

PEMAHAMAN MAHASISWA TERHADAP MATA KULIAH ILMU KESEHATAN DAN GIZI DI STKIP MELAWI

Kurnia Dyah Anggorowati¹, Indria Susilawati²

^{1,2}Prodi Pendidikan Jasmani, STKIP Melawi

Alamat: Jln. RSUD Melawi KM 04, Kec. Nanga Pinoh, Kab. Melawi

Email: kurniastkipmelawi@gmail.com, indriasmile86@gmail.com

Abstract: *The research is to determine the level of student understanding of the Health and Nutrition Science courses at STKIP Melawi. The method used in this research is quantitative in the form of a survey. The instrument of this research is a statement questionnaire that must be answered by respondents. The data analysis technique used is descriptive analysis with calculations using percentages. The results of this research were after distributing research questionnaires to 35 students who had taken Health and Nutrition Science courses with 12 statements. It can be explained that the average number of "Yes" answers was 81.2% in the very good category, while the average number of "no" answers was 18.8% in the very poor category. So it can be concluded that students' understanding of the Health and Nutrition Sciences course is categorized as very good.*

Keywords: *Understanding, health, nutrition*

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi di STKIP Melawi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dalam bentuk survey. Instrument dari penelitian ini berupa angket pernyataan yang harus dijawab oleh responden. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan perhitungan menggunakan persentase. Hasil Penelitian ini adalah setelah membagikan angket penelitian kepada mahasiswa yang sudah menempuh mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi berjumlah 35 orang dengan 12 pernyataan. Dapat dijelaskan bahwa rata-rata perolehan jawaban "Ya" sebesar 81,2% memperoleh kategori sangat baik, sedangkan rata-rata perolehan jawaban "tidak" sebesar 18,8% dengan kategori sangat kurang. Jadi dapat disimpulkan bahwa pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi berkategori sangat baik.

Kata Kunci: Pemahaman, kesehatan, gizi

Kegiatan perkuliahan adalah proses pembelajaran yang meliputi kegiatan tatap muka di kelas, praktikum, penyelenggaraan percobaan dan pemberian tugas akademik lain. Untuk menunjang kegiatan perkuliahan tersebut dapat diadakan seminar, symposium,

diskusi panel, lokakarya dan kegiatan ilmiah lainnya. Belajar memang tidak mengenal usia termasuk yang sudah bekerja tapi ingin melanjutkan studi ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

Mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi merupakan salah satu mata kuliah yang

harus ditempuh mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani di STKIP Melawi. Materi yang dibahas dalam mata kuliah ini antara lain tentang sejarah perkembangan dan ruang lingkup ilmu gizi, pencernaan, absorpsi dan metabolisme makanan dalam tubuh, pembagian zat gizi dan perannya dalam fungsi fisiologis tubuh, sumber zat gizi dalam makanan. Kebutuhan masing-masing zat gizi, akibat kekurangan dan kelebihan zat gizi serta kelompok rentan gizi. Capaian dalam mata kuliah ini adalah diharapkan mahasiswa mampu menguasai dan mampu menjelaskan tentang karbohidrat, Menguasai dan mampu menjelaskan tentang protein, menguasai dan mampu menjelaskan tentang lemak, mampu menjelaskan tentang mineral mikro, mampu menjelaskan vitamin larut lemak, mampu menjelaskan vitamin larut air, mampu menjelaskan mineral makro dan mampu menjelaskan kelompok rentan gizi.

Mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi ditempuh pada semester genap yaitu semester 2 (dua). Dalam proses pembelajaran di dilaksanakan sebanyak 16 kali pertemuan yang terdiri dari 14 kali proses pembelajaran, UTS dan UAS. Mata kuliah ini dilaksanakan secara teori dan praktik. Adapun praktiknya yaitu menghitung kebutuhan kalori pada

masing-masing individu dan menghitung nilai kalori bahan makanan selain itu ada juga menyusun menu makanan sesuai dengan kebutuhan kalori masing-masing mahasiswa.

