai manakala makanan tersebut

memuaskan selera inderawinya dan membuatnya merasa kenyang, serta kemudian dapat memnuhi kebutuhan jasmaninya. Khusus bagi anak-anak, hubungan ini menjadi nyata dengan tumbuh dan berkembangnya anak sebaik-baiknya, sebagai hasil dari pemenuhan kebutuhannya akan makanan.¹ Allah SWT. berfirman dalam surat Abasa ayat 24-32 :

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ (24) أَنَا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا (25) ثُمَّ شَقَقْنَا
الْأَرْضَ شَقًّا (26) فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا (27) وَعِنَبًا وَقَضْبًا (28) وَزَيْتُونًا
وَنَخْلًا (29) وَحَدَائِقَ غُلْبًا (30) وَفَاكِهَةً وَأَبًّا (31) مَتَاعًا لَكُمْ
وَلِأَعْمَالِكُمْ (32)

“Maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya. Sesungguhnya Kami benar-benar telah mencurahkan air (dari langit), kemudian Kami belah bumi dengan sebaik-baiknya, lalu Kami tumbuhkan biji-bijian di bumi itu, anggur dan sayur-sayuran, Zaitun dan pohon kurma, kebun-kebun (yang) lebat, dan buah-buahan serta rumput-rumputan, untuk kesenanganmu dan untuk binatang-binatang ternakmu”²

Allah SWT memerintahkan kepada manusia untuk memperhatikan makanannya. Allah telah menyiapkan makanan yang sesuai dengan kebutuhan hidup manusia. Manusia dapat merasakan kelezatan makanan dan minuman tersebut dengan mengkonsumsi berbagai tanaman dan hewan yang disediakan

¹ Anonim, *Pedoman Pelaksanaan Usaha Perbaikan Gizi Keluarga (UPGK) Melalui Jalur Kegiatan Agama Islam*, Departemen Agama RI kerja sama dengan UNICEF, 1980, h.65-66.

² Zaini Dahlan, Azharudin Sahil, *Qur'an Karim dan Terjemahan Artinya*, Yogyakarta : UIII-Press, 1999, h.1081

Allah. Selain itu makanan juga menjadi pendorong bagi pemeliharaan tubuh manusia supaya tetap dalam keadaan sehat. Perhatian manusia terhadap makanannya dilakukan dengan memperhatikan pola menu makanan yang dihidangkan. Karena pengaturan pola menu makanan yang baik merupakan kegiatan manusia untuk memperhatikan makanannya.

Pola makan yang sehat tidak tergantung pada satu macam makanan tertentu ataupun jumlah terbatas darinya. Namun ia tergantung pada adanya keseimbangan pada makanan yang masuk ke rongga manusia.³ Makanan yang baik ialah makanan yang bergizi tinggi dan dalam takaran yang cukup, tetapi tidak melampaui batas. Tidak melampaui batas mengandung arti bahwa manusia makan dan minum harus cukup, tidak boleh kurang tetapi tidak boleh berlebihan. Kelebihan dan kekurangan makanan dapat menyebabkan berbagai penyakit. Sebagaimana Allah SWT berfirman dalam Surat Al-A'raaf ayat 31 :

... وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ (الأعراف : 31)

“Makan dan minumlah dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.”⁴

Pola makan yang sehat mengharuskan keberanekaragaman sehingga ada makanan yang beragam untuk energi dan semangat seperti makanan yang kaya akan zat tepung, gula dan lemak. Ada makanan yang berguna untuk pertumbuhan seperti makanan-makanan yang kaya akan protein dan garam mineral. Ada juga

³ M. Kamil Abdushshomad, *Mukjizat Ilmiah dalam AlQuran*, terj. Alimin, dan lain-lain, Jakarta : Akbar Media Sarana, 2003, h.235.

⁴ Zaini Dahlan, Azharudin Sahil, *Op.cit.*, h.271.

makanan yang kaya akan berbagai macam vitamin yang berasal dari buah-buahan dan sayur-sayuran.⁵

Ditinjau dari masalah kesehatan dan gizi, maka anak balita usia tiga sampai lima tahun termasuk golongan masyarakat yang disebut kelompok rentan gizi, yaitu kelompok masyarakat yang paling mudah menderita kelainan gizi sedangkan pada saat ini mereka sedang mengalami proses pertumbuhan yang relatif cepat, dan memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah yang relatif besar. Khususnya untuk anak usia ini sedang dalam masa perkembangan (non fisik) dimana mereka sedang dibina untuk mandiri, berperilaku menyesuaikan dengan lingkungan, peningkatan berbagai kemampuan dan berbagai perkembangan lain yang membutuhkan fisik yang sehat.⁶

