

**PENGETAHUAN TENTANG VEGETARIAN DAN POLA MAKAN  
PENGUNJUNG DI RESTORAN *LOVING HUT* JALAN  
DEMANGAN BARU NO. 16 YOGYAKARTA**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:  
Trisna Rahayu  
15511247002

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TEKNIK BOGA  
FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan judul

### **PENGETAHUAN TENTANG VEGETARIAN DAN POLA MAKAN PENGUNJUNG DI RESTORAN *LOVING HUT* JALAN DEMANGAN BARU NO. 16 YOGYAKARTA**

Disusun oleh:

Trisna Rahayu  
NIM. 15511247002

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan  
Ujian Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.



Yogyakarta, 10 Januari 2017

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Teknik Boga,

Dr. Mutiara Nugraheni  
NIP. 19770131 200212 2 001

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,

Rizqie Auliana, M.Kes  
NIP. 19670805 199303 2 001

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Trisna Rahayu

NIM : 15511247002

Progam studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengetahuan Tentang Vegetarian dan Pola Makan

Pengunjung di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan  
Baru No. 16 Yogyakarta.

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 18 Januari 2017  
Yang menyatakan,






Trisna Rahayu  
NIM. 15511247002

**HALAMAN PENGESAHAN**  
Tugas Akhir Skripsi


**PENGETAHUAN TENTANG VEGETARIAN DAN POLA MAKAN  
PENGUNJUNG DI RESTORAN LOVING HUT  
JALAN DEMANGAN BARU NO 16 YOGYAKARTA**

Disusun oleh:  
Trisna Rahayu  
NIM. 15511247002

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Teknik Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta  
pada tanggal 18 Januari 2017.

TIM PENGUJI		
Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Rizqie Auliana, M.Kes Ketua Penguji/Pembimbing		20 Februari 2017
Dr. Mutiara Nugraheni Sekertaris Penguji		20 Februari 2017
Dr. Siti Hamidah Penguji		20 Februari 2017

Yogyakarta, Februari 2017  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan Fakultas Teknik

  
Dr. Widarto, M.Pd  
NIP. 19631230 198812 1 001



## **MOTTO**

“Pahlawan bukanlah orang yang berani meletakkan pedangnya ke pundak lawan, tetapi pahlawan sebenarnya ialah orang yang sanggup menguasai dirinya dikala ia sedang marah”  
(Nabi Muhammad SAW)

Sebaik-baik Manusia adalah orang yang paling bermanfaat bagi orang lain  
(HR.Ahmad)

“Untuk mencapai kesuksesan, kita jangan hanya bertindak, tapi juga perlu bermimpi, jangan hanya berencana, tapi juga perlu untuk percaya. Dan libatkan Sang Maha Pencipta, dalam setiap rencana dan tindakan kita”  
(Ary Ginanjar Agustian)

“FOKUS untuk menerima garisnya masing-masing sambil penuh rasa syukur dan sempurnakan ikhtiar untuk mendapatkan garis hidup yang terbaik, semua akan indah pada waktunya berdasarkan ketentuan-Nya”  
(Venditias Yudha)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT, dengan segala izin dan hidayah-Nya saya diberikan kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi yang saya persembahkan kepada:

1. Bapak, Ibu dan kakak-kakakku serta semua keluarga atas segala doa, semangat, kasih sayang, dan pengorbanan yang tak terhingga.
2. Rekan-rekan jurusan Pendidikan Teknik Boga terutama teman-teman kelas C angkatan 2015 yang telah membantu dan mendukung sehingga terselesaikannya karya ini.
3. Sahabat-sahabat yang terus memberikan dorongan semangat dan doa sehingga terselesaikannya skripsi ini.

**PENGETAHUAN TENTANG VEGETARIAN DAN POLA MAKAN  
PENGUNJUNG DI RESTORAN *LOVING HUT*  
JALAN DEMANGAN BARU NO.16 YOGYAKARTA**

Oleh:

Trisna Rahayu  
NIM 15511247002

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mengetahui pengetahuan pengunjung tentang vegetarian dan (2) Mengetahui pola makan pengunjung di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta.

Jenis penelitian adalah survei. Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Mei 2016 sampai Januari 2017. Populasi penelitian adalah pengunjung Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No 16 Yogyakarta sebanyak 110 pengunjung. Sampel penelitian diperoleh sebanyak 80 orang yang ditentukan dengan tabel *Isac* dan *Michael* dengan taraf signifikansi kesalahan 5% maka didapatkan sampel sebanyak 80 orang. Pengumpulan data menggunakan metode tes pengetahuan dan *Food Recall* 24 jam. Pengujian instrument menggunakan uji validitas, reliabilitas dan *items analysis* yang mencakup uji daya beda soal dan tingkat kesukaran butir soal. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif.

Hasil penelitian : (1) Tingkat pengetahuan pengunjung tentang vegetarian dikelompokkan menjadi dua yaitu pengetahuan pengunjung kelompok vegetarian, dan pengetahuan pengunjung non vegetarian. Hasil pengetahuan pengunjung vegetarian termasuk pada kategori tinggi dan sangat tinggi sebanyak 41,8% sedangkan pengetahuan pengunjung non vegetarian termasuk kategori tinggi 38,09% (2) Pola makan pengunjung dibedakan menjadi dua, yaitu pengunjung yang vegetarian sebanyak 21,2% yang terdiri dari kelompok vegan dan kelompok lacto vegetarian, dan jumlah pengunjung non vegetarian sebanyak 78,75%. Hasil pola makan adalah untuk makanan pokok yang dikonsumsi pengunjung baik vegetarian atau non vegetarian adalah 100% pengunjung mengonsumsi beras. Kategori jenis protein yang paling tinggi dikonsumsi pengunjung vegetarian adalah tahu dan tempe dengan persentase pengunjung 17,64%. Kategori jenis protein yang dikonsumsi pengunjung non vegetarian adalah ayam dengan persentase pengunjung 12,69%. Jenis sayuran yang paling tinggi dikonsumsi pengunjung vegetarian dan non vegetarian adalah sawi dan brokoli dengan persentase pengunjung 23,75%. Dan jenis konsumsi buah yang paling tinggi dikonsumsi pengunjung vegetarian dan non vegetarian adalah pepaya dengan persentase pengunjung 6,25%.

Kata kunci: pengetahuan vegetarian, pola makan

**KNOWLEDGE OF VEGETARIAN AND FOOD CONSUMPTION PATTERN  
VISITORS IN A RESTAURANT LOVING HUT  
OF THE DEMANGAN BARU NO. 16 YOGYAKARTA**

By:  
**Trisna Rahayu**  
**15511247002**

**ABSTRACT**

*This study attempts to: (1) knowing knowledge about vegetarian visitors and (2) knowing food consumption pattern visitors in a restaurant loving hut Of the Demangan Baru no. 16 Yogyakarta.*

*This research is survey. This reasearch star in May 2016 until January 2017. The population research is visitors in a restaurant loving hut Of the Demangan Baru no. 16 Yogyakarta as many as 110 visitors. The sample obtained as many as 80 people determined by table isac and michael with standard significant 5% mistake. Data collection in a test and food recall 24 hours. Data analysis technique using analysis descriptive. Testing instrument using the test validity, reliability and items analysis includes testing different power problem and difficulty level grain problem.*

*Research result of: (1) The knowledge visitors about a vegetarian grouped into two namely knowledge visitors a vegetarian group , and knowledge visitors non a vegetarian. The visitors vegetarian knowledge of the high and very high as many as 41,8 % while knowledge visitors non vegan category 38,09 % high. (2) food consumption pattern visitors divided into two namely visitors was vegetarian as many 21,2% consisting of a group vegan and lacto vegan and the number of visitors non a vegetarian as many as 78,75%. The result of food pattern for main/staple food consumed by vegetarian and non vegetarian consumers is 100% rice. The category of highest protein consumed by vegetarian visitors are tofu and tempe with visitors percentage 17,64%. The type of protein thst mostly consumed non vegetarian is chicken with visitors percentage 12,69%. Vegetables the most consumed by vegetarian and non vegetarian are cabbage and broccoli with visitors percentage 23,75%. And the fruits mostly consumed by vegetarian and non vegetarian consumers is papaya with visitors percentage 6,25%.*

*Keywords: knowledge of vegetarian, food consumption*

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya Tugas Akhir Skripsi (TAS) dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Pengetahuan Tentang Vegetarian dan Pola Makan Pengunjung Di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut maka di ucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Rizqie Auliana, M.Kes selaku dosen pembimbing TAS yang dengan sabar memberikan pengarahan, semangat, dan bimbingan selama penyusunan skripsi ini.
2. Dr. Mutiara Nugraheni selaku Ketua Jurusan Pendidikan Teknik Boga Busana dan Ketua Program Studi Pendidikan Teknik Boga Universitas Negeri Yogyakarta beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
3. Dr. Widarto, M.Pd selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Pimpinan Restoran *Loving Hut* Yogyakarta yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Staf dan Karyawan Restoran *Loving Hut* Yogyakarta yang telah memberikan bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian.
6. Ayah dan Ibu tercinta dan kakak-kakak yang telah banyak membimbing dan mendukung dengan segala pengorbanannya serta do'anya dalam mensukseskan studi saya.
7. Teman-teman mahasiswa Jurusan Pendidikan Teknik Boga angkatan 2015 khususnya kelas Program Kelanjutan Studi (PKS).
8. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu terselesaikannya skripsi ini.



Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak diatas menjadi amal yang bermanfaat, dan mendapat balasan dari Allah SWT, dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan baik dalam isi maupun penyusunannya, untuk itu masukan berupa kritik dan saran sangat penulis harapkan demi kesempurnaan dan kemajuan dimasa akan datang.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, Desember 2016

Trisna Rahayu  
NIM 15511247002

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK BAHASA INDONESIA .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK BAHASA INGGRIS .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Pengetahuan Tentang Vegetarian .....	6
a. Sejarah vegetarian .....	6
b. Pengertian vegetarian .....	6
c. Jenis vegetarian .....	7
d. Bahan pangan vegetarian .....	10
e. Pola makan vegetarian .....	16
2. Pola Makan.....	22
a. Karbohidrat .....	23
b. Protein .....	24

B. Hasil Penelitian yang Relevan .....	26
C. Kerangka Pikir .....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A. Jenis atau Desain Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	31
1. Populasi .....	31
2. Sampel .....	31
D. Definisi Operasional Variabel.....	32
1. Pengetahuan Vegetarian .....	32
2. Pola Makan .....	32
E. Teknik dan Instrumen Penelitian .....	33
1. Tes Pengetahuan .....	33
2. <i>Food Recall</i> 24 .....	33
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	35
1. Uji Validitas Instrumen.....	35
2. Uji Reliabilitas Instrumen .....	37
3. <i>Items Analysis</i> .....	39
G. Teknik Analisis Data .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
A. Deskripsi Data .....	43
1. Profil Restoran <i>Loving Hut</i> .....	43
2. Deskripsi Responden.....	44
3. Deskripsi Data Penelitian.....	45
a. Variabel Pengetahuan Tentang Vegetarian .....	45
b. Variabel Pola Makan Pengunjung .....	61
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	65
1. Pengetahuan pengunjung tentang vegetarian .....	65
2. Pola makan pengunjung restoran <i>Loving Hut</i> .....	71
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>73</b>
A. Simpulan.....	73
1. Pengetahuan pengunjung.....	73
2. Pola makan pengunjung .....	74
B. Saran.....	75

1. Bagi pengunjung .....	75
2. Bagi restoran .....	75
3. Bagi penelitian selanjutnya .....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>76</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## Daftar Tabel

Tabel 1. Sumber Kalsium Bahan Pangan Pola Makan Vegetarian.....	13
Tabel 2. Bahan Pangan Sumber Karbohidrat.....	23
Tabel 3. Bahan Pangan Sumber Protein .....	25
Tabel 4. Sumber Sayuran dan Buah-buahan .....	25
Tabel 5. Kisi-Kisi Instrumen Untuk Pengetahuan Pengunjung .....	35
Tabel 6. Instrumen Penelitian Untuk Pola Makan Pengunjung.....	35
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Instrumen.....	38
Tabel 8. Klasifikasi Koefisien Reliabilitas .....	39
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	40
Tabel 10. Kriteria Tingkat Kesukaran .....	41
Tabel 11. Kriteria Daya Pembeda Butir Soal.....	41
Tabel 12. Uji Tingkat Kesukaran Tes Pengetahuan Pengunjung .....	41
Tabel 13. Uji Daya Beda Tes Pengetahuan Pengunjung .....	42
Tabel 14. Katagori Pengukuran Variabel .....	43
Tabel 15. Pola Makan Pengunjung .....	44
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Kelompok Vegetarian .....	46
Tabel 17. Distribusi Kecenderungan Pengetahuan Kelompok Vegetarian ....	47
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Non Vegetarian .....	49
Tabel 19. Distribusi Kecenderungan Pengetahuan Non Vegetarian.....	50
Tabel 20. Jenis Karbohidrat Yang Dikonsumsi Responden.....	61
Tabel 21. Lauk – Pauk Dan Susu Yang Dikonsumsi Responden Vegetarian..	62
Tabel 22. Lauk – Pauk Dan Susu Yang Dikonsumsi Responden Vegetarian..	63
Tabel 23. Sayuran Yang Dikonsumsi Responden .....	64
Tabel 24. Buah-buahan yang Dikonsumsi Responden.....	65



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Piramida Makanan Bagi Vegetarian .....	14
Gambar 2. Kerangka Pikir.....	30
Gambar 3. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian.....	47
Gambar 4. Diagram Pie Chart Responden Vegetarian .....	48
Gambar 5. Histogram Variabel Pengetahuan Responden Non Vegetarian.	50
Gambar 6. Diagram Pie Chart Responden Non Vegetarian .....	51
Gambar 7. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian.....	52
Gambar 8. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian .....	52
Gambar 9. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian.....	53
Gambar 10. Histogram Pengetahuan Non Vegetarian .....	54
Gambar 11. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian.....	54
Gambar 12. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian .....	55
Gambar 13. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian.....	56
Gambar 14. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian .....	56
Gambar 15. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian.....	57
Gambar 16. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian .....	58
Gambar 17. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian.....	58
Gambar 18. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian .....	59
Gambar 19. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian.....	60
Gambar 20. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian .....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Kisi-kisi dan Rubrik Tes Pengetahuan
- Lampiran 1. Uji Coba Tes Pengetahuan Vegetarian
- Lampiran 2. Kunci Jawaban Tes Pengetahuan Vegetarian
- Lampiran 3. Uji Validasi Instrumen Pengetahuan Vegetarian
- Lampiran 4. Uji Reliabilitas
- Lampiran 5. Analisis Soal Tes Pengetahuan Vegetarian
- Lampiran 6. Batas Atas Dan Batas Bawah
- Lampiran 7. Soal Tes Valid Pengetahuan Vegetarian
- Lampiran 8. Lembar *Food Recall* 24 jam
- Lampiran 9. Data Hasil Penelitian
- Lampiran 10. Mean, Modus, Media, dan SD
- Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12. Data Pengunjung Restoran *Loving Hut*
- Lampiran 12. Surat Keterangan Pembimbing
- Lampiran 13. Surat Ijin Observasi
- Lampiran 14. Surat Ijin Penelitian FT UNY
- Lampiran 15. Surat Ijin Bapeda DIY
- Lampiran 16. Surat Bukti Telah melakukan Penelitian
- Lampiran 17. Kartu Bimbingan TAS

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pangan menjadi salah satu kebutuhan pokok manusia. Pengetahuan yang baik sangat diperlukan untuk memilih makanan yang akan dikonsumsi agar sesuai dengan kebutuhan tubuh kita. Salah memilih pola makan, dapat berdampak bagi kesehatan, seperti halnya kasus yang sedang terjadi di Indonesia. Angka kematian utamanya disebabkan oleh penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi dan *stroke*), diabetes serta kanker (Susianto, 2015).

Lebih separuh dari semua kematian di dunia baik negara berkembang maupun negara maju disebabkan oleh penyakit tidak menular, yang berasosiasi dengan kelebihan berat badan dan kegemukan. Faktor yang menjadi penyebabnya adalah kelebihan gizi. Kelebihan gizi ini timbul akibat kelebihan asupan makanan dan minuman kaya energi, kaya lemak jenuh, gula dan garam, tetapi kekurangan asupan pangan bergizi seperti sayuran, buah-buahan dan sereal utuh, serta kurang melakukan aktivitas fisik. Pola makan saat ini dianjurkan mengonsumsi lebih banyak sayuran dan buah-buahan dibandingkan dengan anjuran sebelumnya. Demikian pula jumlah makanan yang mengandung gula, garam dan lemak yang dapat meningkatkan resiko beberapa penyakit tidak menular, dianjurkan untuk dikurangi (Nafsiah Mboi, 2014).

Berkembangnya pola makan vegetarian yang dijadikan sebagai diet untuk kesehatan, karena dapat mengurangi dan menghindari munculnya berbagai jenis penyakit seperti, wasir, penyakit saluran pencernaan, maupun penyakit degeneratif kronis seperti kanker, jantung, dan diabetes militus ( Susianto, 2008). Statistik Badan Kesehatan Dunia (*World Health Organization*) yang disingkat

WHO, secara konsisten menunjukkan bahwa populasi yang mengonsumsi daging dan protein hewani lebih tinggi beresiko memiliki hidup lebih rendah, dibanding mengonsumsi makanan yang jumlah protein nabati lebih tinggi yaitu mempunyai harapan hidup rata-rata 90 sampai 100 tahun.

Tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi makanan meliputi sikap, kepercayaan dan pemilihan terhadap makanan. Sikap individu terhadap makanan dapat positif juga dapat negatif. Sikap positif dan negatif terhadap makanan bersumber pada nilai *affective* yang berasal dari lingkungan (alam, budaya, sosial, dan ekonomi) dimana manusia atau kelompok tumbuh. Dari hasil penelitian diketahui bahwa latar belakang pelaku vegetarian dipengaruhi oleh faktor biologis, faktor psikologis, dan faktor sosial (Bagus Nuswantoro, 2011). Demikian juga halnya kepercayaan pada umat Budha Maitereya penganut kepercayaan ini dilarang mengonsumsi yang mengandung darah sehingga menjadikan pola makan vegetarian ( Marmili Yartini, 2007).

Mulai bermunculan berbagai macam restoran atau rumah makan vegetarian, menunjukkan bahwa semakin banyak minat seseorang mengonsumsi olahan vegetarian. Perkembangan yang sama juga terjadi di Yogyakarta, jumlah rumah makan vegetarian pada awal tahun 2009 hanya ada empat rumah makan, meningkat menjadi dua belas rumah makan pada tahun 2011. Salah satunya restoran vegetarian yang ada di Yogyakarta adalah *Loving Hut*. *Loving Hut* menyajikan aneka jenis masakan vegetarian dengan berbahan dasar sayuran, tanpa olahan daging, susu maupun telur, yang ditawarkan ke konsumen tidak hanya konsumen vegetarian saja namun konsumen bukan vegetarian juga. Restoran *Loving Hut* sendiri tidak hanya sekedar menawarkan berbagai olahan makanan vegetarian, namun juga ingin mengajak konsumen untuk hidup 'back to

nature' dan pentingnya kesehatan sehingga menyebabkan adanya perubahan pola makan yang lebih baik. Kecenderungan tersebut terjadi karena akhir-akhir ini banyak penyakit yang disebabkan oleh makanan yang banyak mengandung bahan pengawet dan kolesterol ( Anang, 2010).