Pengetahuan dan pemahaman tentang gizi ini sangat penting, dimana mahasiswa harus mampu memberikan edukasi kepada anak/peserta didiknya nanti supaya terhindar dari stunting dan penyakit lainnya yang berkaitan dengan kurangnya pemahaman gizi. Mahasiswa nantinya hidup dalam bermasyarakat sehingga harus punya pengetahuan dan pemahaman mengenai ilmu gizi khususnya pada prodi pendidikan jasmani.

Mengingat pentingnya tingkat pemahaman dan pengetahuan tentang mata kuliah ini, maka akan diadakan penelitian yang berkaitan dengan seberapa tingkat pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah ini.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Teknik penelitian yang digunakan adalah survei. Menurut Gunawan (2017) “teknik survei digunakan untuk mengumpulkan informasi dari sejumlah orang mengenai suatu topik atau isu tertentu”.

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh mahasiswa prodi pendidikan

jasmani yang sudah menempuh mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi yang berjumlah 35 orang. Sampel dari penelitian ini menggunakan sampel jenuh, dimana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel.

Sugiono (2015: 102) menjelaskan bahwa “instrumen penelitian adalah alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Instrumen penelitian ini juga menjadi alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah.

Variabel angket Pemahaman materi mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi terdiri dari enam instrument yaitu 1) Menjelaskan Materi, 2) Mempraktekkan, 3) Membedakan, 4) Menyimpulkan, 5) Menuliskan kembali, 6) Mengklasifikasikan. Dari enam instrument di kembangkan menjadi 12 pernyataan yang akan di isi oleh mahasiswa.

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berbentuk angket. Menurut Sugiono (2015) angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

Menurut Arikunto (2010:268) prosedur penyusunan angket adalah sebagai berikut: 1) Merumuskan tujuan yang akan dicapai dalam kuesioner. 2) Mengidentifikasi variabel yang akan dijadikan sasaran kuesioner. 3) Menjabarkan setiap variabel menjadi sub-variabel yang lebih spesifik dan tunggal. 4) Menentukan jenis data yang akan dikumpulkan, sekaligus untuk menentukan teknik analisisnya.

Tujuan analisis data antara lain untuk memecahkan masalah-masalah penelitian, memperlihatkan hubungan antara fenomena yang terdapat dalam penelitian, memberikan jawaban terhadap hipotesis yang diajukan dalam penelitian, dan bahan untuk membuat kesimpulan serta implikasi dan saran-saran yang berguna untuk kebijakan penelitian selanjutnya. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik persentase. Analisis persentase adalah suatu cara yang digunakan untuk melihat seberapa banyak kecenderungan frekuensi jawaban responden dan fenomena-fenomena dilapangan. Langkah ini juga dilakukan untuk melihat besar kecilnya proporsi dari setiap jawaban pada setiap pertanyaan sehingga data yang diperoleh selanjutnya mudah untuk dianalisa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan untuk mengetahui pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi pada Program Studi Pendidikan Jasmani. Penelitian ini dilaksanakan dengan cara menyebarkan angket pemahaman kepada mahasiswa yang telah menempuh mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi yaitu mahasiswa semester III dan V dengan jumlah responden sebanyak 35 orang.

Tabel 1. Deskripsi Hasil Penelitian

No	Data	Jumlah Responden	Presentase Jawaban (Ya) (%)	Presentase Jawaban (Tidak) (%)
1	Faktor Menjelaskan Materi	35	91,4	8,6
2	Faktor Mempraktekkan	35	81,4	18,6
3	Faktor Membedakan	35	92,9	7,1
4	Faktor Menyimpulkan	35	67,2	32,8
5	Faktor Menulis kembali	35	81,4	18,6
6	Faktor Mengklasifikasikan	35	72,9	27,1
	Rata-rata		81,2	18,8

Berdasarkan data hasil penelitian pada tabel. 1 akan dideskripsikan pada setiap datanya sebagai berikut:

1. Faktor Menjelaskan Materi

Analisis deskriptif pada data faktor Menjelaskan materi dengan jumlah item pernyataan 2 butir diperoleh nilai jawaban “Ya” sebesar 91,4% dan nilai jawaban