Penyakit infeksi dan tingkat gizi seorang anak masih sering dianggap sebagai dua hal yang terpisah. Sebenarnya antara dua faktor yang sama-sama menentukan kesehatan anak ini terdapat hubungan timbal balik yang sangat erat dan saling mempengaruhi. Adanya penyakit infeksi dalam tubuh anak akan membawa pengaruh terhadap keadaan gizi anak. Sebagai reaksi pertama akibat adanya infeksi adalah menurunnya nafsu makan anak sehingga anak menolak makanan yang diberikan oleh ibunya.⁷ Dalam keadaan gizi yang baik, tubuh mempunyai kemampuan untuk mempertahankan diri terhadap penyakit infeksi. Jika keadaan gizi menjadi buruk maka reaksi kekebalan tubuh akan menurun

⁵ M. Kamil Abdushshomad, *Op.Cit.*,h.236.

⁶ Soegeng Santoso dan Anne Lies R., *Kesehatan dan Gizi*, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Proyek Pendidikan Tenaga Akademis, 1995, h. 70.

⁷ Sjahmin Moehji, *Pemeliharaan Gizi Bayi dan Balita*, Jakarta : Bhratara, 1992, h.6

berarti kemampuan tubuh mempertahankan diri terhadap serangan infeksi menjadi turun.⁸ Sebagian gizi buruk dapat dihindari apabila ibu mempunyai cukup pengetahuan tentang cara memelihara gizi dan mengatur makanan anak.⁹

Salah satu hal yang mempengaruhi terjadinya gangguan gizi adalah ketidaktahuan masyarakat akan hubungan antara makanan dan kesehatan. Banyak sekali kejadian masyarakat sehari-hari terlihat keluarga yang berpenghasilan cukup akan tetapi makanan yang dihidangkan seadanya saja, sehingga kejadian kekurangan gizi juga banyak ditemukan pada keluarga yang berpenghasilan yang relatif cukup. Keadaan ini menunjukkan bahwa banyak warga masyarakat yang masih belum mengetahui faedah makanan bagi anak balita. Disisi lain, pertumbuhan aktif dan cepat yang dialami anak balita harus mendapat pemenuhan gizi makanan yang bergizi dan berkualitas yang mencukupi. Kekurangan konsumsi makanan yang tidak mendukung diperkirakan akan menyebabkan masalah gizi kurang pada balita.¹⁰

Status gizi dipengaruhi oleh tingkat konsumsi makanan. Konsumsi makan seseorang akan terkait dengan pola makan, yaitu melalui proses pemberian makan, pengasuhan dan pemeliharaan kesehatan dimana orang tua terutama ibu mempunyai peran yang cukup besar dalam menentukan status gizi anak. Konsumsi zat gizi yang terkandung dalam makanan akan memberikan energi pada tubuh, membantu pertumbuhan kesehatan serta membantu memperbaiki

⁸ *Ibid.*, h.8.

⁹ *Ibid.*, h.9.

¹⁰ Sjahmin Moehji, *Ilmu Gizi Jilid I*, Jakarta : Bhratarā Karya Aksara, 1982, h.3.

jaringan-jaringan tubuh, sehingga susunan makanan yang memenuhi kebutuhan gizi pada umumnya dapat menciptakan status gizi yang memuaskan.

Anak balita sangat membutuhkan gizi untuk pertumbuhan, perkembangan jasmani dan rohani serta kecerdasan otaknya. Tumbuh kembang anak bergantung pada perawatan dan pemberian makanan oleh ibunya. Dipilihnya lokasi desa Kedungpoh Kecamatan Nglipar Kabupaten Gunung Kidul sebagai tempat penelitian karena keadaan penduduknya yang heterogen, dalam jenis pekerjaan, pendapatan, besar/jumlah keluarga, dan pendidikan. Di desa Kedungpoh terdapat 427 anak balita atau 7% dari jumlah penduduknya. Kurangnya perhatian terhadap masalah makanan dan kesehatan karena kurangnya pengetahuan gizi orang tua terutama ibu. Hal ini terlihat dari menu makanan yang dihidangkan untuk keluarga dan balita seadanya saja.

Hasil dan proses penelitian dapat digunakan sebagai alternatif sumber belajar bila memuat proses dan produk. Proses penelitian merupakan prosedur belajar yang berdasar pada langkah metode ilmiah, produk penelitian berupa fakta yang digeneralisasikan menjadi konsep. Hasil dan proses penelitian mengenai hubungan antara pola menu makanan dengan status gizi anak balita diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai sumber belajar mata pelajaran IPA-Biologi dalam materi pokok Sistem Pencernaan Pada Manusia, sub materi pokok Makanan dan Fungsinya bagi Manusia untuk kelas VIII SMP/MTs.