Seseorang yang memilih makan di Restoran vegetarian belum tentu menganut pola makan vegetarian, karena banyak faktor yang menjadikan alasan seseorang makan di restoran vegetarian antara lain tren makanan vegetarian, ingin hidup lebih sehat, atau hanya sekedar ikut-ikutan dan adanya rasa penasaran dan adanya rasa ingin tahu terhadap pola makan vegetarian (Agnesia Hendrika, 2011). Beberapa orang memilih bervegetarian sebagai sebuah gaya hidup saja, dimana mereka hanya ikut-ikutan dan masih rendah pengetahuan mengenai manfaat vegetarian (Suryani, 2011). Dijelaskan juga oleh penelitian yang dilakukan oleh Desman (2008), alasan seseorang makan di restoran vegetarian karena kebiasaan makan sebagai vegetarian, sebagai gaya hidup atau trend, sekedar ingin mencoba, mengonsumsi vegetarian untuk kesehatan, dan sebagai tempat melepas rasa lapar.

Konsumen yang memilih mengonsumsi makanan vegetarian di Restoran *Loving Hut*, belum tentu memiliki pengetahuan yang memadai mengenai makanan vegetarian, hal ini karena pengunjung yang mengonsumsi makanan vegetarian di Restoran *Loving Hut* bisa jadi didasari keinginan sesaat, atau hanya sekedar mengonsumsi saja dan bukan termasuk seseorang yang vegetarian. Banyak orang-orang atau konsumen di Restoran *Loving Hut* yang datang atau mengonsumsi makanan hanya sekedar menambah variasi makanan atau ingin mencoba, sehingga tidak selalu didasari oleh pengetahuan yang memadai tentang hal-hal yang terkait dengan pola makan vegetarian, oleh karena itu perlu dilakukan



penelitian berkenaan pengetahuan pengunjung tentang vegetarian, seberapa tahu pengunjung tentang vegetarian dan apakah pengunjung di Restoran *Loving Hut* sudah menerapkan pola makan vegetarian atau hanya sekedar mengonsumsi saja dan sebenarnya bukan seseorang vegetarian.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka ditetapkan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Angka kematian di Indonesia, utamanya disebabkan oleh penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi dan *stroke*, diabetes serta kanker.
2. Masih banyak penduduk di Indonesia yang mengonsumsi makanan mengandung gula, garam dan lemak sehingga dapat meningkatkan resiko beberapa penyakit tidak menular.
3. Dampak mengonsumsi daging bagi kesehatan, yang beresiko memiliki hidup lebih rendah.
4. Latar belakang seseorang menjadi vegetarian dipengaruhi faktor biologis, faktor psikologis, dan faktor sosial.
5. Restoran vegetarian masih belum bisa mempengaruhi konsumen untuk beralih menjadi pola makan vegetarian. Dimana pengunjung restoran vegetarian hanya sekedar makan atau belum menerapkan pola makan vegetarian.
6. Masih rendahnya pengetahuan tentang vegetarian.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan banyaknya identifikasi permasalahan tersebut maka dibatasi pada pengetahuan tentang vegetarian dan pola makan pengunjung di Restoran *Loving Hut* yang beralamat di Jalan Demangan baru No. 16 Yogyakarta.

#### **D. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana pengetahuan pengunjung tentang vegetarian di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta?
2. Bagaimana pola makan pengunjung di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta?

#### **E. Tujuan Penelitian**

1. Mengetahui pengetahuan pengunjung tentang vegetarian di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta.
2. Mengetahui pola makan pengunjung di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian yang berjudul “ Pengetahuan Tentang Vegetarian dan Pola Makan Pengunjung di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta” dapat bermanfaat sebagai berikut.

1. Hasil penelitian ini menjadi sarana untuk belajar mengenai dunia perkembangan kuliner.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai media promosi untuk mengenalkan salah satu Restoran vegetarian yang beralamat di Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta.
3. Sebagai refrensi dan pengetahuan dalam memilih pola makan yang baik, serta dapat menjadi refrensi penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan pengetahuan tentang vegetarian dan pola makan pengunjung.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Pengetahuan tentang Vegetarian**

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, sebab dari pengalaman dan hasil penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Soekijdo Notoatmodjo, 2010). Pengertian lain, pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Konsep pengetahuan tentang vegetarian meliputi:

###### **a. Sejarah vegetarian**

Vegetarian berasal dari bahasa latin *vegetus* yang berarti keseluruhan, sehat, dan hidup. Vegetarian ternyata sudah ada sejak jaman dulu. Sejarah mencatat, vegetarian sudah dipraktikan di India sebagai ritual keagamaan tahun 2000 SM. Pythagoras, seorang ahli matematika yunani merupakan seorang vegetarian dan salah satu orang yang mengajarkan pola makan tanpa daging. Pythagoras mendirikan sekolah yang dimana semua murid-murid menjalankan pola makan vegetarian. Istilah vegetarian dipopulerkan pertama kali pada 30 september 1847 oleh Joseph Brotheron, di Norhwood Villa, Kent, Inggris. Saat itu pula terbentuk satu komunitas vegetarian di Inggris (Ara Rossi, 2012).

###### **b. Pengertian vegetarian**

Vegetarian merupakan sebutan bagi orang yang hanya mengonsumsi makanan dari tumbuhan-tumbuhan yang meliputi sayur-sayuran, biji-bijian, kacang-kacangan, dan buah-buahan. Kebiasaan makan-makanan yang berasal

dari tumbuh-tumbuhan bukan merupakan ajaran agama tertentu saja, namun lebih disebabkan adanya keyakinan bahwa makanan vegetarian adalah makanan yang terbaik bagi kesehatan (Karnia Padmasuri, 2015).

Sedangkan menurut (Susianto, 2015), vegetarian adalah orang yang mengonsumsi produk nabati, dengan atau tanpa susu dan telur, juga menghindari konsumsi daging, unggas dan hewan laut.

Dari berbagai pendapat di atas dapat dirangkum bahwa vegetarian merupakan pola makan yang menghindari konsumsi protein hewani, meskipun tidak mengonsumsi protein hewani, pola makan vegetarian jarang terjadi kekurangan protein, yaitu dengan cara mengonsumsi lebih dari satu protein nabati.

#### c. Jenis vegetarian

Vegetarian dikelompokkan berdasarkan susunan menu dan tingkat kesulitannya. Vegetarian yang hanya mengonsumsi makanan nabati disebut dengan vegan, sedangkan vegetarian yang mengonsumsi makanan nabati, susu, dan produk olahannya disebut Vegetarian Lacto. Vegetarian yang mengonsumsi makanan nabati, telur, susu dan produk olahan nabati lainnya disebut Vegetarian Lacto-Ovo (Kusharisupeni, 2010).

Vegetarian memiliki beberapa macam jenis-jenisnya dijelaskan oleh (Ara Rossi, 2012) yaitu:

##### 1) Vegetarian fruitarian

kelompok ini pantang mengonsumsi produk hewani dan tanaman yang langsung mati saat dipanen, seperti lobak dan wortel. Penganut vegetarian fluctarian ini beresiko ke kurangan zat gizi.

## 2) Vegan

Kelompok ini sama sekali tidak mengonsumsi makanan yang berasal dari hewan, Vegan adalah golongan vegetarian murni, mereka sama sekali tidak menyantap daging, susu, telur, dan hasil olahannya. Mereka hanya makan-makanan yang berasal dari nabati. Pola makan vegan rawan akan kekurangan zat-zat gizi tertentu, mengingat produk hewani yang dipantangkan merupakan sumber protein, oleh sebab itu kelompok vegan harus pintar-pintar mengatur pola makan.

## 3) Lacto-ovo vegetarian

Kelompok ini masih mau mengonsumsi telur dan susu

## 4) Ovo-vegetarian

Kelompok ini masih mengonsumsi telur

## 5) Lacto-vegetarian

Kelompok ini, selain mengonsumsi bahan makanan nabati, masih mengonsumsi susu dan olahannya, seperti *youghurt* dan keju.

## 6) Vegetarian *Pesco*

Kelompok ini diperbolehkan menyantap ikan, namun produk nabati tetap merupakan makanan utama.

## 7) Semi-vegetarian

Kelompok ini paling longgar di bandingkan jenis vegetarian yang lain. Kelompok ini pantang makan daging merah namun masih memperbolehkan makan daging unggas.

Dijelaskan juga jenis-jenis vegetarian terbagi dalam beberapa kelompok (Karina Padmasuri, 2015):



#### 1) Vegan

Vegan sering disebut sebagai vegetarian total, atau vegetarian murni. Vegan ini adalah orang atau kelompok yang tidak mengonsumsi atau memakan produk hewani apapun. Selain itu mereka juga menghindari madu dan juga produk hewan seperti kulit hewan ataupun kosmetik yang mengandung produk hewani.

#### 2) Lacto vegetarian

Lacto vegetarian adalah vegetarian yang mengonsumsi bahan pangan nabati, dan tidak mengonsumsi daging ternak, daging unggas, ikan dan telur. Kelompok ini masih diperbolehkan mengonsumsi susu serta hasil olahannya seperti keju, dan yoghurt.

#### 3) Vegetarian ovo

Vegetarian ovo ini adalah tipe vegetarian yang berpantang makan daging ternak, daging unggas, ikan, susu, dan produk olahan lainnya. Namun jenis ini masih mengonsumsi telur

#### 4) Vegetarian lacto-ovo

Lacto-ovo vegetarian adalah vegetarian yang mengonsumsi bahan nabati dan tidak mengonsumsi daging lemak, daging unggas, ikan. Kelompok ini masih diperbolehkan mengonsumsi susu dan telur beserta olahannya .

#### 5) Pseudo vegetarian

Pseudo vegetarian ini adalah kelompok yang hanya menghindari daging merah saja dan masih mengonsumsi daging ayam dan ikan secara rutin.

#### 6) Pollo-vegetarian

Pollo vegetarian adalah tipe yang masih mengonsumsi daging unggas, seperti ayam, kalkun, dan bebek. Namun, tidak mengonsumsi jenis daging lainnya.

7) Pesco-Vegetarian.

Pesco-vegetarian atau juga dikenal dengan pescatarian adalah tipe vegetarian yang menghindari segala jenis daging. Namun, masih mengonsumsi ikan.

8) Semi vegetarian atau flexitarian

Flexitarian ini merupakan jenis vegetarian yang secara tidak rutin mengonsumsi daging. Maksudnya, kelompok vegetarian ini mengonsumsi daging hanya sekali saja dalam satu minggu atau saat-saat tertentu saja

9) Frutarian

Frutarian ini merupakan jenis vegetarian yang tidak mengonsumsi jenis daging apapun. Kelompok vegetarian ini hanya mengonsumsi buah-buahan sebagai makanan sehari-hari.

Dari jenis-jenis vegetarian diatas dapat disimpulkan, bahwa vegetarian masih diperbolehkan mengonsumsi daging, namun pada umumnya vegetarian lebih mengurangi atau menghindari konsumsi daging. Jadi, agar pola makan vegetarian tetap sehat dan memiliki gizi yang cukup maka harus dilakukan penyusunan menu yang baik.

d. Bahan pangan vegetarian

Sumber protein yang diistilahkan daging bagi para vegetarian (Ara Rossi, 2012) :

1) Gluten

Gluten adalah daging tiruan yang paling populer di kalangan vegetarian, gluten ini digunakan sebagai olahan seperti daging, rendang, bakso, sate, empal, dan lain-lain. Gluten terbuat dari tepung terigu yang diuleni dengan kalis, lalu dibilas berkali-kali hingga dihasilkan sari pati tepung yang bertekstur kenyal seperti daging

## 2) Proteina

Proteina merupakan olahan yang terbuat dari jagung dan memiliki rasa yang gurih. Proteina memiliki tiga pilihan bentuk, yaitu cincang, kasar, dan irisan

## 3) Kaki jamur

Jamur tiram, jamur kancing, jamur hioko, dan semua jenis jamur adalah salah satu jenis tanaman yang rasa dan bentuknya jika sudah diolah hampir menyerupai daging. Jamur tiram atau *oyster mushroom* termasuk jamur yang memiliki kandungan nutrisi seperti B2, vitamin B1, fosfor, besi kalsium, karbohidrat, dan protein. Beberapa bahan pangan bagi vegetarian untuk mencukupi nutrisi (Karina Padmasuri, 2015) :

### 1) Daun hijau gelap

Daun ini merupakan makanan yang penuh nutrisi untuk tulang seperti kalsium, magnesium, potasium, dan vitamin K. Daun ini bisa langsung dikonsumsi dalam keadaan mentah atau bisa juga dengan cara dimasak. Daun ini menyediakan protein dan lemak serta omega 3 dalam jumlah tidak banyak, namun daun ini mengandung banyak serat dan antioksidan .

### 2) Kacang

Kacang kaya protein, serat, dan antioksidan. Kacang adalah sumber protein terbaik.

### 3) Berry

Berry merupakan buah yang memiliki kandungan serat paling banyak serta antioksidan yang meningkatkan sistem kekebalan tubuh.

#### 4) Biji-bijian

Mengandung lemak sehat dan antioksidan seperti vitamin E, serta protein dan karbohidrat.

#### 5) Paprika, wortel dan tomat

Paprika, wortel, dan tomat adalah jenis makanan yang kaya akan warna, dan memiliki kandungan nutrisi yang melimpah. Dianjurkan perbanyak mengonsumsi sayur dan buah aneka warna, karena hal tersebut bisa membantu dalam kecukupan nutrisi.

Sumber-sumber bahan pangan bagi pola makan vegetarian lainnya (Susianto, 2015) antara lain:

#### 1) Protein

Perencanaan protein secara baik, dapat mencukupi kebutuhan protein dengan mudah. Ada banyak sumber protein yang sangat baik untuk para vegan antara lain kacang polong, tomat kering, susu kedelai, biji-bijian, tempe, semua jenis kacang-kacangan, daging gandum, sayuran dan berdaun hijau gelap.

#### 2) Kalsium

Kalsium berfungsi memperkuat tulang dan gigi, membantu pembekuan darah, membangun otot. Kalsium pada kelompok vegetarian dapat diperoleh dari nabati. pada tabel 2 di sebutkan berbagai bahan pangan sumber kalsium.

Tabel 1. Sumber Kalsium Bahan Pangan Pola Makan Vegetarian

Makanan	Kalsium (100 gr)
Sayur-sayuran berdaun	
- Bayam	98
- Mustard hijau	183
Kacang-kacangan:	

- Kacang polong	150
- Kedelai	226
- Tahu	128
Tanaman laut	
- Agar-agar	400
Biji-bijian	
- Almond	1160
- Biji wijen	120
Produk-produk hewani	
- Susu sapi	118
- Yoghurt	120

Sumber : (Susianto dan Chindy, 2015)

### 3) Sumber zat besi nabati

Zat besi berfungsi sebagai membawa oksigen dalam darah, mencegah anemia, meningkatkan kekebalan tubuh. Sumber zat besi pada bahan makanan meliputi, brokoli, lobak/bit Swiss, dan sayuran berdaun hijau tua lainnya. Sumber lain zat besi yang baik adalah sereal, roti, pasta, kedelai, buncis dan tempe.

### 4) Zinc

Zinc berfungsi sebagai pembuatan insulin, membantu sintesis protein, ARN dan ADN. Zinc dapat diperoleh dari bahan makanan kacang-kacangan, tempe, biji-bijian, sereal dan roti gandum.

### 5) OMEGA 3

OMEGA 3 berfungsi sebagai pembentukan dinding sel tubuh, meningkatkan sirkulasi dan input oksigen oleh sel. Sumber OMEGA 3 pada bahan makanan yaitu, tempe, kacang hitam, biji labu, walnut, edamame, almond, canola, kenari, wijen, dan chia seed. Dibawah ini disebutkan mengenai piramida makanan bagi vegetarian.



Gambar 1. Piramida makanan bagi vegetarian

Sumber: 2002, Department of Nutrition, Arizon State University  
(Dalam Ara Rossi, 2012)

Piramida makanan bagi vegetarian tak jauh beda dengan piramida makanan umumnya, bedanya ada pada sumber protein yang tidak didominasi oleh daging, tapi dari kacang-kacangan dan sumber protein lainnya. Adapun penjelasan lebih detailnya:

#### 1) Minyak

Berbagai minyak nabati dapat dikonsumsi kelompok vegan, mulai dari minyak kelapa, minyak kanola, minyak palem dan lain sebagainya. Bahan makanan ini harus dibatasi konsumsinya, 2-3 sendok teh saja setiap hari.

#### 2) Kacang-kacangan

Adapun golongan kacang-kacangan, seperti kacang tanah dan sejenisnya dapat dikonsumsi 1-2 porsi setiap hari.

3) Bahan makanan pengganti susu

Bahan makanan pengganti susu yang dapat dikonsumsi vegan diantaranya susu kedelai maupun hasil olahan kedelai lain yang telah difortifikasi dengan vitamin B12. Bahan makanan ini dapat dikonsumsi sebanyak tiga porsi.

4) Sayur-sayuran

Sayur-sayuran seperti wortel, lobak, mentimun, labu, tomat, cabai dan bawang-bawangan dapat dikonsumsi oleh vegan sebanyak 2-4 porsi. Sedangkan sayur-sayuran segar berdaun hijau, seperti kangkung, bayam, seledri, sawi dan selada dapat dikonsumsi sebanyak 2-3 porsi.

5) Polong-polongan,

Polong-polongan seperti buncis dan bahan makanan kaya protein lain, seperti hasil olahan kedelai, yakni tempe, tahu dan tofu dapat dikonsumsi sebanyak 2-3 porsi.

6) Buah-buahan

Buah-buahan segar, seperti semangka, nanas, jeruk, anggur, pisang dan lain sebagainya dapat dikonsumsi sebanyak 1-2 porsi. Sedangkan buah-buahan kering dapat dikonsumsi sebanyak 1-2 porsi.

7) Sereal dan umbi-umbian

Pasta, sereal dan padi-padian dapat dikonsumsi sebanyak 6-10 porsi. Adapun kelompok ini adalah nasi, kentang, singkong, roti, ketan dan lain sebagainya.

8) Air dan suplemen

Mengonsumsi minimal delapan gelas sehari. Kelompok vegan yang kesulitan memenuhi kebutuhan vitamin tertentu dapat mengonsumsi suplemen, yakni vitamin B12 sebanyak 2,4 mg/d; vitamin D 200 IU/d dan kalsium 600 mg/d.

Dari yang telah dipaparkan diatas bahwa untuk mengatur pola makan vegetarian dengan menambah atau memperbanyak porsi asupan protein agar dapat memenuhi asupan gizi, meskipun hanya mengonsumsi yang bersumber dari bahan nabati saja dan dapat juga dengan mengonsumsi suplemen.

e. Pola Makan vegetarian

Pola makan vegetarian memberikan berbagai manfaat bagi kesehatan (Karina Padmasuri, 2015) antara lain:

1) Kesehatan jantung

Vegetarian memiliki manfaat bagi kesehatan jantung karena hasil penelitian dari Louisiana University saat ini rata-rata AS pemakan daging berpeluang 50% terkena penyakit jantung. Karena daging memiliki kadar lemak yang tinggi. Semakin banyak orang mengonsumsi lemak, maka semakin banyak pula kadar kolesterol dalam darah. Penumpukan kolesterol tersebut akan mengakibatkan penebalan pada pembuluh darah atau aterosklerosis. Kondisi demikian akan mengakibatkan kelenturan pembuluh nadi berkurang atau tersumbat sehingga aliran darah yang membawa oksigen ke jaringan dinding jantungpun berhenti.