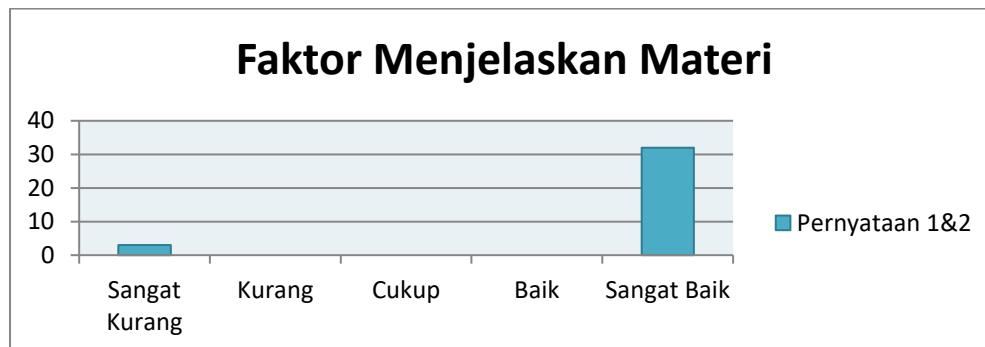
“Tidak” sebesar 8,6%. Faktor Menjelaskan materi Ilmu Kesehatan dan Gizi merupakan faktor yang terdapat dalam tingkat pemahaman mahasiswa di STKIP Melawi. Hasil pengkategorian dari faktor Menjelaskan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Data Faktor Menjelaskan Materi

Pernyataan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
Ya	32	91,4	Sangat Baik
Tidak	3	8,6	Sangat Kurang
Total	35	100	

Dari tabel 2 diketahui sebanyak 32 materi Ilmu Kesehatan dan Gizi dengan mahasiswa (91,4%) mampu menjelaskan kategori sangat baik, sebanyak 3

mahasiswa (8,6%) mempunyai kategori sangat kurang. Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam menjelaskan materi termasuk dalam kategori sangat baik.



Gambar 1. Histogram Faktor menjelaskan Materi

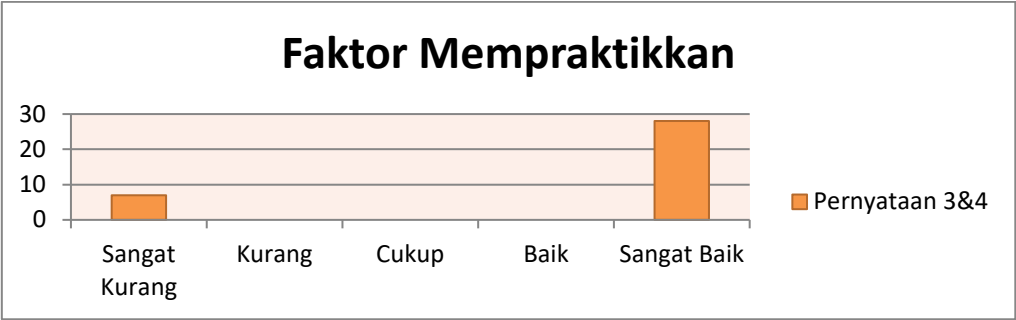
2. Faktor Mempraktikkan

Analisis deskriptif pada data faktor Menmpraktikkan dengan jumlah item pernyataan 2 butir diperoleh nilai jawaban “Ya” sebesar 81,4% dan nilai jawaban “Tidak” sebesar 18,6%. Faktor mempraktikkan ini merupakan hasil tindak lanjut setelah mendapatkan mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi mahasiswa dapat mempraktikkan tidak dalam kehidupan sehari-hari. Hasil pengkategorian dari faktor mempraktikkan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Kategorisasi Data Mempraktikkan

Pernyataan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
Ya	28	81,4	Sangat Baik
Tidak	7	18,6	Sangat Kurang
Total	35	100	

Dari tabel 3 diketahui sebanyak 28 mahasiswa (81,4%) mampu mempraktikkan setelah mendapatkan materi perkuliahan Ilmu Kesehatan dan Gizi dengan kategori sangat baik, sebanyak 7 mahasiswa (18,6%) mempunyai kategori sangat kurang. Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mempraktikkan termasuk dalam kategori sangat baik.