Untuk meningkatkan proses belajar mengajar, khususnya dalam rangka meningkatkan keterampilan proses serta memperkaya konsep-konsep biologi, hendaknya siswa memperoleh pengalaman langsung dalam belajar biologi. Materi

yang digunakan untuk sumber belajar tidak hanya terbatas dari buku pelajaran saja, akan tetapi juga menyangkut semua aspek yang dapat digunakan untuk memperoleh pengalaman belajar siswa tentang suatu permasalahan.

B. BATASAN MASALAH

Batasan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Status gizi Balita adalah keadaan kesehatan tubuh anak usia 3-5 tahun di Desa Kedungpoh, Kecamatan Nglipar, Kabupaten Gunung Kidul yang dilihat melalui antropometri dengan pengukuran berat badan (kg) menurut umur (th) atau BB/U, dan dikonsultasikan dengan tabel status gizi menurut WHO-NCHS.
2. Pola menu makanan adalah gambaran mengenai makanan yang dikonsumsi oleh anak balita yang meliputi jenis makanan (nasi, macam lauk pauk, macam sayuran, macam jajanan/selingan, minuman), frekuensi makan (berapa kali makan utama dan berapa kali makan selingan), dan jumlah makanan (jumlah makanan pokok, jumlah lauk pauk, jumlah sayur).
3. Sumber belajar adalah segala daya yang dapat dipergunakan untuk kepentingan proses atau aktivitas pengajaran baik secara langsung maupun tidak langsung, di luar diri peserta didik (lingkungan) yang melengkapi diri mereka pada saat pelajaran berlangsung.

C. RUMUSAN MASALAH

1. Apakah ada hubungan positif antara pola menu makanan dengan status gizi Balita usia 3-5 tahun di Desa Kedungpoh Kecamatan Nglipar Kabupaten Gunung Kidul ?
2. Bagaimana penggunaan hasil penelitian ini sebagai alternatif sumber belajar IPA-Biologi di SMP/MTs ?

D. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. ada tidaknya hubungan positif antara pola menu makanan yang diberikan dengan status gizi anak Balita di Desa Kedungpoh Kecamatan Nglipar Kabupaten Gunung Kidul.
2. hasil kajian tentang penggunaan hasil penelitian sebagai alternatif sumber belajar IPA-Biologi di SMP/MTs.

E. MANFAAT PENELITIAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat :

1. memberikan informasi bagi pembaca tentang hubungan makanan dengan kesehatan manusia.
2. dimanfaatkan sebagai upaya mengakrabkan siswa dengan lingkungan melalui pengenalan obyek dan persoalan biologi di sekitarnya.

F. PENELITIAN YANG RELEVAN

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah tentang “*Hubungan antara Pola Menu Makanan dengan Status Gizi Balita di Desa Timbulharjo, Sewon, Bantul, Yogyakarta,*” oleh Yuni Kuswandari, tahun 2000. Penelitian yang dilakukan oleh Herni Puji Lestari tahun 1999 tentang “*Status Gizi Balita Ditinjau dari Pola Menu Makanan dan Tingkat Pendidikan Ibu di Dusun Sindet Desa Wukirsari Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul*”.

G. KERANGKA BERFIKIR

Al Qur'an menempatkan makanan disamping menjadi kebutuhan pokok manusia, makanan juga menduduki tempat strategis baik untuk kepentingan di dunia maupun akheratnya. Bagi kepentingan di dunia makanan tersebut hendaknya memiliki kualitas dan kuantitas yang dapat memenuhi kebutuhan tubuh manusia. Hal ini dijelaskan dalam firman Allah SWT surat 'Abasa ayat 24-32. Allah memerintahkan kepada manusia untuk memperhatikan makanannya dan Allah juga telah menyediakan berbagai jenis makanan untuk kepentingan manusia. Bagi kepentingan akheratnya, makanan berkaitan dengan hubungan antara manusia dengan Tuhannya yang dicapai melalui mencari, mempersiapkan, dan memilih makanan secara jujur dan tidak menyimpang dari ketentuan Allah, memakannya dalam rangka mensyukuri nikmat Allah, mencernanya dalam rangka pemenuhan kewajiban memelihara dan melestarikan kehidupan, serta mencapai kesejahteraan yang menjadi tujuan hidup berdasarkan keyakinan agamanya.