2) Kanker

Hasil penelitian Harvard Nurses Health Studi menyebutkan daging diduga keras berhubungan dengan kanker payudara. *The National Cancer Institute* dalam (Karina Padmasuri, 2015) mengatakan wanita yang setiap hari menyantap daging berpeluang empat kali lebih besar terkena kanker payudara dibanding yang tidak makan daging setiap hari. Sebaliknya resiko pada wanita yang mengonsumsi sayuran setiap hari berkurang 20-30%.

Studi lain yang dilakukan di Jerman menyimpulkan sistem kekebalan tubuh kaum vegetarian lebih efektif membunuh sel tumor dari pada sistem kekebalan



tubuh para pemakan daging. Sayur-mayur melindungi mereka dari kanker prostat, kanker usus besar, dan kanker kulit.

Jadi seseorang yang menjalani vegetarian lebih beresiko kecil terkena kanker. Pola makan vegetarian banyak mengonsumsi zat antioksidan, mineral, fitokimia, vitamin, dan banyak nutrisi lain. Beberapa nutrisi tersebut dapat meningkatkan sistem imunitas yang mampu melawan berbagai jenis penyakit kanker.

### 3) Sebagai program diet

Vegetarian dapat digunakan sebagai program diet bagi beberapa penderita penyakit yang harus menghindari makanan berlemak tinggi atau yang mengandung kolesterol jahat (Karina Padmasuri, 2015). Selain itu mengurangi kelebihan berat badan dan membuat tubuh menjadi ideal. Dan terhindar dari resiko timbulnya penyakit darah tinggi.

Dijelaskan juga karena asupan lemak hewani berkurang pada kelompok vegetarian, jadi kelompok vegetarian jarang mengalami kegemukan. Mengonsumsi makanan sehat seperti sayur-sayuran, kacang-kacangan, biji-bijian, dan buah-buahan cukup memenuhi kebutuhan tubuh. Serta menjadikan tubuh menjadi ideal (Ara Rossi, 2012).

### 4) Bermanfaat bagi tulang

Vegetarian juga bermanfaat bagi tulang, para peneliti menyimpulkan penurunan masa tulang vegetarian berumur 65 tahun sebesar 18%, sedangkan pada wanita non vegetarian dua kali lebih besar. Tanpa perlu bergantung pada susu, para vegetarian dapat memperoleh kalsium dari bahan makanan lain kaya kalsium, seperti sayuran hijau (bayam, daun katuk, daun pepaya, daun singkong, brokoli), sayuran polong (kacang panjang, kacang hijau, kacang tolo, kedelai, tempe, tahu).

5) Membantu proses metabolisme

Pola makan Vegetarian membantu dalam proses metabolisme, karena karena pola makan vegetarian kaya akan kandungan serat, serta makanan vegetarian juga menyehatkan proses pencernaan dalam tubuh serta mampu membuat kerja usus dan lambung tidak terlalu berat dalam melakukan pengolahan.

6) Terhindar dari racun lemak hewani

Daging hewan yang dikonsumsi terkadang memicu memproduksi steroid dan hormon stress. Hormon inilah yang akan dilepas dialiran darah. Saat dikonsumsi oleh manusia, akan berformasi menjadi racun yang kemungkinan dapat membahayakan tubuh. Tidak hanya itu, hewan potong terkadang disuntik dengan hormon pertumbuhan dengan tujuan agar memiliki daging lebih banyak. Hormon ini memicu terbentuknya berbagai penyakit saat dikonsumsi oleh manusia. Dijelaskan juga oleh (Kusharisupeni, 2010) manfaat dari pola makan vegetarian itu:

1) Penyakit jantung koroner (PJK)

Kelompok masyarakat dengan diet berbasis tumbuhan memiliki angka kematian yang lebih kecil yang diabatkan penyakit jantung koroner dibanding dengan kelompok masyarakat dengan diet mengandung banyak daging

2) Mengontrol berat badan

Kejadian obesitas terjadi karena ada ketidak seimbangan antara zat gizi. Oleh karena itu berat badan kelompok vegetarian lebih terkontrol dibandingkan non vegetarian.

3) Melindungi kesetabilan darah

Berat badan yang terkontrol mempengaruhi tekanan darah. Diet vegetarian yang rendah total lemak, rendah lemak jenuh, tinggi serat, banyak buah dan sayuran memelihara kestabilan tekanan darah

Selain vegetarian sebagai manfaat kesehatan, dinegara maju menjadi vegetarian juga sebagai alasan lingkungan dan etika. Manfaat vegetarian dalam lingkungan dan etika (Ara Rossi, 2012).

#### 1) *Save energy*

Saat ini krisis energi dan pangan merebak ke seantero muka bumi. Dengan menjadi vegetarian, sudah dapat berpartisipasi. Dijelaskan bahwa, bahan makan hewani membutuhkan lebih banyak konsumsi energi dalam proses produksi dan suplai dibanding makanan nabati. Menurut U.S. Geological Survei, untuk membuat satu tangkup *humburger* misalnya, dibutuhkan setidaknya 1.300 galon air. Jadi tidak heran jika produk pangan hewani dan *junk food* memerlukan lebih banyak energi dbandingkan dengan mengolah sayuran, buah, dan beras.

#### 2) *Mencegah global warming*

Fakta yang diungkapkan FAO tahun 2006 menjelaskan bahwa daging merupakan komoditif penghasil emisi karbondioksida paling tinggi (20%) bahkan melampaui jumlah emisi gabungan dari semua kendaraan di dunia. Faktanya industri ternak telah menghasilkan 9% racun karbondioksida, 65% nitroksida, dan 37% gas metana. selain itu, industri ternak juga memerlukan banyak energi untuk mengubah ternak menjadi daging siap dikonsumsi. Untuk memproduksi 1 kg daging misalnya, dihasilkan emisi karbondioksida sebanyak 36,4kg (Ara Rossi, 2012).

#### 3) *Hak asasi hewan*

Banyak orang yang memutuskan menjadi vegan karena berkaitan dengan sikap etis terhadap hak asasi hewan, seperti yang dilakukan oleh WWF atau PETA ( *People for Ethical Treatment of Animals*), selain disebabkan oleh ketidak tegaan melihat binatang disembelih untuk dimakan. Inilah alasan etika yang banyak digunakan masyarakat barat. Sementara itu, agama tertentu bahkan menganjurkan untuk tidak mengonsumsi daging.

<http://hiduplebihmulia.com> (diakses 20 april 2016), sepertiga (1/3) dari bahan bakar fosil (minyak bumi, batu bara, dll) di Amerika Serikat dihabiskan di sektor peternakan. Tidak mengherankan bila melihat fakta bahwa 80% dari tanah agrikultur di sana digunakan untuk aktivitas peternakan antara lain sebagai berikut:

- 1) Meliputi semua aktivitas pertanian

Hewan ternak diberi makan dengan hasil pertanian, jadi jumlah energi sangat banyak yang dihabiskan oleh aktivitas penggundulan hutan, pembajakan tanah, produksi pupuk, irigasi, hingga aktivitas panen. Setiap aktivitas pertanian ini memerlukan energi dalam prosesnya

- 2) Aktifitas di perternakan

Aktifitas di perternakan menyedot energi untuk lampu-lampu, mesin atau mobil pengangkut, pendingin, penghangat dll.

- 3) Aktifitas energi dan listrik

Hewan-hewan yang telah siap dipotong diangkut lagi ke tempat-tempat pemotongan hewan, lagi-lagi dengan kendaraan yang rakus bahan bakar. Sesampainya disana, rumah pemotongan kembali menghabiskan energi untuk semua proses pemotongan hewan dan peralatannya. Kemudian, menghabiskan

banyak listrik, karena hasil olahan daging yang sudah siap harus disimpan dalam lemari pendingin dimana lemari pendingin membutuhkan banyak energi listrik.

Oleh sebab itu dengan menjadi vegetarian, berarti sudah turut menyumbangkan penghematan energi. Alasan lain menjadi vegetarian karena ada keyakinan agama, penganut kepercayaan Budha Maitreya menerapkan pola makan vegetarian dimana mereka tidak diperbolehkan memakan makanan yang memiliki darah. Ajaran Budha Maitreya mengajarkan bahwa semua makhluk hidup yang bernyawa harus dijaga bukan untuk dimakan. Selain itu anjuran untuk bervegetarian juga mengatakan bahwa orang yang bervegetarian merupakan manusia yang sehat dan cenderung terhindar dari penyakit (Meyni, 2009).

Jadi dari yang telah dijelaskan diatas bahwa vegetarian memiliki berbagai macam manfaat, yaitu:

1) Sebagai kesehatan

Berbagai penyakit banyak disebabkan oleh asupan daging. Konsumsi daging lebih berpeluang besar terkena penyakit kanker payudara, jantung dan penyakit degeneratif lainnya dibanding yang tidak mengonsumsi daging. Vegetarian juga bermanfaat sebagai menjaga berat badan tubuh karena, sayuran lebih kaya akan serat dibanding dengan protein hewani yang lebih tinggi kandungan lemak.

2) Sebagai alasan lingkungan dan etika

Pengolahan bahan hewani membutuhkan energi lebih besar dibanding pengolahan bahan nabati. Serta industri hewani juga banyak memberi pengaruh dalam *global warming*.

3) Keyakinan atau kepercayaan

Alasan menjadi vegetarian karena alasan agama, yang dimana dalam agama tertentu melarang mengonsumsi olahan hewani.

## **2. Pola Makan**

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak, serta seluruh kelompok umur. Gizi baik membuat berat badan normal atau sehat, tubuh tidak mudah terkena penyakit infeksi, produktivitas kerja meningkat serta terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini. Agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit kronis atau penyakit tidak menular terkait gizi, maka pola makan masyarakat perlu ditingkatkan ke arah konsumsi gizi seimbang. Keadaan gizi yang baik dapat meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat (Nafsiah Mboi, 2014).

Pola makan adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai jumlah dan jenis bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu. Pola makan juga dikatakan sebagai suatu cara seseorang atau sekelompok orang atau keluarga memilih makanan sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis, kebudayaan dan sosial (Suhardjo, 1992).

Pola makan dapat diartikan suatu kebiasaan menetap dalam hubungan dengan konsumsi makanan yaitu berdasarkan jenis bahan makanan: makanan pokok, sumber protein, sayur, buah, dan berdasarkan frekuensi: harian, minggu, pernah, tidak pernah sama sekali. Dalam hal pemilihan makanan dan waktu

makan manusia dipengaruhi oleh usia, selera pribadi, kebiasaan budaya dan sosial ekonomi (Sunita Almatsier, 2003) Jadi pola makan adalah salah satu sifat atau kebiasaan yang dilakukan seseorang dalam menggambarkan pemilihan makanan atau kebiasaan perilaku makan.

Pola makan harus dapat mencakup asupan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh menurut Sunita Almatsier (2003), diantaranya:

a. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber utama berfungsi sebagai penghasil energi bagi tubuh. Sumber karbohidrat adalah padi-padian atau serelia, umbi-umbian, kacang-kacang kering, dan gula. Hasil oleh bahan-bahan ini adalah bihun, mie, roti, tepung-tepungan, selai, sirup, dan sebagainya. (Sunita Almatsier, 2003).

Karbohidrat merupakan zat gizi sumber energi utama dalam susunan menu sebagian besar masyarakat Indonesia. Pada umumnya, kandungan karbohidrat ini berkisar antara 60-70% dari total konsumsi energi. Bahan makanan sumber karbohidrat berasal dari makanan pokok seperti biji-bijian (beras, jagung, sorgum), ubi-ubian (kentang, singkong, ubi jalar), dan kacang-kacangan (Rizqie Auliana, 2001).

Tabel 2. Bahan Pangan Sumber Karbohidrat (100 gram)

No	Bahan Makanan	Nilai KH (g)
1	Bihun	82,1
2	Makroni	78,7
3	Nasi	39,8
4	Nasi Beras Merah	32,5
5	Jagung	31,5
6	Mie kering	6,3
7	Biskuit	75,1
8	Singkong	36,8
9	Kentang	29,8
10	Ubi jalar	20,6
12	Talas	25

Sumber : Tabel Komposisi Bahan Pangan Indonesia, 2008

b. Protein

Protein berfungsi sebagai zat pembangun dan pengatur. Protein bersumber dari bahan makanan hewani seperti telur, susu, daging, unggas, ikan dan kerang. Sumber protein nabati seperti kacang kedelai dan hasil olahannya, seperti tempe dan tahu, serta kacang-kacangan lain. Padi-padian dan hasilnya relatif rendah dalam protein, tetapi karena dimakan dalam dalam jumlah banyak, memberi sumbangan besar terhadap konsumsi protein sehari. Menurut catatan Biro Pusat Statistik tahun 1999, rata-rata 51,4% konsumsi protein penduduk berasal dari padi-padian.

Bahan makan hewani kaya dalam protein bermutu tinggi, tetapi hanya merupakan 18,4% konsumsi protein rata-rata penduduk Indonesia. Bahan makan nabati kaya dalam protein adalah kacang-kacangan. Kontribusinya rata-rata terhadap konsumsi protein hanya 9,9%. Sayur dan buah-buahan rendah dalam protein, kontribusinya terhadap protein adalah 5,3%.

Catatan Biro Pusat Statistik pada tahun 1999, menunjukan secara nasional konsumsi sehari-hari protein rata-rata penduduk Indonesia adalah 48,7 gram sehari. Konsumsi protein ini telah melebihi rata-rata standar kecukupan protein sehari (45 gram) (Sunita Almatsier, 2003).

Protein memiliki berbagai macam fungsi antara lain (Rizqie Auliani, 2001) :

1) Sebagai zat pembangun

Protein diperlukan pada masa pertumbuhan dari anak-anak sampai remaja, masa hamil dan menyusui, masa sakit sampai proses penyembuhan, serta pada orang dewasa dan lanjut usia.

2) Sebagai zat pengatur



Sebagai zat pengatur, protein berfungsi sebagai pembentuk antibodi atau zat kekebalan tubuh dan membantu mengatur pengangkutan zat-zat gizi dan metabolit dari jaringan ke saluran darah.

3) Sebagai zat tenaga

Apabila energi yang diperoleh dari konsumsi karbohidrat dan lemak tidak mencukupi kebutuhan tubuh maka protein akan dibakar untuk menghasilkan energi.

Tabel 3. Bahan Pangan Sumber Protein

No	Protein Hewani	Protein Nabati
1	Daging sapi	Kacang hijau
2	Daging babi	Kacang kedelai
3	Daging ayam	Kacang kedelai kuning
4	Hati sapi	Kacang kedelai hitam
5	Didih sapi	Kacang mete
6	Babat	Kacang tanah
7	Usus sapi	Kacang tolo
8	Telur	Kacang merah
9	Ikan	Tahu
11	Udang	Tempe
12	Keju	Susu kedelai
13	Bakso daging	Oncom
14	Susu sapi	Wijen

Sumber : Sunita Almtsier, 2003

Tabel 4. Sumber Sayuran dan Buah-buahan

No	Sayuran	Buah-buahan
1	Oyong	Anggur
2	Wortel	Apel
3	Buncis	Belimbing
4	Kangkung	Jambu
5	Ketimun	Kedondong
6	Tomat	Durian
7	Terong	Pepaya
8	Sawi	Jeruk
9	Bayam	Apel
10	Kol	Semangka

Sumber : Sunita Almtsier, 2003

## **B. Hasil Penelitian yang Relevan**

Hasil penelitian yang relevan dengan permasalahan atau fenomena dengan penelitian yang dilakukan penulis, sebagai berikut.

### **1. Ni Gusti Ayu Sanggrayani Astadi (2015)**

Dengan penelitian yang berjudul “Tingkat Konsumsi Energi Protein Dan Status Gizi Vegetarian Di Asram Sri Radha Gopisvara Madhava Banyuning Singaraja Bali” hasil penelitian ini menjelaskan pengetahuan mereka mengenai vegetarian baik dilihat dari hasil asupan konsumsi energi dan protein pada komunitas vegetarian baik, meskipun mereka tidak mengonsumsi protein hewani tidak menjadikan komunitas vegetarian kekurangan protein.

Jenis karbohidrat yang dikonsumsi oleh responden dalam penelitian ini adalah hampir 100% responden mengonsumsi jenis karbohidrat yang berasal dari biji-bijian dan umbi seperti nasi, ubi jalar, singkong dan jagung. Pada jenis karbohidrat yang berasal dari biji-bijian yaitu nasi merupakan menu pokok. Jenis protein yang dikonsumsi oleh responden pada penelitian ini adalah protein yang berasal dari nabati dan susu sapi. Hampir 100% responden mengonsumsi protein jenis nabati seperti protein yang berasal dari kacang-kacangan.

### **2. Meyni F. Saragih (2009)**

Dengan penelitian yang berjudul “ Vegetarian Suatu Kajian Kebiasaan Makan Pada Umat Budha Maitreya” dari penelitian ini terdapat pengetahuan bahan makanan yang dimakan setiap harinya, pengetahuan mengenai adanya larangan dari Budha Maitereya untuk makan daging, menyebabkan penganut kepercayaan ini memilih pola makan vegetarian dengan mengatur pola makan yang baik dan menghindari konsumsi hewani. Menurut pengetahuan dan keyakinan yang dianut menjauhkan konsumsi dari hewani, dapat mendekatkan

diri pada Tuhan, mengasihi hewan, dan untuk mendapatkan pikiran yang jernih. Serta bertambahnya pengetahuan tentang penyakit dan asupan makanan semakin terjaga. Pengetahuan bahan makan yang dimakan setiap harinya sangatlah tinggi, dimana mereka mengatur pola makan yang baik, serta keuntungan menjadi vegetarian memiliki segudang manfaat dalam kesehatan.

Dalam memenuhi kebutuhan akan nutrisi dalam tubuh seseorang harus mengetahui kandungan apa saja yang terdapat dalam makanan yang dia makan. Begitu halnya umat Budha Maitreya, mereka mempunyai pengetahuan yang tinggi tentang vegetarian. Pengetahuan tersebut diperoleh dari orang tua yang di turunkan secara turun temurun juga mereka dapat dari buku-buku yang sekarang ini banyak membahas tentang vegetarian. Umat Budha Maitreya juga mendapatkan pengetahuan dari seminar-seminar yang sering dilakukan di vihara tentang makanan vegetarian.

### 3. Suryani (2011)

Dengan penelitian yang berjudul “Perilaku Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Terhadap Pola Makan Vegetarian Tahun 2011”. Hasil dari penelitian ini menjelaskan karakteristik mahasiswa FKM USU memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap pola makan vegetarian daripada sumber informasi. Kelompok referensi teman sangat mempengaruhi mahasiswa FKM USU dibandingkan dengan kelompok referensi lainnya seperti keluarga dan tokoh idola (orang yang disenangi). Tindakan mahasiswa FKM USU terhadap pola makan vegetarian masih berada pada tingkat persepsi, jadi masih kurang pengetahuan mereka mengenai manfaat vegetarian. Hal itu berarti mereka masih mengenal dan memilih pola makan vegetarian tetapi belum mau menjalankannya.