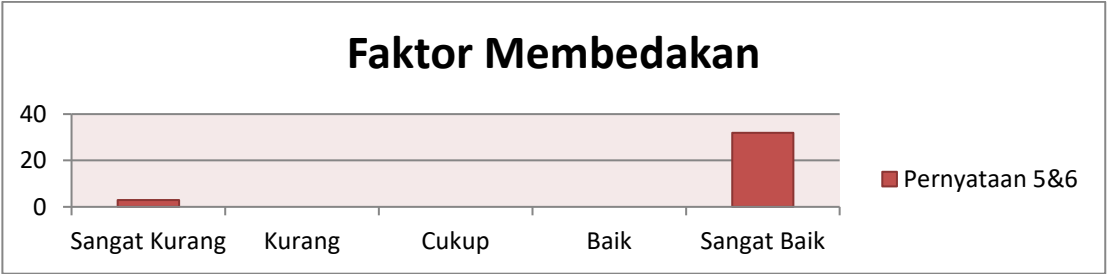
Gambar 2. Histogram Faktor mempraktikkan

3. Faktor Membedakan membedakan ini untuk mengetahui bagaimana pengetahuan mahasiswa membedakan dengan jumlah item setelah mendapatkan mata kuliah Ilmu pernyataan 2 butir diperoleh nilai jawaban Kesehatan dan Gizi. Hasil pengkategorian “Ya” sebesar 92,9% dan nilai jawaban dari faktor membedakan dapat dilihat pada “Tidak” sebesar 7,1%. Faktor tabel berikut:

Tabel 4. Kategorisasi Data Membedakan

Pernyataan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
Ya	32	92,9	Sangat Baik
Tidak	3	7,1	Sangat Kurang
Total	35	100	

Dari tabel 4 diketahui sebanyak 32 mahasiswa (92,9%) mampu membedakan jenis-jenis makanan setelah mendapatkan materi perkuliahan Ilmu Kesehatan dan Gizi dengan kategori sangat baik, sebanyak 3 mahasiswa (7,1%) mempunyai kategori sangat kurang. Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam faktor membedakan termasuk dalam kategori sangat baik.



Gambar 3. Histogram Faktor membedakan

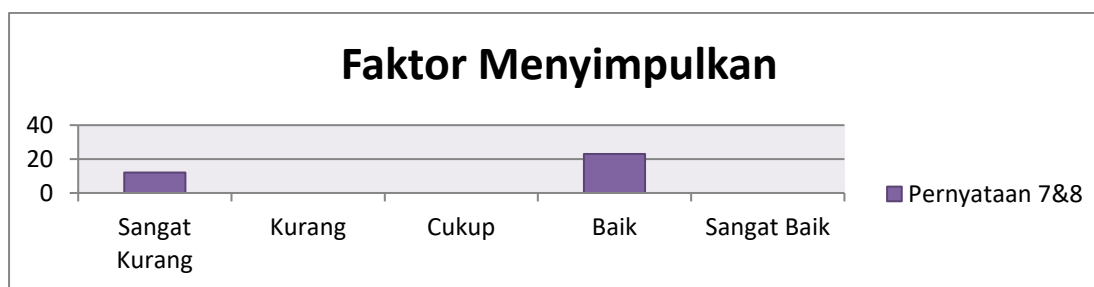
4. Faktor Menyimpulkan pernyataan 2 butir diperoleh nilai jawaban menyimpulkan dengan jumlah item “Ya” sebesar 67,1% dan nilai jawaban

“Tidak” sebesar 32,9%. Faktor Kesehatan dan Gizi. Hasil pengkategorian menyimpulkan ini untuk mengetahui dari faktor menyimpulkan dapat dilihat bagaimana pengetahuan mahasiswa pada tabel berikut:
setelah mendapatkan mata kuliah Ilmu