Makanan yang diberikan kepada anak hendaknya merupakan makanan yang seimbang, sesuai dengan kebutuhan setiap hari anak balita. Keseimbangan penyajian makanan akan berpengaruh terhadap berat badan anak. Jika berat badan anak tidak sesuai dengan umur maka anak mengalami gangguan kesehatan. Hal ini juga sangat dipengaruhi oleh perilaku ibu rumah tangga dalam memberikan makanan bagi anak balita. Kondisi seperti itu perlu mendapatkan perhatian dari seorang ibu.

Konsumsi makanan yang dihidangkan kepada keluarga khususnya anak Balita dapat berpengaruh terhadap status gizi mereka. Penyusunan pola menu makanan yang benar akan meningkatkan status gizi balita, sehingga diduga terdapat hubungan positif antara pola menu makanan dengan status gizi balita.

H. SISTEMATIKA PENULISAN

Untuk memberikan gambaran secara menyeluruh dan sistematis maka skripsi akan disusun dengan sistematika sebagai berikut :

Bab I. Pendahuluan, berisi Latar Belakang Masalah, Batasan Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Penelitian yang Relevan, Kerangka Berfikir dan Sistematika Penulisan.

Bab II. Kajian Teoritik dan Rumusan Hipotesis, Kajian Teoritik meliputi Kajian Keilmuan dan Kajian Kependidikan. Kajian Keilmuan berisi Gizi dan Makanan menurut Ajaran Islam, deskripsi teori mengenai Status Gizi, Antropometri Gizi dan Pola Menu Makanan. Kajian Kependidikan berisi tentang deskripsi Proses Belajar Mengajar Biologi, Sumber Belajar IPA-Biologi dan Kajian Kurikulum SMP 2004.

Bab III. Metode Penelitian, meliputi : Desain Penelitian, Tempat dan Waktu Penelitian, Populasi dan Sampel Penelitian, Definisi Variabel Penelitian, Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian, dan Teknik Analisis Data. Populasi dan sampel penelitian berisi tentang populasi penelitian, sampel penelitian dan teknik pengambilan sampel. Definisi variable penelitian berisi tentang definisi mengenai pola menu makanan dan status gizi. Teknik analisis data terdiri dari analisis deskriptif dan analisis statistik.

Bab IV. Hasil Penelitian dan Pembahasan, berisi hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan mengenai hasil penelitian tersebut.

Bab V. Kesimpulan dan Saran, berisi kesimpulan dari penelitian dan saran-saran.





STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Pola menu makanan ditinjau dari jumlah makanan pokok menunjukkan kategori baik sebanyak 85%, sedang 10% dan kurang 10%. Status gizi Balita pada kategori baik sebanyak 25%, kategori sedang 67,5% dan kategori kurang adalah 7,5%.
2. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola menu makanan dengan status gizi balita usia 3 – 5 tahun di Desa Kedungpoh Kecamatan Nglipar Kabupaten Gunung Kidul Propinsi DIY.
3. Berdasarkan hasil kajian terhadap hasil penelitian maka diperoleh kesimpulan bahwa hasil penelitian dapat digunakan sebagai alternatif sumber belajar IPA – Biologi di SMP/MTs materi pokok Sistem Pencernaan Makanan Pada Manusia, sub materi pokok Makanan dan Fungsinya bagi Manusia.

B. Saran

1. Perlu dipertimbangkan cara pengukuran status gizi dengan metode lain seperti pemeriksaan klinis dan biokimia agar hasil pemantauan status gizi lebih akurat.
2. Bagi guru Biologi dan mahasiswa diharapkan dapat menguji cobakan hasil kajian pada penelitian ini sebagai sumber belajar IPA – Biologi.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Abdushshomad, M.K., *Mukjizat Ilmiah Dalam Al Quran*, terj. Alimin, dll., Jakarta : Akbar Media Sarana, 2003.
- Almatsier, Sunita, *Prinsip-Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Jakarta: Gramedia, Pustaka Utama, 2001.
- Anonim, *Pedoman Pelaksanaan Usaha Perbaikan Gizi Keluarga (UPGK) Melalui Jalur Kegiatan Agama Islam*, Departemen Agama RI kerja sama dengan UNICEF, 1980.
- Aritonang, Arianto, *Pemantauan Pertumbuhan Balita I*, Yogyakarta: Kanisius, 1996.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Arthur A. Carin and B.Sund Robert, *Teaching Science through Discovery*, Colombus : Merril Publishing Company, 1989.
- Dahlan, Zaini dan Sahil, Azharudin, *Qur'an Karim dan Terjemahan Artinya*, Yogyakarta: UII-Press, 1999.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kurikulum 2004 Sekolah Menengah Pertama (SMP) Pedoman Khusus Pengembangan Silabus Berbasis Kompetensi*, Jakarta, 2003.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Standar Kompetensi Kurikulum 2004 Mata Pelajaran Sains Sekolah Menengah Pertama dan Madrasah Tsanawiyah*, Jakarta, 2003.
- Djamari, S.B., *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Djohar, *Dimensi Pendidikan sains Menyongsong Tahun 2000*, Yogyakarta: IKIP, 1989.
- Gaman, P.M., *Ilmu Pangan*, Yogyakarta: UGM-Press, 1994.
- Hadi, Sutrisno, *Statistik Jilid 2*, Yogyakarta : Andi Offset, 2000.
- Husein, Ali, *Gizi Dalam Al Quran*, Jakarta : Suara Baru, 1985.
- Karyadi, Darwin dan Muhilal, *Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan*, Jakarta : Gramedia, 1998.