### **C. Kerangka Pikir**

Salah satu kunci kesehatan adalah pengetahuan akan pola makan yang sehat. Pola makan mempengaruhi status gizi seseorang, kondisi gizi baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh zat-zat gizi yang akan digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan untuk mencapai tingkat kesehatan optimal.

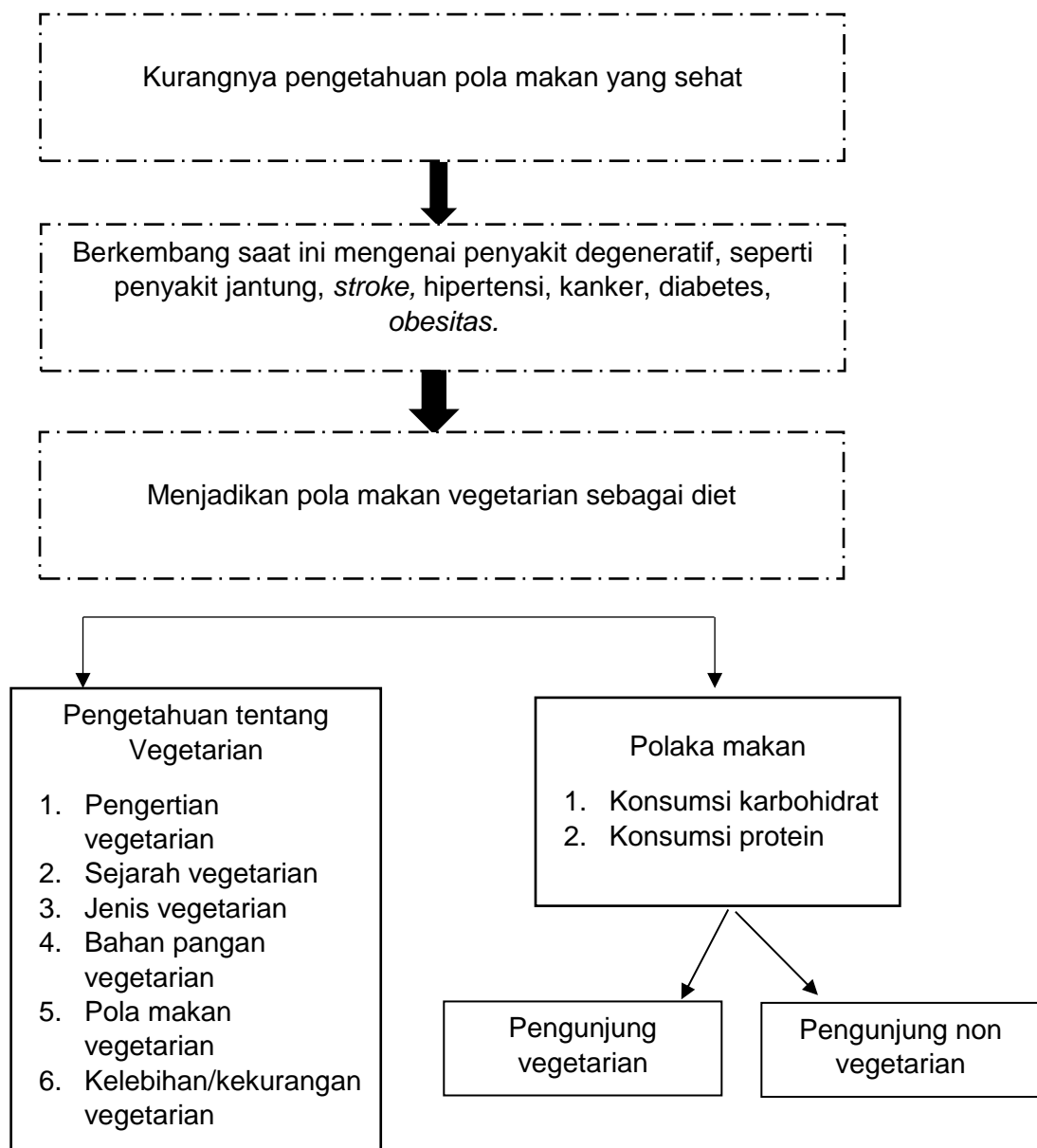
Kurangnya pengetahuan mengenai pola makan yang sehat, tak jarang membuat timbulnya berbagai macam penyakit degeneratif misalnya jantung, *stroke*, hipertensi, bahkan alzheimer. Kelebihan asupan makanan dan minuman, kaya lemak jenuh, gula dan garam, tetapi kurangnya asupan serat seperti sayuran, buah-buahan dan sereal utuh, yang berpeluang menimbulkan penyakit degeneratif dan obesitas.

Pola makan vegetarian telah di buktikan dari berbagai macam penelitian sebagai pola makan yang sehat. Pola makan vegetarian ini dimaksud sebagai pola makan diet pencegahan dan penyembuhan penyakit degeneratif. Vegetarian lebih mengutamakan mengonsumsi protein nabati, dan menghindari protein hewani. Protein hewani merupakan salah satu penyebab dari timbulnya penyakit degeneratif, karena protein hewani memiliki asupan tinggi kolesterol dan lemak jenuh dibandingkan dengan protein nabati. Oleh sebab itu pola makan vegetarian harus dapat mengatur jumlah asupan yang dikonsumsi, karena sumber protein pada umumnya didapat dari protein nabati jadi dibutuhkan pengetahuan yang baik dalam mengatur pola makan untuk dapat memberikan asupan bagi tubuh seperti gizi lebih terkontrol.

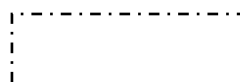
Seiring dengan berkembangnya restoran vegetarian, membuktikan semakin banyak yang tertarik mengonsumsi olahan vegetarian. Berbagai alasan seseorang memilih makan di restoran vegetarian, bisa disebabkan karena pengetahuan dari

manfaat vegetarian itu sendiri. Pengetahuan vegetarian sendiri mencakup, pengetahuan tentang sejarah vegetarian, pengertian vegetarian, jenis vegetarian, pola makan vegetarian, bahan pangan vegetarian, kelebihan dan kekurangan vegetarian. Sehingga dengan memiliki pengetahuan tersebut bisa menjadi alasan seseorang memilih mengonsumsi olahan vegetarian. Tidak jarang juga seseorang hanya sekedar ingin mengonsumsi olahan vegetarian, karena hanya ikut-ikutan tren, atau hanya sekedar makan, tapi masih rendah akan pengetahuan tentang vegetarian.

Pada umumnya perbedaan pola makan biasa dan vegetarian dapat dilihat dari asupan protein dimana kelompok vegetarian lebih dominan mengonsumsi dari jenis protein nabati. Meskipun tidak semua kelompok vegetarian menghilangkan mengonsumsi daging, ada jenis-jenis kelompok vegetarian yang masih mengonsumsi daging, atau olahannya seperti susu, keju dan yogurt yang dikonsumsi pada vegetarian kelompok lacto vegetarian, sedangkan kelompok ovo vegetarian masih mengonsumsi telur, hanya saja untuk porsi konsumsinya lebih dikurangi. Sehingga, dari melihatnya pola makan tersebut dapat membedakan antara pola makan biasa dan pola makan vegetarian.



Gambar 2. Kerangka Pikir



Variabel yang tidak diteliti



Variabel yang diteliti

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis atau Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah survey. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan analisis data menggunakan statistik deskriptif, karena data penelitian berupa angka-angka, sedangkan analisis deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang diteliti, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku secara umum (Sugiyono, 2013).

##### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian tentang pengetahuan vegetarian dan pola makan pengunjung dilakukan pada bulan Mei 2016 sampai bulan Januari 2017 di Restoran Loving Hut Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta.

##### **C. Populasi dan Sampel**

###### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas, obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah pengunjung di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta, dengan populasi rata-rata pengunjung perhari selama sebulan berjumlah 110 pengunjung.

###### **2. Sampel**

Sampel merupakan sebagian penyusunan dari suatu populasi yang akan diteliti. Sample adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut (Sugiyono, 2013).

Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini dengan menggunakan tabel yang dikembangkan dari *Isac* dan *Michael* , sehingga dari populasi pengunjung perhari yang berjumlah 110 orang, didapat sampel berjumlah 80 dengan tingkat kesalahan 5%.

#### **D. Definisi Oprasional Variable Penelitian.**

Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan tentang vegetarian dan pola makan pengunjung di Restoran *Loving Hut* Jalan Demangan Baru No 16 Yogyakarta, yang terdiri dari dua sub variabel yaitu pengetahuan tentang vegetarian dan pola makan pengunjung. Maka didefinisikan oprasional masing-masing sub variabel penelitian sebagai berikut:

##### **1. Pengetahuan Vegetarian**

Pengetahuan vegetarian adalah pengetahuan pengunjung tentang vegetarian yang mencakup, pengertian vegetarian, sejarah vegetarian, jenis-jenis vegetarian, bahan pangan vegetarian, pola makan vegetarian, keunggulan vegetarian dan kekurangan vegetarian.

##### **2. Pola Makan**

Pola makan adalah berbagai informasi mengenai jumlah dan jenis bahan makanan yang dikonsumsi oleh pengunjung selama 24 jam, dilihat dari pola makan vegetarian dan bukan vegetarian.

#### **E. Teknik dan Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian (Sugiyono, 2010).

Instrumen penelitian berperan penting dalam penelitian karena kualitas hasil penelitian sangat dipengaruhi oleh kualitas instrumen.



Dari pengertian diatas maka instrumen penelitian adalah alat yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan informasi yang sedang diamati. Instrumen yang digunakan dalam penelitian yaitu :

### **1. Tes Pengetahuan**

Tes merupakan sejumlah pertanyaan yang memiliki jawaban yang benar atau salah. Tes diartikan juga sebagai sejumlah pertanyaan yang membutuhkan jawaban atau sejumlah pernyataan yang harus diberikan tanggapan (Djemari Mardapi, 2012). Pada instrumen yang diberikan terdiri dari 30 pertanyaan dimana setiap pertanyaan terdiri dari empat pilihan jawaban yang terdiri dari satu jawaban benar dan tiga jawaban salah. Data yang dihasilkan berupa data ordinal yang berbentuk peringkat terhadap pengetahuan pengunjung.

### **2. Food Recall 24 jam**

*Food Recall 24 jam* adalah cara mengingat kembali atau mengungkapkan kembali semua makanan yang dikonsumsi sebelumnya (Nyoman Supariasa, 2001). Penggunaan metode *Food Recall 24 jam* ini data yang dihasilkan lebih cenderung bersifat kualitatif, perlu adanya ditanyakan secara teliti dengan menggunakan alat ukuran rumah tangga (URT) seperti, (sendok, gelas, piring) atau ukuran lainnya yang biasa dipergunakan sehari-hari berdasarkan pendapat pengunjung. Data yang diperoleh dari hasil menghitung atau membilang bukan mengukur atau disebut juga data diskrit

Prinsip dari *Food Recall 24 jam*, dilakukan dengan mencatat jenis makanan dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu, misalnya dari mulai pukul 10:00 sampai dengan pukul 10:00 kembali. Tujuan dilaksanakan *Food Recall 24 jam* adalah untuk mengetahui kebiasaan makan dan gambaran mengenai zat-zat bahan makanan (Ary Istiany dkk, 2013). Jadi dengan

digunakannya *Food Recall* 24 jam ini sehingga dapat membedakan pola makan pengunjung yang vegetarian dan tidak vegetarian yang dilihat dari asupan atau konsumsi jenis proteinnya.

Tabel 5 . Kisi-kisi Instrumen untuk Pengetahuan Pengunjung

Variabel	Indikator	No butir	Jml Butir
Pengetahuan tentang Vegetarian	Pengertian vegetarian	1,3	2
	Sejarah vegetarian	2,4,24	3
	Jenis vegetarian	5,6,7,8,9,10	6
	Bahan pangan vegetarian	12,13,16,	4
	Pola makan vegetarian	11,14,15,17,18	5
	Keunggulan / kelebihan bervegetarian	19,20,21	3
	Kekurangan bervegetarian	22,23	2

Indikator yang telah dirumuskan di dalam kisi-kisi tersebut selanjutnya dijadikan bahan penyusunan butir-butir pertanyaan atau soal dalam tes. Setiap soal jika benar nilainya satu (1) dan jika salah nilainya nol (0). Jumlah skor yang diperoleh untuk pengetahuan vegetarian antara 0 sampai 24.

Tabel 6. Instrumen Penelitian untuk Pola Makan Pengunjung

Waktu makan	Nama makanan	Bahan Makanan		
		Jenis	URT	Gram
Pagi				
Siang				
Malam				

Keterangan : URT ( Ukuran Rumah Tangga, misalnya : piring, mangkok, sendok, gelas, dan lain-lain)

## **F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

Data sebuah penelitian harus memenuhi kriteria valid, reliabel dan objektif. Untuk menghasilkan data yang valid dan reliabel tersebut maka harus dilakukan terlebih dahulu uji coba instrumen. Dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel dalam pengumpulan data, maka diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid dan reliabel.

### **1. Uji Validitas Instrumen**

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan suatu instrumen. Suatu instrumen dikatakan valid apabila mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. (Suharimi Arkunto, 2010).

Uji validitas yang digunakan dalam tes pengetahuan adalah validitas dengan program iteman (*Item Analysis*). Sebelumnya dilakukan pengujian berkenaan dengan konstruk atau struktur dan aspek yang akan diukur dengan instrumen berdasarkan indikator-indikator yang digunakan dalam instrumen sehingga pengembangan indikatornya sesuai dengan kebutuhan penelitian. Instrumen tersebut dikonsultasikan kepada dosen pembimbing selaku (*judgment experts*) Rizqie Auliana, M.Kes. sehingga didapatkan saran tentang instrumen tersebut, dapat digunakan tanpa perbaikan, ada perbaikan, atau diganti. Selanjutnya diteruskan uji coba instrumen pada 30 pengunjung di Restoran *Loving Hut* jalan Demangan Baru No 16 Yogyakarta (Sugiyono, 2013).

Jenis instrumen yang berbentuk test, maka pengujian validitas isi dapat dilakukan dengan membandingkan antara isi instrumen dengan kisi-kisi atau rancangan yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013).

Setelah pengujian oleh ahli selesai, selanjutnya dilakukan uji coba instrumen dan analisis item, untuk mengetahui apakah instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur dari penelitian.

Untuk mengukur validitas instrumen tes pengetahuan, menggunakan rumus korelasi yang dapat digunakan adalah yang dikemukakan oleh Pearson, yang dikenal dengan rumus korelasi *product moment* sebagai berikut

$$r_i = \frac{N \sum XY - (\sum X) (\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara variabel X dan Y

$N$  = Jumlah sampel

$X$  = Skor butir

$Y$  = Skor total

$\sum X$  = Jumlah skor butir

$\sum Y$  = Jumlah skor total

$\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor butir

$\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor total

$\sum XY$  = Jumlah perkalian skor butir dengan skor total.

(Suharsimi Arikunto, 2010):

Berdasarkan nilai  $r$  yang diperoleh, instrumen akan dikatakan valid apabila nilai  $r$  yang dihasilkan lebih besar dari  $r$  tabel atau  $r$  hitung  $\geq r$  tabel dengan mengacu pada  $n$  responden dengan tingkat kesalahan 5%, (Sugiyono, 2012). Jadi Instrumen dapat diketahui kevalidtannya dengan membandingkan  $r$  hitung dengan  $r$  tabel dengan  $N$  sebesar 30 responden. Apabila  $r$  hitung  $\geq 0,361$  maka butir soal tersebut dinyatakan valid, dan apabila  $r$  hitung  $\leq 0,361$  maka butir soal tersebut dinyatakan tidak valid dan harus diperbaiki atau tidak digunakan.

Data penelitian berjumlah 30 item setelah di uji cobakan dengan 30 responden pengunjung, terdapat 6 item yang gugur. Sehingga data yang digunakan untuk penelitian berjumlah 24 soal. Data tersebut yang sudah diuji cobakan kepada 30 responden pengunjung, dengan hasil sebaga berikut.

Tabel 7. Hasil Uji Validitas Instrumen

No Butir	t tabel	t hitung	Keterangan
1	3,61	0,366	Valid
2	3,61	0,413	Valid
3	3,61	0,407	Valid
4	3,61	0,385	Valid
5	3,61	0,428	Valid
6	3,61	0,694	Valid
7	3,61	0,543	Valid
8	3,61	0,441	Valid
9	3,61	0,436	Valid
10	3,61	0,549	Valid
11	3,61	0,155	Tidak Valid
12	3,61	0,565	Valid
13	3,61	0,395	Valid
14	3,61	0,261	Tidak Valid
15	3,61	0,511	Valid
16	3,61	0,534	Valid
17	3,61	0,079	Tidak Valid
18	3,61	0,382	Valid
19	3,61	0,408	Valid
20	3,61	0,42	Valid
21	3,61	0,407	Valid
22	3,61	0,583	Valid
23	3,61	0,04	Tidak Valid
24	3,61	0,371	Valid
25	3,61	0,007	Tidak Valid
26	3,61	0,4	Valid
27	3,61	0,372	Valid
28	3,61	0,029	Tidak Valid
29	3,61	0,407	Valid
30	3,61	0,361	Valid

Dari 30 butir soal yang diujicobakan kepada 30 pengunjung, didapatkan bahwa 6 butir soal yang memiliki  $r$  hitung  $\leq r$  tabel. Butir soal tersebut kemudian digugurkan, sehingga terdapat 24 butir soal valid yang dapat digunakan.

## 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Persyaratan tes menurut (Suharsimi Arikunto, 2012) bahwa reliabilitas berhubungan dengan masalah kepercayaan, tes dapat dikatakan mempunyai kepercayaan yang tinggi jika tes tersebut dapat memberikan hasil yang tetap. Instrumen reliabel apabila digunakan kembali dengan waktu yang berbeda akan

memberikan hasil yang sama. Reliabilitas instrumen dilakukan dengan pengujian dengan rumus Alpha Cronbach dengan syarat minimum bila reliabel >0,6 (Ashari, 2005), sedangkan berdasarkan (Suharsimi Arikunto, 2012) menyatakan bahwa soal yang baik adalah butir-butir soal yang mempunyai indeks diskriminasi 0,4 sampai dengan 0,7.

Reliabilitas instrumen dihitung dengan cara program statistik komputer kemudian hasil perhitungan diinterpretasikan berdasarkan tabel interpretasi nilai koefisien reliabilitas atau tabel koefisiensi daya beda.

Pada instrumen tes uji reliabilitas dapat dilakukan dengan menggunakan rumus KR-20, sebagai berikut:

$$r_i = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( \frac{S_t^2 - \sum p_i q_i}{k S_t^2} \right)$$

$r_i$  = Reliabilitas instrumen  
 $k$  = Jumlah item dalam instrumen  
 $P_i$  = Proporsi banyaknya subyek yang menjawab pada item 1  
 $q_i$  = 1 -  $P_i$   
 $S_t^2$  = Varians total

Analisis reliabilitas instrumen ini dibantu dengan program SPSS *for window*

16. Penafsiran terhadap reliabilitas instrumen dengan menganalisis besar kecilnya koefisien korelasi sebagai berikut

Tabel 8. Klasifikasi Koefisien Reabilitas

Koefisien Reabilitas (r)	Interpretasi
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Agak rendah
0,60-0,799	Cukup
0,80-1,000	Tinggi

(Sumber: Suharsimi Arikunto, 2010)

Dalam memberikan intepetasi instrumen, instrumen dikatakan reliabel jika  $\alpha \geq r$  tabel. Namun apabila  $\alpha \leq r$  tabel, maka instrumen tidak reliabel. Berdasarkan hasil uji coba instrumen yang telah dilakukan pada 30 responden menghasilkan reliabilitas instrumen adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Koefisien Alpha	Tingkat Reliabilitas
Pengetahuan	0,861	Tinggi

Dari hasil uji reliabilitas, didapatkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas tinggi sebesar 0,861, sehingga instrumen dinyatakan reliabel dan dapat digunakan.