Tabel 5. Kategorisasi Data Menyimpulkan

Pernyataan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
Ya	23	67,1	Baik
Tidak	12	32,9	Kurang
Total	35	100	

Dari tabel 5 diketahui sebanyak 23 12 mahasiswa (32,9%) mempunyai mahasiswa (67,1%) mampu kategori sangat kurang. Berdasarkan tabel menyimpulkan materi setelah 5 dapat disimpulkan bahwa kemampuan mendapatkan perkuliahan Ilmu Kesehatan mahasiswa dalam faktor menyimpulkan dan Gizi dengan kategori baik, sebanyak termasuk dalam kategori baik.



Gambar 4. Histogram Faktor Menyimpulkan

5. Faktor Menulis Kembali

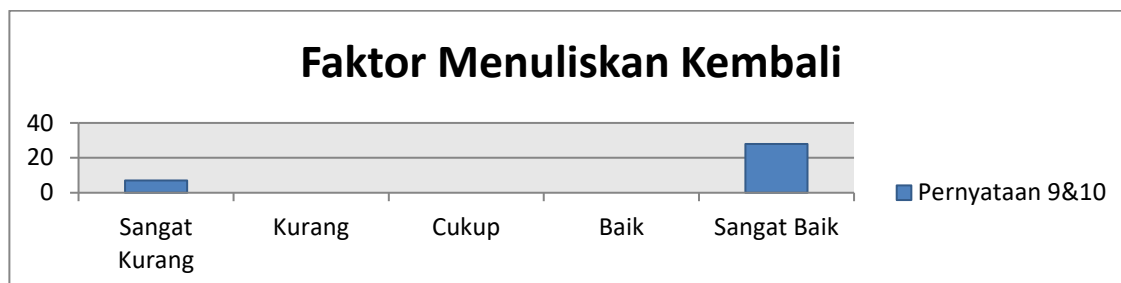
Analisis deskriptif pada data faktor mahasiswa dalam hal mengingat materi menuliskan kembali dengan jumlah item setelah mendapatkan mata kuliah Ilmu pernyataan 2 butir diperoleh nilai jawaban Kesehatan dan Gizi. Hasil pengkategorian “Ya” sebesar 81,4% dan nilai jawaban dari faktor menuliskan kembali dapat “Tidak” sebesar 18,6%. Faktor menuliskan dilihat pada tabel berikut:
kembali ini untuk mengetahui kemampuan

Tabel 6. Kategorisasi Data Menuliskan kembali

Pernyataan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
Ya	28	81,4	Sangat Baik
Tidak	7	18,6	Sangat Kurang
Total	35	100	

Dari tabel 6. diketahui sebanyak 28 kembali materi setelah mendapatkan mahasiswa (81,4%) mampu menuliskan perkuliahan Ilmu Kesehatan dan Gizi

dengan kategori sangat baik, sebanyak 7 mahasiswa dalam faktor menuliskan mahasiswa (18,6%) mempunyai kategori kembali termasuk dalam kategori sangat sangat kurang. Berdasarkan tabel 6 dapat baik.
disimpulkan bahwa kemampuan



Gambar 5. Histogram Faktor Menuliskan kembali

6. Faktor Mengklasifikasikan

Analisis deskriptif pada data faktor mengklasifikasikan dengan jumlah item pernyataan 2 butir diperoleh nilai jawaban “Ya” sebesar 72,9% dan nilai jawaban “Tidak” sebesar 27,1%. Faktor mengklasifikasikan ini untuk mengetahui