- Kuswandari, Yuni, *Hubungan Antara Pola Menu Makan Dengan Status Gizi Anak Balita Usia 3-5 Tahun Di Desa Timbulharjo Sewon Bantul Yogyakarta*, Skripsi, Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, UNY, Yogyakarta, 2000.
- Laksono, Lukman, *Al Quran sebagai Obat dan Penyembuhannya Melalui Makanan*, Bandung, Al Ma'arif, 1996.
- Lestari, H.P., *Status gizi Balita Ditinjau Dari Pola Menu Makanan Dan Tingkat Pendidikan Ibu Dusun Sindet Desa Wukirsari Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul Tahun 1999*, Skripsi, F-KIP, UNS, 2000.
- Moehji, Sjahmin, *Ilmu Gizi Jilid I*, Jakarta: Bhratara, 1982.
- Moehji, Sjahmin, *Pemeliharaan Gizi Bayi Dan Balita*, Jakarta: Bhratara Karya Aksara, 1992.
- Mulyadi, *Hambatan Sosial Budaya dalam Pemenuhan Gizi Balita di Pedesaan*, Yogyakarta: Laporan Penelitian Sastra UGM, 1994.
- Mulyasa, E., *Kurikulum Berbasis Kompetensi, Konsep, Karakteristik, Implementasi dan Inovasi*, Bandung: Remaja Rosda Karya, 2003.
- Nuryaman, Rustaman, dkk., *Strategi Belajar Mengajar (Common Textbook, Edisi Revisi)*, Bandung : Jurusan Pendidikan Biologi, Fakultas Pendidikan F-MIPA, Universitas Pendidikan Indonesia, 2003.
- Permanasari, Lies, *Statistik Terapan (Untuk Analisis Data Penelitian Pendidikan Kimia)*, Yogyakarta : F-MIPA UNY, 2001.
- Poedjiadi, Anna, *Dasar-Dasar Biokimia*, Jakarta : UI-Press, 1996.
- Santoso, Soengeng dan Ranti, A.L., *Kesehatan dan Gizi*, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Proyek Pendidikan Tenaga Akademis, 1995.
- Shihab, M. Quraish, *Membumikan Al Quran ; Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*, Bandung ; Mizan, 1994.
- Su'dan, R.H., *Al Quran ; Dan Panduan Kesehatan Masyarakat*, Jakarta : Dana Bhakti Prima Yasa, 1997.
- Soehardjo, *Pangan, Gizi dan Pertanian*, Jakarta: UI-Press, 1986.
- Sudjana, Nana, *Teknologi Pengajaran*, Bandung: Sinar Baru, 1997.

Sudoko, *Strategi Belajar Mengajar (dalam Penggunaan Metode, Pendekatan dan Media)*, Yogyakarta : Jurusan Pendidikan Biologi, F-MIPA, UNY.

Suhardjo, *Survei Konsumsi Pangan*, PAU Pangan dan Gizi, Bogor: IPB, 1989.

Sumarwan dan Sumartini dan Kusmayadi, *Sains Biologi SMP Jilid 2A Kelas VIII Semester I*, Jakarta: Erlangga, 2004.

Supariasa, I.D.N.dan Bakri, Bachyar dan Fajar, Ibnu, *Penelitian Status Gizi*, Jakarta: EGC, 2002.

Uzer, M.U.,dan Setiawati, Lilis, *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*, Bandung : Remaja Rosda Karya, 1993.

Wakanae, Sora, *Nishimuku Samurai*, Jakarta : Gramedia, 2003.