### 3. *Items Analysis*

*Items analysis* ialah mencari soal tes mana yang baik dan mana yang tidak baik. Dengan mengetahui dimana tingkat atau taraf kesukaran soal itu (*difficulty level of an item*) dan bagaimana daya pembeda sehingga dapat membedakan kelompok siswa yang pandai dengan keompok siswa yang bodoh (Ngalim Purwanto, 2013).

Rumus yang digunakan untuk mencari tingkat kesukaran (TK) adalah:

$$TK = \frac{U+L}{T}$$

keterangan :

TK = Indeks kesukaran

U =Jumlah siswa kelompok atas yang menjawab benar

L = Jumlah siswa kelompok bawah yang menjawab benar

T = Jumlah siswa kelompok atas dan kelompok bawah

Hasil tingkat kesukaran tersebut kemudian dikonsultasikan dengan kriteria sebagai berikut dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 10. Kriteria Tingkat Kesukaran

No.	Indeks Daya Pembeda	Kategori
1	Negatif – 0,24	Sukar
2	0,25-0,75	Sedang
4	0,76 keatas	Mudah

Sedangkan rumus daya beda yaitu:

$$DP = \frac{U-L}{1/2T}$$

keterangan:

DP = Daya pembeda item soal

U =Jumlah siswa kelompok atas yang menjawab benar

L = Jumlah siswa kelompok bawah yang menjawab benar

T = Jumlah siswa kelompok atas dan kelompok bawah

Hasil daya pembeda tersebut kemudian dikonsultasikan dengan kriteria daya pembeda, untuk mengetahui kualitas masing-masing butir soal. Kriteria daya beda dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 11. Kriteria Daya Pembeda Butir Soal

No.	Indeks Daya Pembeda	Kategori
1	0 – 0,19	buruk,
2	0,2-0,29	Sedang
3	0,3-0,39	Baik
4	0,4 keatas	Sangat baik

Dari hasil uji coba soal tes pengetahuan tentang vegetarian dapat diketahui hasil tingkat kesukaran dan daya beda sebagai berikut :

Tabel 12. Uji Tingkat Kesukaran Tes Pengetahuan Pengunjung

Tingkat Kesukaran	Keterangan	Persentase
Negatif – 0,24	Butir soal kategori sukar	7%
0,25-0,75	Butir soal kategori sedang	60%
0,76 keatas	Butir soal kategori mudah	33%
Total		100%

Dari hasil uji tingkat kesukaran tes pengetahuan pengunjung, terdapat 7% soal termasuk kategori sukar, 60% soal termasuk kategori sedang dan 33% termasuk kategori mudah.



Tabel 13. Uji Daya Beda Tes Pengetahuan Pengunjung

Daya beda	Keterangan	Persentase
0-0,19	Butir soal kategori buruk	0%
0,2-0,29	Butir soal kategori sedang	50%
0,3-0,39	Butir soal kategori baik	37%
0,4->0,4	Butir soal kategori sangat baik	13%
Total		100%

Dari hasil uji daya beda tes pengetahuan pengunjung, terdapat 0% soal kategori buruk, 50% soal termasuk kategori sedang, 37% soal termasuk kategori baik dan 13% soal termasuk kategori sangat baik.

#### G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah sesuatu cara yang akan digunakan untuk mengolah data setelah data terkumpul agar dapat dihasilkan suatu simpulan yang tepat (Suharsimi Arikunto, 2002).

##### 1. Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum. Statistik deskriptif antara lain penyajian data melalui tabel, grafik, diagram lingkaran, pictogram, perhitungan modus, median, dan mean.

Data yang diolah dianalisis menggunakan analisis deskriptif yang tabel distribusi frekuensi, Mean (rata-rata), Median (Me), Modus (Mo) dan Simpang Baku (SD). Harga-harga tersebut dapat dikategorikan dalam empat klasifikasi sebagai berikut:

Tabel 14. Katagori Pengukuran Variabel

No.	Interval	Kategori
1.	$X > (Mi + 1.SD)$	Sangat Tinggi
2.	$Mi \leq X \leq (Mi + 1.SD)$	Tinggi
3	$Mi \leq X < Mi + 0,5 Sdi$	Sedang
4	$(Mi - 1.SD) \leq X < Mi$	Rendah
5	$X < (Mi - 1.SD)$	Sangat Rendah

Kategori tersebut disusun berdasarkan kurva normal dengan menggunakan skor ideal dari instrumen masing-masing variabel, dengan formulasi sebagai berikut:  $Mi = \frac{1}{2} (\text{nilai maksimum} + \text{nilai minimum})$ ,  $S = \frac{1}{6} (\text{nilai maksimum} - \text{nilai minimum})$  (Suharsimi Arikunto, 2012).

Pada aspek pengetahuan instrumen yang digunakan adalah instrumen tes. Instrumen tes dalam bentuk pilihan ganda (*multiple choice*) sebanyak 24 pertanyaan. Setiap jawaban benar yang dijawab oleh pengunjug diberi skor nilai 1 dan menjawab salah diberi nilai 0. Sehingga skor maksimal data pengetahuan adalah 24 dan skor minimum data pengetahuan adalah 0.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Data

##### 1. Profil Restoran *Loving Hut*

Di era saat ini makanan memiliki kemajuan yang pesat dalam variannya. Varian-varian makanan dapat dilihat dari bahan baku yang bermacam-macam, mulai dari olahan hewani hingga nabati. Biasanya olahan makanan tersebut dikreasikan sedemikian rupa sehingga terlihat menarik dan lezat. Atas kreatifitas pengolahan makanan, muncul label dalam makanan yang diklaim sebagai makanan khas atau makanan modern. Hal inilah yang kerap dijadikan sebagai salah satu paket wisata yakni wisata kuliner.

Industri kuliner di Yogyakarta secara perlahan namun pasti menunjukkan perkembangan. Makanan yang ditawarkan memiliki pasar yang jelas dan konsep produk yang matang. Berbagai tempat makan salah satunya Restoran *Loving Hut* yang fokus menjual produk Makanan dari bahan nabati kemudian dikreasikan sedemikian rupa untuk memenuhi rasa keinginan dari para pelaku vegan. Muncullah inovasi kuliner seperti burger tempe, steak tempe, hingga bakso jamur. Berbagai macam makanan olahan produk hewan seperti burger, steak, dan olahan hewani lain dimodifikasi dengan olahan nabati yang dapat dikonsumsi oleh vegan. *Loving Hut* adalah Restoran vegan yang telah lama berdiri di Indonesia. *Loving Hut* berdiri sejak tahun 2008, data perusahaan waralaba ini menyebutkan pada tahun 2011 terdapat cabang yang tersebar di seluruh negara, dapat ditemukan di Amerika Serikat, Taiwan (Formosa), Jerman, Spanyol, Inggris, Kanada, Panama, Ceko, China, Mongolia, Austria, Prancis, Thailand, Hong Kong, Malaysia, Korea, Jepang, Singapura, Australia, dan Indonesia.

*Loving Hut* didirikan dengan visi agar semua makhluk, baik manusia, hewan, dan alam dapat hidup seirama dalam damai, kasih, dan harmoni. Alasan Kenapa *Loving Hut* memilih bahan-bahan non hewani, karena Para penggiat *Loving Hut* menganggap bahwa industri peternakan menjadi sumber utama penyebab polusi air, pembabatan hutan, serta musuh terbesar pemanasan global. Lewat konsumsi makanan nabati, diharapkan mampu mengurangi efek pemanasan global sampai 80 persen.

Restoran *Loving Hut* dengan konsep *go green, be veg, save the planet*, semua bahan makanan diolah dan disajikan terbuat dari produk nabati seperti dari bahan soya (kedelai) dan jamur, dan bebas dari telur serta susu. Selain itu, hampir semua sayur-sayuran yang diolah merupakan sayuran organik. Restoran *Loving Hut* memiliki selogan yaitu "*be vegan make peace*" yang berarti menjadi vegan dapat membuat damai

## 2. Deskripsi Responden

Pengunjung restoran *Loving Hut* yang mengonsumsi makanan vegetarian dapat dilihat pada tabel.

Tabel 15. Pola Makan Pengunjung

No	Pengunjung	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Vegetarian		
	a. Vegan	14	17,5%
	b. Lacto-ovo vegetarian	3	3,75
2	Non Vegetarian	63	79%
	Jumlah	80	100%

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa pengunjung Restoran *Loving Hut* dikelompokkan menjadi dua yaitu kelompok vegetarian dan kelompok non vegetarian. Kelompok vegetarian jenis vegan sebesar 17,5% (14 orang) dan

kelompok vegetarian jenis lacto-ovo vegetarian sebesar 3,75% (3 orang) sedangkan pengunjung non vegetarian sebesar 79% (63 orang).

### **3. Deskripsi Data Penelitian**

Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu pengetahuan tentang vegetarian dan pola makan. Data tentang pengetahuan tentang vegetarian diperoleh dari tes pilihan ganda. Sedangkan data dari pola makan pengunjung diperoleh berdasarkan lembar *food recall* 24 jam. Pada bagian ini akan membahas olah data masing-masing variabel yang dilihat dari rata-rata (*mean*), *median*, *modus* dan *standar deviasi*. Selain itu, akan disajikan pula tabel distribusi frekuensi dan diagram batang dari distribusi kecenderungan skor yang bertujuan mengetahui rentang nilai dan jumlah responden yang termasuk kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi.

#### **a. Variabel Pengetahuan Tentang Vegetarian**

Data variabel pengetahuan vegetarian berupa tes pilihan ganda dengan jumlah 24 butir soal, dengan penilaian skor benar 1 dan skor salah 0. Setelah dilakukan tes kepada pengunjung yang berjumlah 80 orang, maka diperoleh skor yang dikelompokkan menjadi dua yaitu:

##### **1) Pengetahuan pengunjung vegetarian**

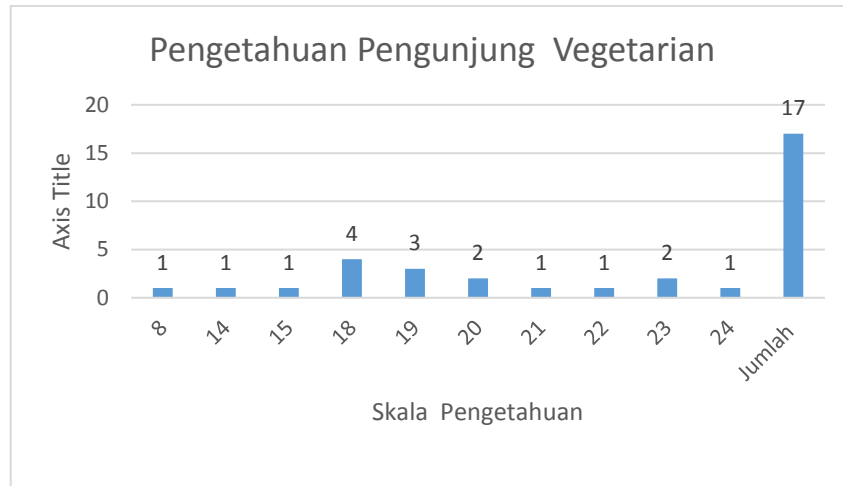
Pada pengetahuan responden vegetarian diperoleh skor tertinggi 24 dan skor terendah 8, dari skala skor tertinggi 24 dan skor terendah 0. Dari data yang didapat, hasil analisis menunjukkan nilai *mean* (M) sebesar 18,76, *median* 19,00 (Me), *modus* (Mo) 18,00, dan *standar deviasi* (SD) 3,84.

Tabel distribusi frekuensi variabel pengetahuan tentang vegetarian pada responden vegetarian tersaji pada tabel berikut:

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang Vegetarian pada Responden Vegetarian

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 8	1	5.9	5.9	5.9
14	1	5.9	5.9	11.8
15	1	5.9	5.9	17.6
18	4	23.5	23.5	41.2
19	3	17.6	17.6	58.8
20	2	11.8	11.8	70.6
21	1	5.9	5.9	76.5
22	1	5.9	5.9	82.4
23	2	11.8	11.8	94.1
24	1	5.9	5.9	100.0
Jumlah	17	100.0	100.0	

Dari tabel distribusi frekuensi pengetahuan tentang vegetarian pada responden vegetarian, total nilai tertinggi yaitu 24 dengan frekuensi 1 dan persentase 5,9, sehingga dihasilkan persentase kumulatif adalah 100. Sedangkan total nilai terendah adalah 8 dengan frekuensi 1 dan persentase 5,9, sehingga dihasilkan persentase kumulatif adalah 5,9.



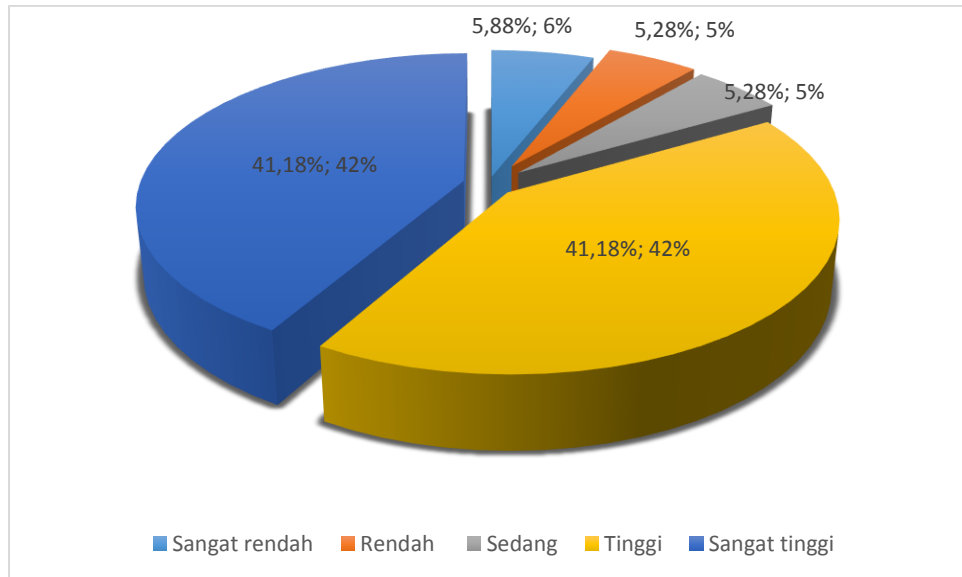
Gambar 3. Histogram Pengetahuan tentang Vegetarian pada Responden Vegetarian

Dari data yang dihasilkan dapat disusun tabel kecenderungan skor variabel pengetahuan tentang vegetarian. Penentuan kecenderungan skor variabel pengetahuan vegetarian pada responden vegetarian diperoleh *mean ideal* variabel pengetahuan vegetarian adalah 18,76 dan *standar devisiasi ideal* 3,84. Setelah diketahui *Mi* dan *Sdi* dapat dikategorikan ke dalam lima kategori sebagai berikut

Tabel 17. Distribusi Kecenderungan Pengetahuan Vegetarian

No.	Interval	Frekuensi	Percent (%)	Kategori
1	$X < 12,1$	1	5,88	Sangat rendah
2	$12,1 \leq X < 14,7$	1	5,88	Rendah
3	$14,7 \leq X < 17,3$	1	5,88	Sedang
4	$17,3 \leq X < 19,9$	7	41,18	Tinggi
5	$19,9 \leq X$	7	41,18	Sangat tinggi
Total		17	100%	

Hasil tabel kecendrungan kategori pengetahuan tentang vegetarian pada responden vegetarian diperoleh kategori sangat rendah sebanyak 5,88% (1 orang), kategori rendah sebanyak 5,88% (1 orang), kategori sedang sebanyak 5,88% (1 orang), kategori tinggi sebanyak 41,88% (7 orang), dan kategori sangat tinggi sebanyak 41,18% (7 orang).



Gambar 4. Diagram Pie Chart Distribusi Kecenderungan Skor Pengetahuan Tentang Vegetarian pada Responden Vegetarian

Dengan melihat kecenderungan skor tersebut dapat disimpulkan bahwa pada responden vegetarian dalam pengetahuan tentang vegetarian termasuk kategori tinggi dan sangat tinggi yaitu 41,18%.

## 2) Pengetahuan pengunjung non vegetarian

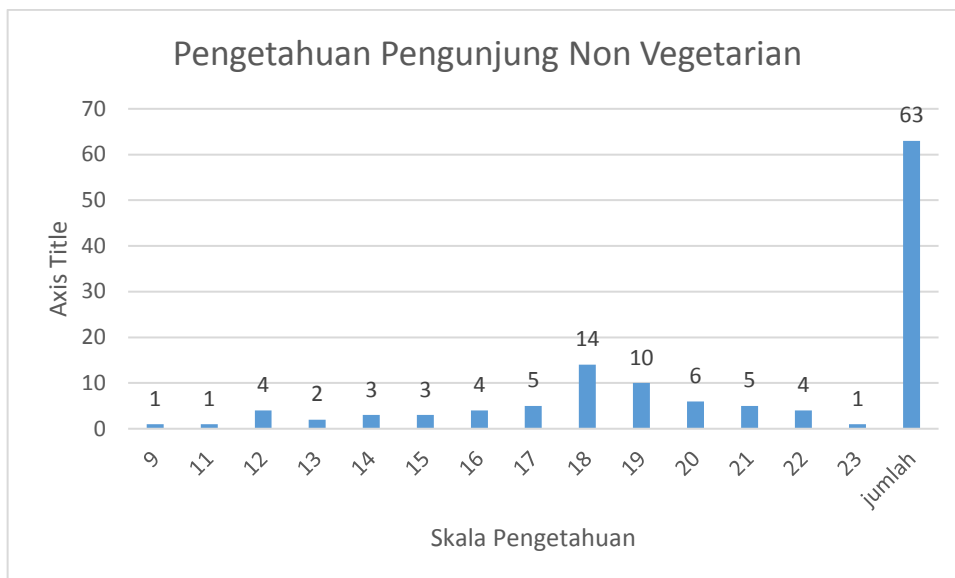
Pada pengetahuan responden non vegetarian diperoleh skor tertinggi 23 dan skor terendah 9, dari skala skor tertinggi 24 dan skor terendah 0. Dari data yang didapat, hasil analisis menunjukkan nilai *mean* (M) sebesar 17,58, *median* 18,00 (Me), *modus* (Mo) 18,00, dan *standar deviasi* (SD) 3,05.