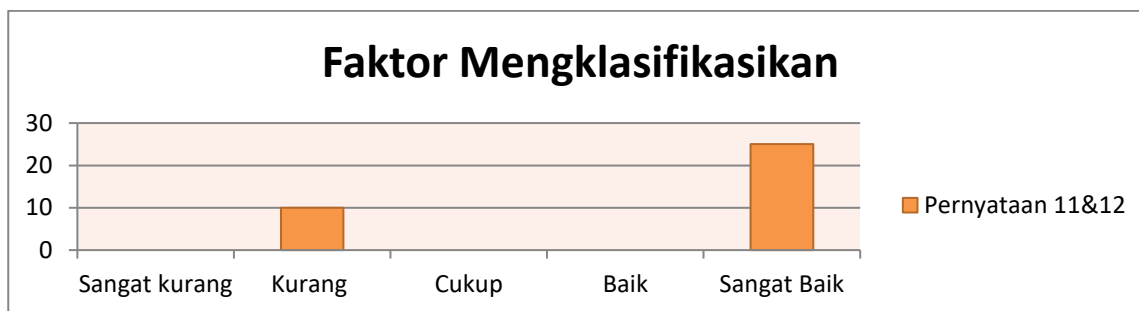
kemampuan mahasiswa dalam hal mengelompokkan pengetahuan tentang gizi setelah mengikuti mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi. Hasil pengkategorian dari faktor mengklasifikasi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7.. Kategorisasi Data Mengklasifikasikan

Pernyataan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
Ya	25	72,9	Sangat Baik
Tidak	10	27,1	Kurang
Total	35	100	

Dari tabel 7 diketahui sebanyak 25 mahasiswa (72,9%) mampu mengelompokkan materi setelah mendapatkan perkuliahan Ilmu Kesehatan dan Gizi dengan kategori sangat baik, sebanyak 10 mahasiswa (27,1%)

mempunyai kategori kurang. Berdasarkan tabel 7 dapat disimpulkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam faktor mengklasifikasikan termasuk dalam kategori sangat baik.



Gambar 6. Histogram Faktor Mengklasifikasikan

PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi di STKIP Melawi. Instrument dari penelitian ini berupa angket penelitian. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan perhitungan menggunakan persentase.

Hasil analisis deskriptif kuantitatif menunjukkan bahwa tingkat pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi termasuk dalam kategori sangat baik. Hal ini dibuktikan dari beberapa pernyataan yang telah diisi mahasiswa mengenai materi perkuliahan, meskipun ada juga yang berkategori baik.

Hasil penelitian menunjukkan kategori sangat baik ini berarti pembelajaran mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi yang sudah diajarkan dapat dipahami oleh mahasiswa baik secara teori

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa

maupun praktiknya. Dari enam faktor pemahaman yaitu menjelaskan materi, mempraktikkan, membedakan, menyimpulkan, menuliskan kembali dan mengklasifikasikan hanya ada satu faktor yang mendapatkan kategori baik sebesar 67,1% yaitu faktor menyimpulkan. Setelah mendapatkan materi perkuliahan mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi kebanyakan mahasiswa lemah dalam hal menyimpulkan kembali materi yang telah diajarkan.

Dari hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa rata-rata perolehan jawaban “Ya” sebesar 81,2 % memperoleh kategori sangat baik, sedangkan rata-rata perolehan jawaban “tidak” sebesar 18,8 % dengan kategori sangat kurang. Jadi dapat disimpulkan bahwa pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi berkategori sangat baik.

tingkat pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Ilmu Kesehatan dan Gizi

STKIP Melawi rata-rata memperoleh persentase sebesar 81,2% dengan kategori baik sekali dan persentase sebesar 18,8% dengan kategori sangat kurang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah ini berkategori sangat baik sebesar 81,2%.

DAFTAR PUSTAKA

- 1). Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- 2). Creswell, J. W. 2010. *Research design: pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. Yogyakarta: PT Pustaka Pelajar.
- 3). Gunawan, H., (2017). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Pendidikan*. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Gunung Djati, Bandung.
- 4). Kartasapoetra, Drs. G., (2003) "*Ilmu Gizi*". Rineka Cipta: Jakarta
- 5). Kediri tahun 2019. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1).
https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.14021

- 6). Moehdi, S., (2002)."*Ilmu Gizi*". Papasinar Sinanti: Jakarta
- 7). Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- 8). Trianto. 2012. *Model Pembelajaran Terpadu*. Jakarta: Bumi Aksara