Tabel 18. Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang Vegetarian pada Responden Non vegetarian

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 9	1	1.6	1.6	1.6
11	1	1.6	1.6	3.2
12	4	6.3	6.3	9.5
13	2	3.2	3.2	12.7
14	3	4.8	4.8	17.5
15	3	4.8	4.8	22.2
16	4	6.3	6.3	28.6
17	5	7.9	7.9	36.5
18	14	22.2	22.2	58.7
19	10	15.9	15.9	74.6
20	6	9.5	9.5	84.1
21	5	7.9	7.9	92.1
22	4	6.3	6.3	98.4
23	1	1.6	1.6	100.0
Total	63	100.0	100.0	

Dari tabel distribusi frekuensi pengetahuan tentang vegetarian pada responden non vegetarian, total nilai tertinggi yaitu 23 dengan frekuensi 1 dan persentase 1,6, sehingga dihasilkan persentase kumulatif adalah 100. Sedangkan total nilai terendah adalah 9 dengan frekuensi 1 dan persentase 1,6, sehingga dihasilkan persentase kumulatif adalah 1,6.



Gambar 5. Histogram Pengetahuan tentang Vegetarian pada Responden Non vegetarian

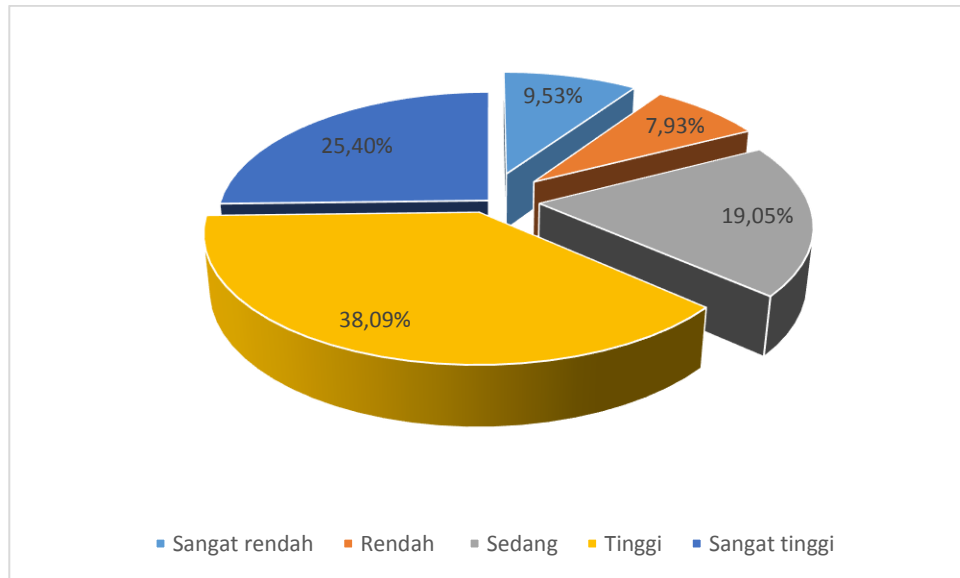
Dari data yang dihasilkan dapat disusun tabel kecenderungan skor variabel pengetahuan tentang vegetarian. Penentuan kecenderungan skor variabel pengetahuan vegetarian pada responden non vegetarian diperoleh *mean ideal* variabel pengetahuan vegetarian adalah 17,58 dan *standar devisiasi ideal* 3,05. Setelah diketahui Mi dan Sdi dapat dikategorikan ke dalam lima kategori sebagai berikut:

Tabel 19. Distribusi Kecenderungan Pengetahuan Vegetarian

No.	Interval	Frekuensi	Percent (%)	Kategori
1	$X < 12,5$	6	9,53	Sangat rendah
2	$12,5 \leq X < 14,8$	5	7,93	Rendah
3	$14,8 \leq X < 17,15$	12	19,05	Sedang
4	$17,15 \leq X < 19,4$	24	38,09	Tinggi
5	$19,4 \leq X$	16	25,4	Sangat tinggi
Total		80	100%	

Hasil tabel kecendrungan kategori pengetahuan tentang vegetarian pada responden non vegetarian diperoleh kategori sangat rendah sebanyak 9,53% (6

orang), kategori rendah sebanyak 7,93% (5 orang), kategori sedang sebanyak 29,05% (12 orang), kategori tinggi sebanyak 38,09% (24 orang), dan kategori sangat tinggi sebanyak 25,4% (16 orang).



Gambar 6. Diagram Pie Chart Distribusi Kecenderungan Skor Pengetahuan Tentang Vegetarian pada Responden non Vegetarian

Dengan melihat kecenderungan skor tersebut dapat disimpulkan bahwa pada responden non vegetarian dalam pengetahuan tentang vegetarian termasuk kategori tinggi yaitu 38,09%.

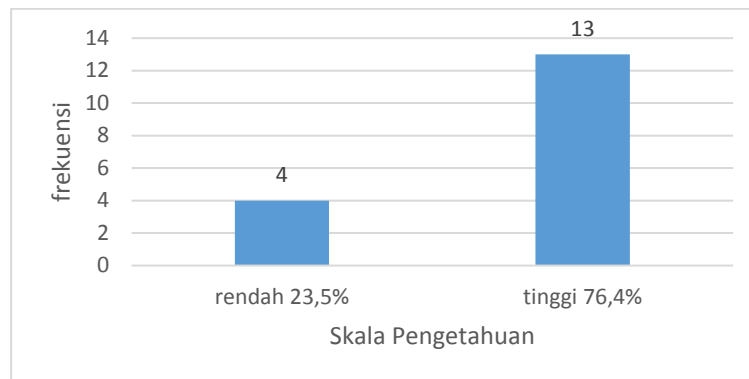
Jadi dengan melihat kecenderungan skor pada responden vegetarian dan responden non vegetarian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengunjung Restoran *Loving Hut* dalam pengetahuan tentang vegetarian termasuk kategori tinggi.

Pengetahuan pengunjung tentang vegetarian terdapat tujuh indikator. Pada setiap indikator pertanyaan menunjukan masing-masing kategori

1) Pengetahuan tentang pengertian vegetarian

a) Pengetahuan tentang pengertian vegetarian pada responden vegetarian

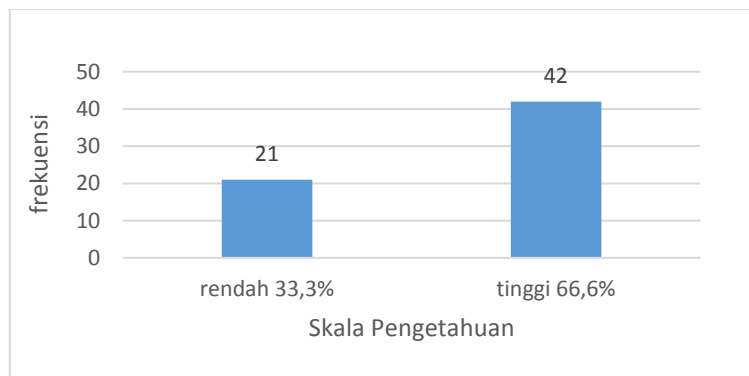
Pada indikator pengetahuan mengenai pengertian vegetarian, responden vegetarian termasuk dalam kategori rendah sebanyak 23,5% (4 orang), kategori tinggi sebanyak 76,4% (13 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi.



Gambar 7. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian

b) Pengetahuan tentang vegetarian pada responden non vegetarian

Pada indikator pengetahuan mengenai pengertian vegetarian, responden non vegetarian termasuk dalam kategori rendah sebanyak 33,3% (21 orang), kategori tinggi sebanyak 66,6% (42 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi.

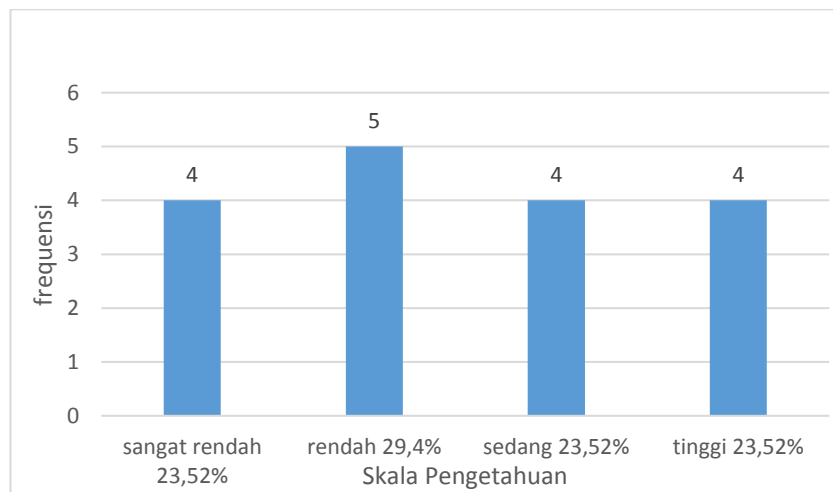


Gambar 8. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian

2) Pengetahuan tentang sejarah vegetarian

a) Pengetahuan tentang sejarah vegetarian pada responden vegetarian.

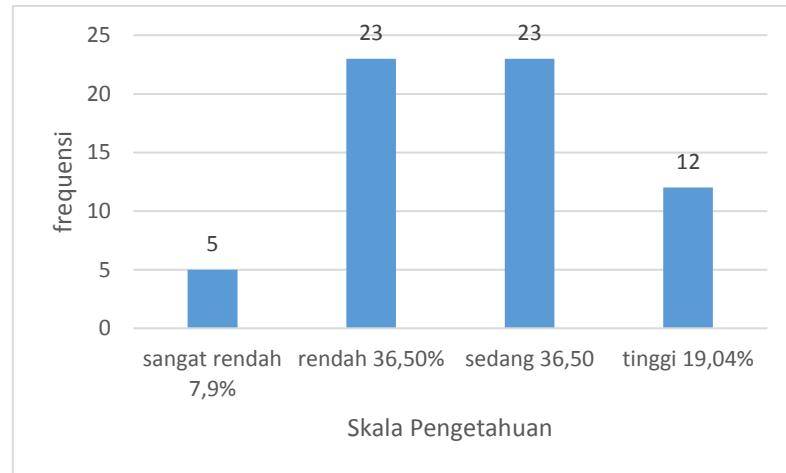
Pada indikator pengetahuan mengenai sejarah vegetarian, responden vegetarian termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 23,5% (4 orang), kategori rendah sebanyak 29,4% (5 orang), kategori sedang 23,52% (4 orang), kategori tinggi sebanyak 23,52% (4 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori rendah.



Gambar 9. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian

b) Pengetahuan tentang sejarah vegetarian pada responden non vegetarian.

Pada indikator pengetahuan mengenai sejarah vegetarian, responden non vegetarian termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 7,9% (5 orang), kategori rendah sebanyak 36,50% (23 orang), kategori sedang 36,50 (23 orang), kategori tinggi sebanyak 19,04% (12 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori rendah.

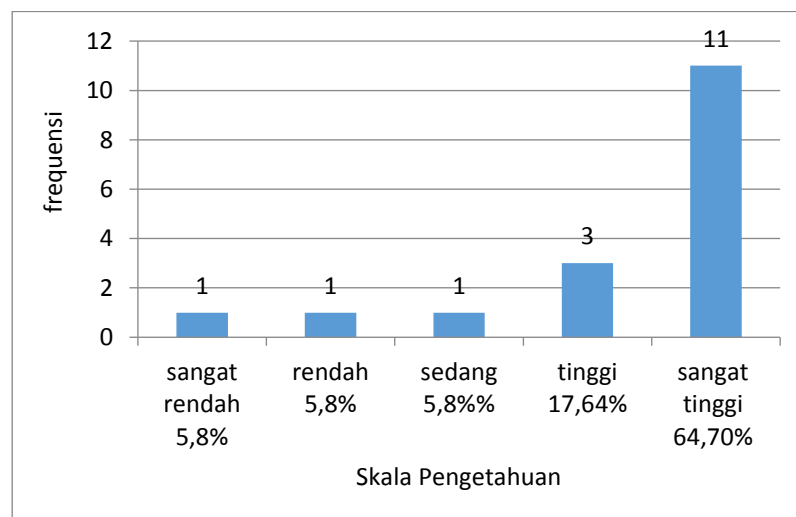


Gambar 10. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian

### 3) Pengetahuan tentang jenis vegetarian.

#### a) Pengetahuan tentang jenis vegetarian pada responden vegetarian.

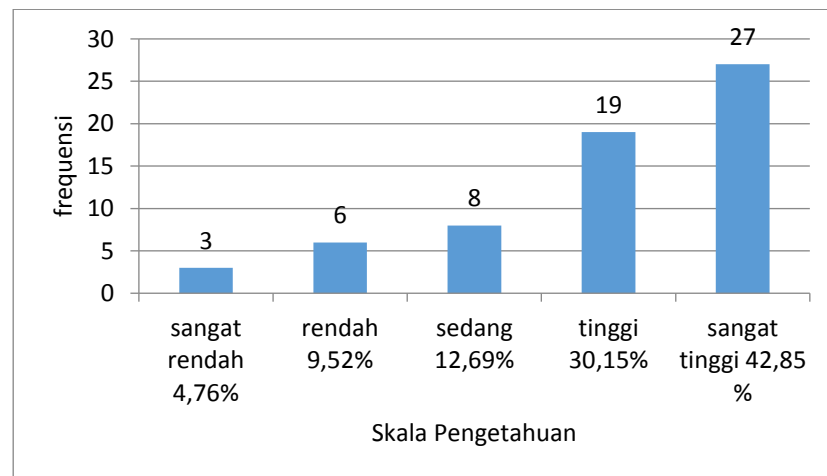
Pada indikator pengetahuan mengenai jenis vegetarian pada responden vegetarian yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 5,8,% (1 orang), kategori rendah sebanyak 5,8% (1 orang), kategori sedang sebanyak 5,8% (1 orang), kategori tinggi sebanyak 17,64% (3 orang) dan kategori sangat tinggi sebanyak 64,70% (11 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori sangat tinggi.



Gambar 11. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian

b) Pengetahuan tentang jenis vegetarian pada responden non vegetarian.

Pada indikator pengetahuan mengenai jenis vegetarian pada responden non vegetarian yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 4,76% (3 orang), kategori rendah sebanyak 9,52% (6 orang), kategori sedang sebanyak 12,69% (8 orang), kategori tinggi sebanyak 30,15% (19 orang) dan kategori sangat tinggi sebanyak 42,85% (27 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori sangat tinggi.

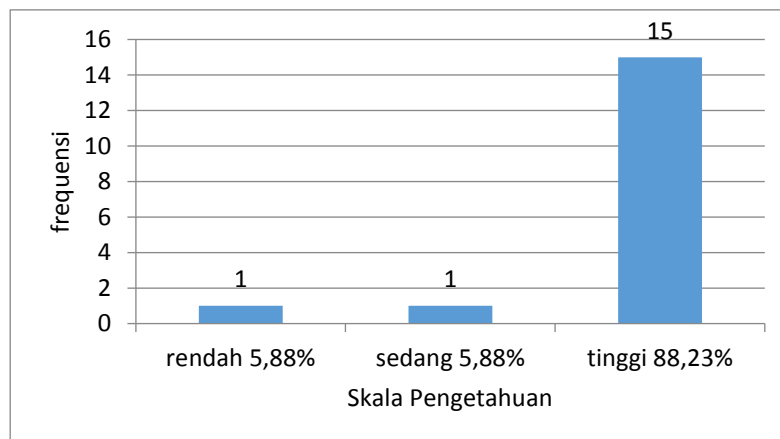


Gambar 12. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian

4) Pengetahuan tentang bahan pangan vegetarian

a) Pengetahuan tentang bahan pangan vegetarian pada responden vegetarian

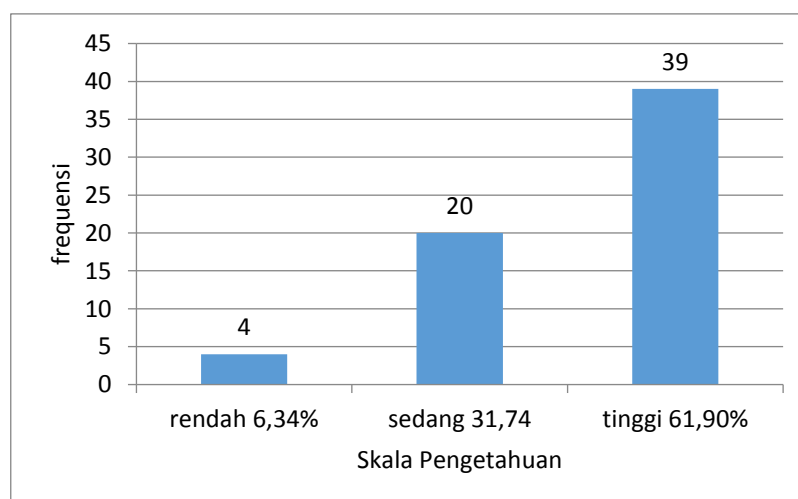
Pada indikator pengetahuan mengenai bahan pangan vegetarian, responden yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 5,88% (1 orang), kategori dan kategori sedang sebanyak 5,88% (1 orang) dan kategori tinggi sebanyak 88,23% (15 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi.



Gambar 13. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian

b) Pengetahuan tentang bahan pangan vegetarian pada responden non vegetarian

Pada indikator pengetahuan mengenai bahan pangan vegetarian responden yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 6,34% (4 orang), kategori dan kategori sedang sebanyak 31,74% (20 orang) dan kategori tinggi sebanyak 61,90% (39 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi.



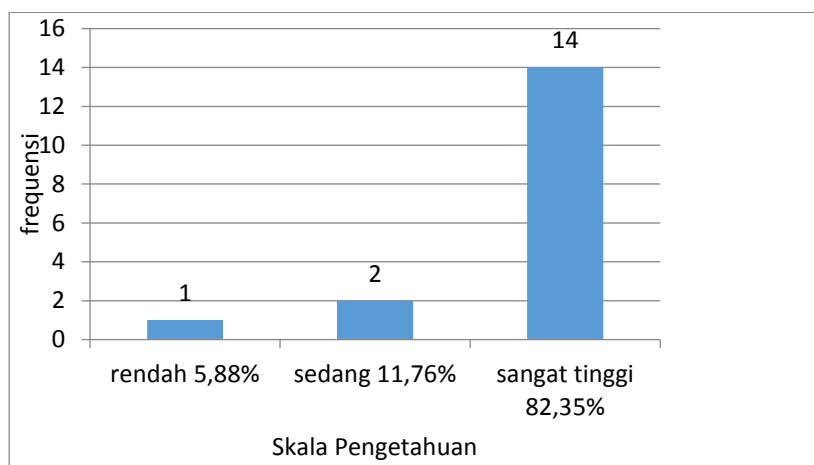
Gambar 14. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian

5) Pengetahuan tentang pola makan vegetarian

a) Pengetahuan tentang pola makan vegetarian pada responden vegetarian



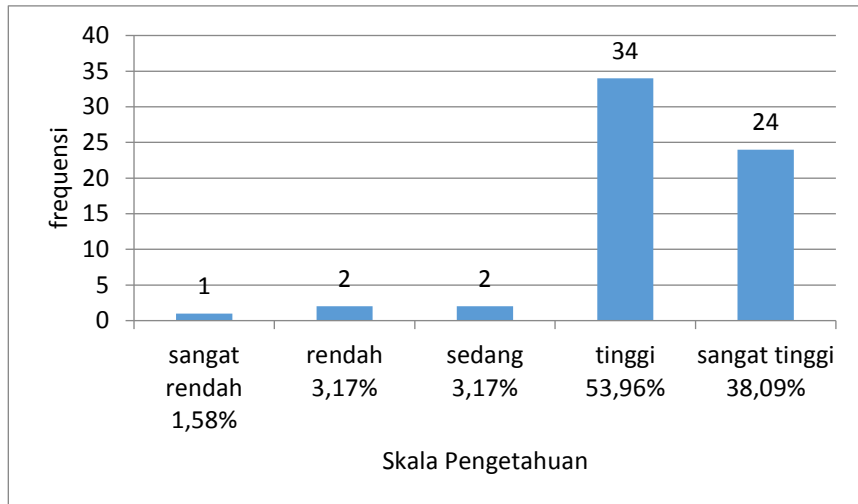
Pada indikator pengetahuan mengenai bahan pangan vegetarian responden yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 5,88% (1 orang) , kategori sedang sebanyak 11,76% (2 orang), dan kategori sangat tinggi sebanyak 82,35% (14 orang). Pada indikator ini hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori sangat tinggi.



Gambar 15. Histogram Pengetahuan Responden vegetarian

b) Pengetahuan tentang pola makan vegetarian pada responden non vegetarian.

Pada indikator pengetahuan mengenai bahan pangan vegetarian responden yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 1,58% (1 orang), kategori rendah 3,17% (2 orang), kategori sedang sebanyak 3,17% (2 orang), kategori tinggi 53,96% (34 orang), dan kategori sangat tinggi sebanyak 38,09% (24 orang). Pada indikator ini hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi.

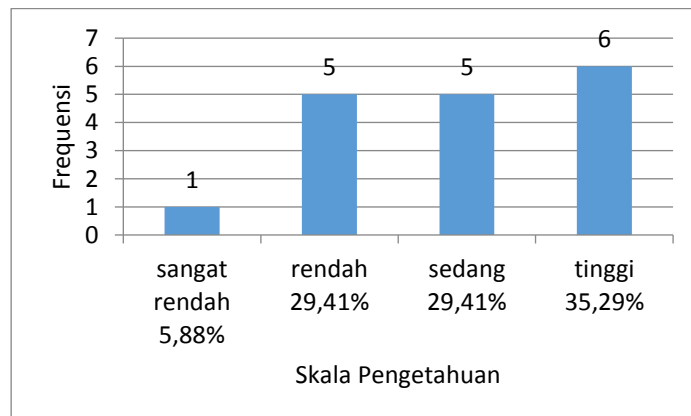


Gambar 16. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian

6) Pengetahuan tentang keunggulan vegetarian

a) Pengetahuan tentang keunggulan vegetarian pada responden vegetarian

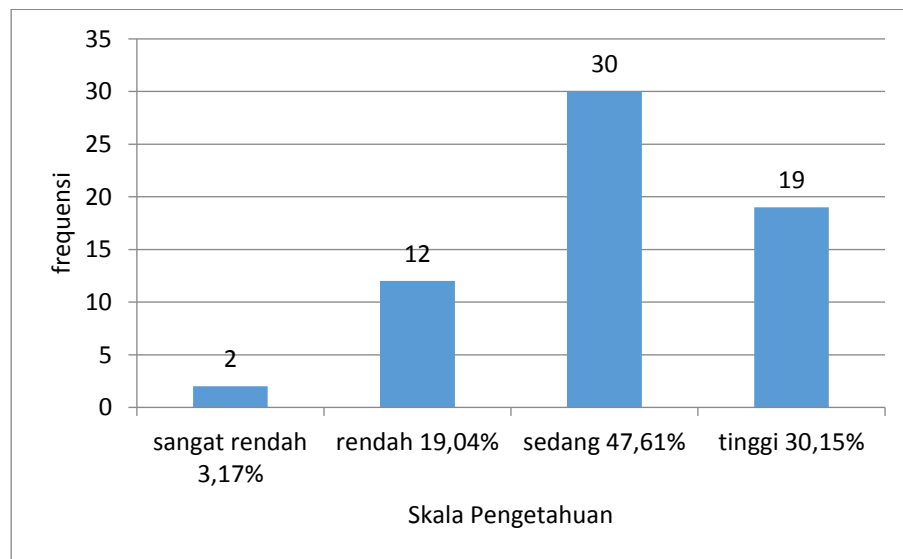
Pada indikator pengetahuan mengenai kekurangan vegetarian, responden yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 5,88% (1 orang), kategori rendah sebanyak 29,41% (5 orang), kategori sedang sebanyak 29,41% (5 orang), kategori tinggi sebanyak 35,29% (6 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi..



Gambar 17. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian

b) Pengetahuan tentang keunggulan vegetarian pada responden non vegetarian

Pada indikator pengetahuan mengenai kekurangan vegetarian, responden yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 3,17% (2 orang), kategori rendah sebanyak 19,04% (12 orang), kategori sedang sebanyak 47,61% (30 orang), kategori tinggi sebanyak 30,15% (19 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori sedang.

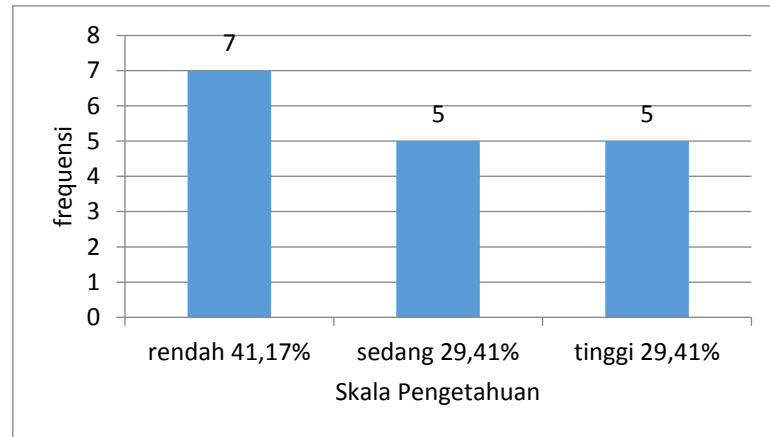


Gambar 18. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian

7) Pengetahuan tentang kekurangan vegetarian

a) Pengetahuan tentang kekurangan vegetarian pada responden vegetarian

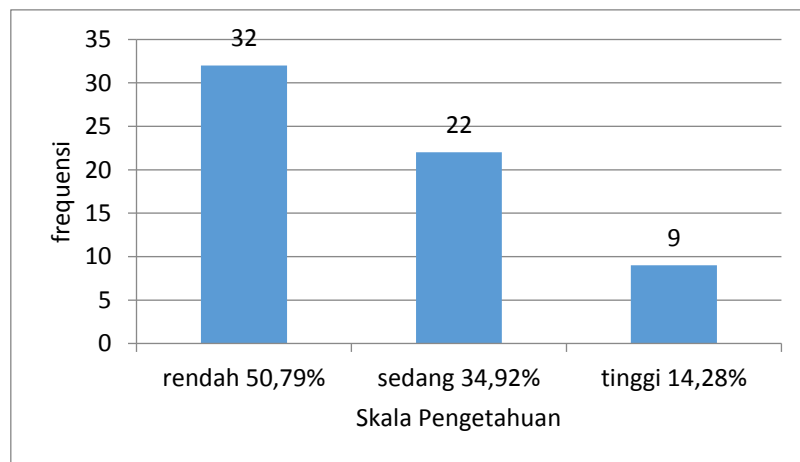
Pada indikator pengetahuan mengenai kekurangan vegetarian, responden yang termasuk dalam kategori kategori rendah sebanyak 41,17% (7 orang), kategori sedang sebanyak 29,41% (5 orang), kategori tinggi sebanyak 29,41% (5 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori rendah.



Gambar 19. Histogram Pengetahuan Responden Vegetarian

b) Pengetahuan tentang kekurangan vegetarian pada responden non vegetarian

Pada indikator pengetahuan mengenai kekurangan vegetarian, responden yang termasuk dalam kategori kategori rendah sebanyak 50,79% (32 orang), kategori sedang sebanyak 34,92% (22 orang), kategori tinggi sebanyak 14,28% (9 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori rendah



Gambar 20. Histogram Pengetahuan Responden Non Vegetarian

## b. Variabel Pola Makan Pengunjung

Pola makan pengunjung diketahui dengan menggunakan *Food Recall 24* jam.

### 1) Pola konsumsi makanan pokok

Pemenuhan kebutuhan makanan pokok untuk dapat menghasilkan energi bersumber dari karbohidrat, lemak, dan protein. Karbohidrat merupakan sumber energi utama bagi manusia. Energi diperlukan dalam tubuh untuk memelihara fungsi dasar tubuh yang disebut dengan metabolisme basal. Kebutuhan energi untuk metabolisme basal diperlukan oleh tubuh dan dipergunakan sebagai pencernaan makanan, beraktivitas baik itu bekerja, belajar, berjalan ataupun aktivitas fisik lainnya.

Tabel 20. Jenis Karbohidrat yang dikonsumsi Responden Vegetarian dan non Vegetarian

Pola Makan	Jenis Karbohidrat Yang Di Konsumsi	Persentase Responden
Makanan pokok	Nasi	100 %
	Roti gandum	20%
	Mie	32,50 %
	Serealialia	6,25 %
	Umbi-umbian	5%

Jenis karbohidrat yang di konsumsi responden di penelitian ini antara lain nasi, roti gandum, serealialia, mie, dan umbi-umbian. Dengan peresntase 100% pengunjung mengonsumsi nasi, 20% pengunjung mengonsumsi roti gandum, 32,50% pengunjung mengonsumsi mie, 5% pengunjung mengonsumsi umbi-umbian, dan 36,25% pengunjung hanya mengonsumsi asupan karbohidrat dari nasi. Dapat disimpulkan bahwa semua responden mengonsumsi nasi, sebagai makanan pokok atau makanan utama.

## 2) Konsumsi protein

Protein berfungsi sebagai membangun serta memelihara sel-sel jaringan tubuh. Protein biasa dikonsumsi dari sumber dari lauk pauk, susu dan sayuran.

Tabel 21. Lauk – Pauk dan Susu yang Dikonsumsi Responden Vegetarian

Pola makan	Protein Nabati	Jumlah Responden	Persentase Responden
Lauk pauk	soya	1	5,8%
	tempe	1	5,8%
	Telur, tempe rolade	1	5,8%
	Tempe	1	5,8%
	jamur	2	11,76%
	tempe, tahu	3	17,64
	Tempe, telur	1	5,8%
	soya, jamur	1	5,8%
	Tempe, tahu, soya	1	5,8%
	tempe, jengkol	1	5,8%
	Tempe,soya, jamur	1	5,8%
	Tidak menggunakan lauk	3	17,64
Jumlah		17	100%
Susu	Susu kedelai	3	17,64%
	Susu sapi	2	11,76%
	Tidak mengonsumsi	12	70,58%
Jumlah		17	100%

Jenis protein kategori lauk pauk, yang paling tinggi di konsumsi responden kelompok vegetarian adalah tahu dan tempe dengan persentase pengunjung 17,64%, Sedangkan minuman jenis susu yang paling tinggi di konsumsi yaitu susu kedelai dengan persentase pengunjung 17,64%.

Tabel 22. Lauk – Pauk dan Susu yang Dikonsumsi Responden Non Vegetarian

Pola makan	Protein hewani	Jumlah	Persentase Responden (%)
Lauk pauk	Telur	6	9,52 %
	Telur, jeroan	1	1,58 %
	Ayam	8	12,69%
	Ayam, bakso	5	7,9%
	Bakso	4	6,3%
	Cumi, sosis, tempe, tahu	1	1,58%
	Ayam goreng, ikan, lele	4	6,3%
	Ikan, tempe tahu	2	3,17%
	Sate kambing, bakso	3	4,76%
	Ayam, tempe	5	7,9%
	Ayam, kepiting	1	1,58%
	Tempe, tahu, telur,	3	4,76%
	Sate kambing, bakso.	1	1,58%
	Udang	1	1,58%
	Jeroan	1	1,58%
	Ayam, telur , tempe	3	4,76%
	Babi, telur	2	3,17%
	Ayam, telur	3	4,76%
	Tempe	1	1,58%
	Ikan, ayam, terong	1	1,58%
	Soya, ikan	1	1,58%
	Ayam, tempe tahu	2	3,17%
	Soya	1	1,58%
	Tuna, daging sapi	1	1,58%
	Tahu tempe	2	3,17%
Jumlah		63	100%
Minuman	Yougurt	5	7,99 %
	Susu Sapi	2	3,17 %
	Tidak mengonsumsi minuman	56	88,88%
Jumlah		63	100%

Jenis protein kategori lauk pauk, yang paling tinggi di konsumsi responden non vegetarian adalah berasal dari unggas yaitu ayam dengan persentase pengunjung 12,69%, Sedangkan minuman jenis susu yang paling tinggi di konsumsi yaitu susu sapi dengan persentase pengunjung 3,17%.

Tabel 23. Sayuran yang Dikonsumsi Responden

Jenis Sayuran	Persentase Pengunjung
Sawi	23,75%
Brokoli	23,75%
Bayam	7,50%
Terung	5%
Wortel	10%
Kangkung	7,50%
Timun	11,25%
Kubis	10%
Touge	11,25%
Selada	2,50%
Tomat	6,25%
Buncis	6,25%
Kemangi	3,75%
Kacang panjang	2,50%
Daun ubi	1,25%

Jenis sayuran yang dikonsumsi responden antara lain, sawi dengan persentase pengunjung 23,75% brokoli dengan persentase pengunjung 23,75%, bayam dengan persentase pengunjung 7,50%, terung dengan persentase pengunjung 5%, wortel dengan persentase pengunjung 10%, kangkung dengan persentase pengunjung 11,25%, timun dengan persentase pengunjung 11,25%, kubis dengan persentase pengunjung 10%, touge dengan persentase pengunjung 11,25%, selada dengan persentase pengunjung 2,50%, tomat dengan persentase pengunjung 6,25% buncis dengan persentase pengunjung 6,25%, kemangi dengan persentase pengunjung 3,75%, kacang panjang dengan persentase pengunjung 2,50% dan ubi dengan persentase pengunjung 1,25. Sehingga dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa sayuran paling tinggi dikonsumsi responden adalah sawi dan brokoli, dengan persentase sama yaitu 23,75. Sedangkan yang paling sedikit dikonsumsi adalah daun ubi.



Tabel 24. Buah-buahan yang Dikonsumsi Responden

Jenis buah-buahan	Persentase (%)
Pisang	3,75%
Pepaya	6,25%
Naga	1,25%
Mangga	2,50%
Anggur	1,25%
Apel	3,75%
Jeruk	5,00%
Jambu	3,75%
Tidak mengonsumsi buah	72,50%

Jenis buah-buahan yang dikonsumsi antara lain, pisang dengan persentase pengunjung 3,75%, pepaya dengan persentase pengunjung 6,25%, buah naga dengan persentase pengunjung 1,25%, mangga dengan persentase pengunjung 2,50%, anggur dengan persentase pengunjung 1,25%, apel dengan persentase pengunjung 3,75%, jeruk dengan persentase pengunjung 5,00% dan jambu dengan persentase pengunjung 3,75%. Sehingga dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa konsumsi buah paling tinggi adalah buah pepaya sebesar 6,25% pengunjung.

## B. Pembahasan Hasil Penelitian

### 1. Pengetahuan pengunjung tentang vegetarian

Pengetahuan merupakan aspek perilaku yang pertama atau tahap dasar dari suatu perilaku. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu melalui panca indra. Dalam penelitian ini, pengetahuan yang dimaksud adalah tingkat pengetahuan pengunjung Restoran *Loving Hut*, tentang vegetarian.

Pengetahuan pengunjung diukur dengan menggunakan tes pilihan ganda atau *multiple choice* sebanyak 25 butir soal, dimana bila jawaban benar diberikan skor 1 dan bila jawaban salah diberikan skor 0, sehingga skor maksimal

pengetahuan adalah 25 dan skor minimal adalah 0. Pengetahuan pengunjung tentang vegetarian dikelompokkan menjadi dua yaitu, kelompok vegetarian dan kelompok non vegetarian. Dari sekor tersebut diperoleh nilai rata-rata (mean) kelompok vegetarian adalah 18,76 dan *standar devisiasi* (SD) sebesar 3,84. Sedangkan untuk kelompok non vegetarian diperoleh nial *mean* 17,58 dan *standar deviation* sebesar 3,05.

Setelah mendapatkan nilai Mean dan *standar devisiasi*, kemudian mencari mean ideal (MI). Pada kelompok vegetarian diperoleh skor 16 dan *standar devisiasi Ideal* (Sdi) dengan skor 2,6. Kemudian dibuat kategori sangat tinggi jika nilai pengetahuan yang diperoleh 19,9 sampai dengan 24, kategori tinggi 17,3 sampai dengan 19,9, kategori sedang 14,7 sampai dengan 17,3, kategori rendah 12,1 sampai dengan 14,7, dan kategori sangat rendah 0 sampai dengan 12,1.yang memiliki tingkat pengetahuan sangat tinggi sebanyak 41,18% pengunjung (7 orang), dan pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 41,18% (7 orang), pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan sedang sebanyak 5,28% (1 orang), serta pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 5,28% (1 orang), dan pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan sangat rendah sebanyak 5,28% (1 orang).

Pada kelompok non vegetarian diperoleh mean ideal (Mi) dengan sekor 16 dan Standar Devisiasi (Sdi) 2,3, Kemudian dibuat kategori sangat tinggi jika nilai pengetahuan yang diperoleh 19,4 sampai dengan 24, kategori tinggi 17,15 sampai dengan 19,4, kategori sedang 14,8 sampai dengan 17,15 kategori rendah 12,5 sampai dengan 14,8, dan kategori sangat rendah 0 sampai dengan 12,5.yang memiliki tingkat pengetahuan sangat tinggi sebanyak 25,4% pengunjung (16 orang), dan pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak

38,09% (24 orang), pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan sedang sebanyak 19,05% (12 orang), serta pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 7,93% (5 orang), dan pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan sangat rendah sebanyak 9,53% (6 orang).

Indikator tingkat pengetahuan yang pertama adalah pengertian vegetarian. indikator tersebut mencakup tentang mendeskripsikan pengertian vegetarian. Pada indikator ini pengetahuan responden kelompok vegetarian termasuk dalam kategori rendah sebanyak 23,5% (4 orang), kategori tinggi sebanyak 76,4% (13 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan pada indikator ini responden non vegetarian termasuk dalam kategori rendah sebanyak 33,3% (21 orang), kategori tinggi sebanyak 66,6% (42 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi.

Indikator tingkat pengetahuan yang kedua adalah sejarah vegetarian. Indikator ini mencakup menyebutkan tahun pertama vegetarian didirikan, negara pertama kali mempopulerkan vegetarian dan komunitas vegetarian. Pada indikator ini responden vegetarian termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 23,5% (4 orang), kategori rendah sebanyak 29,4% (5 orang), kategori sedang 23,52% (4 orang), kategori tinggi sebanyak 23,52% (4 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori rendah. Sedangkan pada indikator ini responden non vegetarian termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 7,9% (5 orang), kategori rendah sebanyak 36,50% (23 orang), kategori sedang 36,50 (23 orang), kategori tinggi sebanyak 19,04% (12 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori rendah.

Indikator tingkat pengetahuan yang ketiga adalah jenis vegetarian. Indikator ini mencakup mengelompokkan jenis vegetarian berdasarkan pola makannya. Pada indikator pengetahuan mengenai jenis vegetarian responden vegetarian yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 5,8% (1 orang), kategori rendah sebanyak 5,8% (1 orang), kategori sedang sebanyak 5,8% (1 orang), kategori tinggi sebanyak 17,64% (3 orang) dan kategori sangat tinggi sebanyak 64,70% (11 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori sangat tinggi. Sedangkan pada indikator ini responden non vegetarian yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 4,76% (3 orang), kategori rendah sebanyak 9,52% (6 orang), kategori sedang sebanyak 12,69% (8 orang), kategori tinggi sebanyak 30,15% (19 orang) dan kategori sangat tinggi sebanyak 42,85% (27 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori sangat tinggi.

Indikator tingkat pengetahuan yang keempat adalah bahan pangan vegetarian. Indikator ini mencakup menjelaskan protein yang dikonsumsi kelompok vegetarian, jenis-jenis daging bagi para vegetarian, dan susu untuk para vegetarian. Pada indikator ini, responden yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 5,88% (1 orang), kategori dan kategori sedang sebanyak 5,88% (1 orang) dan kategori tinggi sebanyak 88,23% (15 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan pada indikator ini responden non vegetarian yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 6,34% (4 orang), kategori dan kategori sedang sebanyak 31,74% (20 orang) dan kategori tinggi sebanyak 61,90% (39 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi.

Indikator tingkat pengetahuan yang kelima adalah pola makan vegetarian. Indikator ini mencakup faktor-faktor vegetarian, dan perbedaan pola makan vegetarian dengan pola makan biasa. Pada Indikator ini responden kelompok vegetarian yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 5,88% (1 orang) , kategori sedang sebanyak 11,76% (2 orang), dan kategori sangat tinggi sebanyak 82,35% (14 orang). Pada indikator ini hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori sangat tinggi. Sedangkan pada indikator ini responden non vegetarian yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 1,58% (1 orang), kategori rendah 3,17% (2 orang), kategori sedang sebanyak 3,17% (2 orang), kategori tinggi 53,96% (34 orang), dan kategori sangat tinggi sebanyak 38,09% (24 orang). Pada indikator ini hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi.

Indikator tingkat pengetahuan yang keenam adalah keunggulan/ kelebihan vegetarian. Indikator ini mencakup penjelasan keunggulan vegetarian bagi kesehatan. Pada indikator ini responden vegetarian yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 5,88% (1 orang), kategori rendah sebanyak 29,41% (5 orang), kategori sedang sebanyak 29,41% (5 orang), kategori tinggi sebanyak 35,29% (6 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan pada indikator ini responden non vegetarian yang termasuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 3,17% (2 orang), kategori rendah sebanyak 19,04% (12 orang), kategori sedang sebanyak 47,61% (30 orang), kategori tinggi sebanyak 30,15% (19 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori sedang.

Indikator tingkat pengetahuan ketujuh adalah kekurangan vegetarian. indikator ini mencakup penjelasan mengenai kekurangan nutrisi vegetarian dan kekurangan salah satu dari kelompok vegetarian. pada indikator ini pengetahuan

responden vegetarian yang termasuk dalam kategori kategori rendah sebanyak 41,17% (7 orang), kategori sedang sebanyak 29,41% (5 orang), kategori tinggi sebanyak 29,41% (5 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori rendah. Sedangkan pada indikator ini responden non vegetarian yang termasuk dalam kategori kategori rendah sebanyak 50,79% (32 orang), kategori sedang sebanyak 34,92% (22 orang), kategori tinggi sebanyak 14,28% (9 orang). Pada indikator ini rata-rata hasil yang diperoleh termasuk dalam kategori rendah.

Dari data diatas dihasilkan pengetahuan pengunjung tentang vegetarian pada kelompok vegetarian termasuk dalam kategori tinggi dan sangat tinggi, sedangkan pengetahuan pengunjung non vegetarian termasuk dalam kategori tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan pengunjung tentang vegetarian adalah tinggi. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Meyni F Saragih dberjudul “Vegetarian Suatu Kajian Kebiasaan Makan Pada Umat Budha Maitreya”. Menyimpulkan bahwa pengetahuan tinggi tentang vegetarian dimana vegetarian merupakan anjuran di agama Budha Maitreya. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh suryani berjudul “Perilaku mahasiswa fakults masyarakat Universitas Sumatra Utara (FK USU)”. Menyimpulkan bahwa masih kurang pengetahuan mahasiswa FK USU tentang vegetarian, dimana tindakan mahasiswa FK USU terhadap pola makan vegetarian hanya sebatas persepsi.

## 2. Pola makan pengunjung restoran *Loving Hut*

Dilihat dari data pola makan pengunjung di Restoran *Loving Hut* , pola makan pengunjung dibedakan menjadi dua yaitu responden yang vegetarian dan

responden non vegetarian. Persentase responden non vegetarian lebih besar yaitu sekitar 78,75% (63 orang), sedangkan responden vegetarian 21,2 % (17 orang). Kelompok vegetarianpun dikelompokkan lagi berdasarkan pola makannya, sehingga dihasilkan pada vegetarian kelompok vegan sejumlah 14 orang dengan persentase 82,35% dan vegetarian kelompok lacto ovo vegetarian sejumlah 3 orang dengan persentase 17,64%.

Jenis makanan pokok dikonsumsi responden baik pada responden kelompok vegetarian dan responden non vegetarian 100% beras. Jenis protein kategori lauk pauk, yang paling tinggi dikonsumsi responden vegetarian adalah tahu dan tempe dengan persentase pengunjung 17,64%, Sedangkan minuman jenis susu yang paling tinggi dikonsumsi yaitu susu kedelai dengan persentase pengunjung 17,64%. Jenis protein kategori lauk pauk, yang paling tinggi dikonsumsi responden non vegetarian adalah berasal dari unggas yaitu ayam dengan persentase pengunjung 12,69%, Sedangkan minuman jenis susu yang paling tinggi dikonsumsi yaitu susu sapi dengan persentase pengunjung 3,17%.

Jenis sayuran yang dikonsumsi responden adalah, sawi dengan persentase pengunjung 23,75%, brokoli dengan persentase pengunjung 23,75%, bayem dengan persentase pengunjung 7,50%, terung dengan persentase pengunjung 5%, wortel dengan persentase pengunjung 10%, kangkung dengan persentase pengunjung 7,50%, timun dengan persentase pengunjung 11,25%, kubis dengan persentase pengunjung 10%, toge dengan persentase pengunjung 11,25%, selada dengan persentase pengunjung 2,50%, tomat dengan persentase pengunjung 6,25%, buncis dengan persentase pengunjung 6,25%, kemangi dengan persentase pengunjung 3,75% kacang panjang dengan persentase pengunjung 2,50% dan daun ubi dengan persentase pengunjung 1,25%. Jenis

buah-buahan yang dikonsumsi pengunjung adalah pisang dengan persentase pengunjung 3,75%, pepaya dengan persentase pengunjung 6,25%, mangga dengan persentase pengunjung 2,50%, anggur dengan persentase pengunjung 1,25%, jeruk dengan persentase pengunjung 5%, apel dengan persentase pengunjung 3,75%, jambu dengan persentase pengunjung 3,75%, dan yang tidak mengonsumsi buah dengan persentase 73,75%.

Perbedaan konsumsi pola makan responden vegetarian dan non vegetarian terletak pada asupan konsumsi protein, dimana konsumsi asupan protein pada responden vegetarian bersumber dari kacang-kacangan seperti, tempe, tahu, soya. Sedangkan asupan susu, responden vegetarian masih ada yang mengonsumsi susu sapi dan makanan pokok semua responden adalah nasi. Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Ni Gusti Ayu Sanggrayani Astadi yang berjudul “Tingkat Konsumsi Energi Protein dan Status gizi Vegetarian Di Asrama Sri Radha Gopsivara Madha Banyuning”, menyimpulkan bahwa jenis makanan pokok yang dikonsumsi komunitas vegetarian adalah nasi, dan Jenis protein yang dikonsumsi oleh responden pada penelitian ini adalah protein yang berasal dari nabati dan susu sapi. Hampir 100% responden mengonsumsi protein jenis nabati seperti protein yang berasal dari kacang-kacangan.



## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

##### **1. Pengetahuan pengunjung**

Pengetahuan pengunjung dikelompokkan menjadi dua yaitu pengetahuan pengunjung kelompok vegetarian dan pengetahuan pengunjung non vegetarian. Pada pengunjung kelompok vegetarian dengan kategori yaitu, kategori sangat tinggi dengan nilai 19,9 sampai dengan 24, kategori tinggi 17,3 sampai dengan 19,9, kategori sedang 14,7 sampai dengan 17,3, kategori rendah 12,1 sampai dengan 14,7, dan kategori sangat rendah 0 sampai dengan 12,1. Dari pengunjung kelompok vegetarian, yang memiliki tingkat pengetahuan sangat tinggi sebanyak 41,18% pengunjung (7 orang), dan pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 14,7% (7 orang), pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan sedang sebanyak 5,28% (1 orang), serta pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 5,28% (1 orang), dan pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan sangat rendah sebanyak 5,28% (1 orang). Rata-rata pengetahuan kelompok vegetarian pada kategori tinggi dan sangat tinggi.

Pengetahuan pengunjung non vegetarian kategori sangat tinggi jika nilai pengetahuan yang diperoleh 19,4 sampai dengan 24, kategori tinggi 17,15 sampai dengan 19,4, kategori sedang 14,8 sampai dengan 17,15 kategori rendah 12,5 sampai dengan 14,8, dan kategori sangat rendah 0 sampai dengan 12,5. Dari pengunjung non vegetarian yang memiliki tingkat pengetahuan sangat tinggi sebanyak 25,4% pengunjung (16 orang), dan pengunjung yang memiliki tingkat

pengetahuan tinggi sebanyak 38,09% (24 orang), pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan sedang sebanyak 19,05% (12 orang), serta pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 7,93% (5 orang), dan pengunjung yang memiliki tingkat pengetahuan sangat rendah sebanyak 9,53% (6 orang). Berdasarkan hasil yang diperoleh diatas, skor tentang pengetahuan vegetarian pada pengunjung non vegetarian termasuk dalam kategori tinggi.

## **2. Pola makan pengunjung**

Pola makan pengunjung dibedakan menjadi dua yaitu pengunjung yang vegetarian dan pengunjung non vegetarian. Persentase pengunjung non vegetarian lebih besar yaitu sekitar 78,75% (63 orang), sedangkan pengunjung vegetarian 21,2 % (17 orang). Kelompok vegetarianpun dikelompokkan lagi berdasarkan pola makannya, sehingga dihasilkan pada vegetarian kelompok vegan sejumlah 14 orang dengan persentase 82,35% dan vegetarian kelompok lacto ovo vegetarian sejumlah 3 orang dengan prsentase 17,64%.

Jenis makanan pokok yang dikonsumsi pengunjung adalah 100% beras, Jenis protein kategori lauk pauk, yang paling tinggi di konsumsi pengunjung kelompok vegetarian adalah tahu dan tempe yaitu persentase 17,64%, Sedangkan minuman jenis susu yang paling tinggi di konsumsi yaitu susu kedelai dengan persentase 17,64%. Jenis protein kategori lauk pauk, yang paling tinggi di konsumsi pengunjung non vegetarian adalah berasal dari unggas yaitu ayam dengan persentase 12,69%, Sedangkan minuman jenis susu yang paling tinggi di konsumsi yaitu susu sapi dengan persentase 3,17%.

Jenis sayuran yang dikonsumsi, sawi 23,75%, brokoli 23,75%, touge 11,25%, kangkung 11,25%, timun 11,25%, bayam 7,50%, wortel 10%, kubis 10%, tomat 6,25% buncis 6,25%, terung 5%, kemangi 3,75%, selada 2,50%, kacang panjang

2,50%, daun ubi 1,25. Jenis konsumsi buah antara lain, pepaya 6,25%, jeruk 5,00%, pisang 3,75%, jambu 3,75%, apel 3,75%, mangga 2,50%, buah naga 1,25%, dan anggur 1,25%.

## **B. Saran**

### **1. Bagi pengunjung**

Dilihat dari rata-rata pengetahuan pengunjung yang tinggi tentang makanan vegetarian diharap dapat diterapkan dalam pola makan sehari-hari, sedangkan untuk pengunjung vegetarian perlu adanya pengetahuan pengaturan pola makan yang terencana agar dapat memenuhi kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh.

### **2. Bagi restoran**

Tetap selalu memberikan izin bagi yang akan melakukan penelitian selanjutnya di restoran.

### **3. Bagi penelitian selanjutnya**

Bagi penelitian selanjutnya perlu diadakan penelitian lebih mendalam seiring dengan perkembangan waktu yang dapat mempengaruhi faktor-faktor yang diteliti. Misalnya, pengetahuan dipengaruhi faktor pengalaman responden, pola makan dipengaruhi faktor status kesehatan, kepercayaan, hambatan dan peraturan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ara Rossi. 2012. *Vegetarian*. Yogyakarta: G-Media
- Ashari. 2005. *Analisis Statistik dengan Microsoft Excel & SPSS*. Yogyakarta: Andhi Offset
- Ary Istiany. 2013. *Gizi Terapan*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya
- Bagus Nuswantoro. 2011. *Konsep Diri Prilaku Vegetarian*. Skripsi (tidak diterbitkan) Semarang: Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan UNNES
- Djemari Mardapi. 2012. *Pengukuran Penilaian*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Eko Putro W. 2012. *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hidup Lebih Mulia Dengan Vegetarian. <http://hiduplebihmulia.com> (diakses 20 april 2016)
- I Dewa Nyoman Supariasa, Bachyar Bakri, Ibnu Fajar. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Karina Padmasuri. 2015. *I am A Happy Vegetarian*. Yogyakarta: OCTOPU Publish House
- Kusharisupeni dan Asih Setrioni. 2010. *Vegetarian Gaya Hidup Sehat Masa Kini*. Yogyakarta: Andi Offset
- Meyni Saragih. 2009. *Vegetarian (Suatu Kajian Kebiasaan Makan pada Umat Buddha Maitreya*. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara.
- Mutiara Dahlia, dkk.(2016). Pengembangan Media DVD Interaktif dan Video Tentang Menu Sehat Seimbang Balita untuk Kader Posyandu. *Jurnal Pendidikan dan Kejuruan*. 23. 1,42-43.
- Nafsiah Mboi. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta :Menteri Kesehatan RI
- Ngalim Purwanto. 2013. *Prinsip-Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset
- Ni Gusti Ayu Sanggrayani Astadi. 2015. *Tingkat Konsumsi Energi Protein dan Status Gizi Vegetarian Di Asrama Sri Radha Gopsivara Madhava Banyuning*. Skripsi (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Teknik PTBB
- PERSAGI. 2008. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia
- Prihastuti Ekawatiningsih. (2016). Pembelajaran Konsektual Pada Mata Kuliah Restoran untuk Meningkatkan Kompetensi Mahasiswa Pendidikan Teknik Boga. *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan* . 23. 1, 34-36

- Purbayu Budi S dan Ashari. 2005. *Analisis Statistik dengan Microsoft Excel & SPSS*. Yogyakarta: Andi Offset
- Rizqie Auliana. 2001. *Gizi & Pengolahan Pangan*. Yogyakarta : Adicita Karya Nusa
- Soekidjo Notoatmodjo. 2010. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Suhardjo dan Clara M Kusharto. 1992. *Prinsip – prinsip Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Kanesus.
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Sunita Almatsier. 2003. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Umum.
- Suryani. 2011. *Perilaku Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Terhadap Pola Makan Vegetarian Tahun 2011*. Skripsi (tidak diterbitkan) Medan: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatra Utara.
- Susianto dan Cindy Tanjung. 2015. *Vegetarian Bagi Buah Hati*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Susianto. 2008. *Vegetarian Jilid I*. Yogyakarta: Indonesia Vegetarian Society.
- Susianto. 2008. *Vegetarian Jilid II*. Yogyakarta: Indonesia Vegetarian Society.
- Tim Tugas Akhir Skripsi FT UNY. 2013. *Pedoman Penyusunan Tugas Akhir Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta: Fakultas Teknik.
- Titin Hera Widi H dan Icha Cahayati. (2010). Pemanfaatan Sumber Belajar Internet untuk Meningkatkan Kreativitas Penyajian pada Mata Kuliah Oriental. *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*. 19,2,41.
- Zainal Arifin. 2010. *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.

# Lampiran

## Uji Coba Instrumen

### Kisi-kisi Instrumen untuk Pengetahuan Pengunjung

Variabel	Indikator	No butir	Jml Butir
Pengetahuan tentang Vegetarian	Pengertian vegetarian	1,3	2
	Sejarah vegetarian	2,4,5	3
	Jenis vegetarian	6,7,8,9,10,11,12	7
	Sumber vegetarian	13,14,15,16	4
	Pola makan vegetarian	17,18,19,20,	4
	Keunggulan / kelebihan bervegetarian	21,22,23,24,25,26,27,28	8
	Kekurangan bervegetarian	29,30	2

### Pensekoran

Bentuk	Pensekoran
Pilihan ganda	Setiap jawaban benar diberi sekur 1 Dan bila jawaban salah di beri sekur 0

### Cara perhitungan nilai akhir

Bentuk soal	Jumlah soal	Nomor soal	Skor maksimal
Pilihan ganda	30	1-30	30

### Kriteria soal

Kriteria soal	Nomor soal
C1 (pengetahuan hafalan)	2, 4,5
C2 (pemahaman)	1,3, 6, 7,8,9,10,11,12
C3 (penerapan/ aplikasi)	13,14, 21,25
C4 (analisis)	15,16,18,20,27,28
C5 (sintesis)	17,19,29
C6 (evaluasi)	22,23,24,26,30

## **Lembar Persetujuan Menjadi Responden**

Kepada Yth, Responden  
Ditempat

Dengan Hormat

Saya mahasiswi SI Program Studi Pendidikan Teknik Boga Universitas Negeri Yogyakarta yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Trisna Rahayu

Nim : 15511247002

Bermaksud akan melaksanakan penelitian mengenai “Pengetahuan Tentang Vegetarian dan Pola Makan Pengunjung di Restoran *Loving HUT* Jl. Demangan Baru”. Sehubungan dengan hal tersebut peneliti meminta kesediaan saudara/saudari untuk menjawab sejumlah soal-soal mengenai vegetarian dan mengisi lembar konsumsi makanan, dengan menandatangani kolom dibawah ini.

Atas kesediaan dan kerja samanya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta,      November 2016

Responden

Peneliti

(.....)

(.....)



## Instrumen Penelitian Tentang Pengetahuan Vegetarian

Nama :  
Umur :  
Jenis kelamin :  
Pekerjaan :  
Pola makan : **Vegetarian / Bukan Vegetarian\***  
\* (coret yang tidak perlu)

Pilihlah jawaban yang paling tepat dengan memberikan tanda silang (x) pada huruf a, b, c, d!

1. Apakah anda tahu tentang vegetarian?
  - a. ya, yaitu seseorang yang boleh makan apa saja
  - b. ya, yaitu seseorang yang hanya boleh makan-makanan dari hewani
  - c. ya, yaitu seseorang yang hanya boleh makan-makanan yang berasal dari nabati
  - d. tidak, tahu
2. Pada tahun berapa vegetarian mulai dipopulerkan?
  - a. 30 September 1847
  - b. 20 September 1867
  - c. 30 Oktober 1945
  - d. 20 Oktober 1945
3. Pythagoras merupakan orang yang pertama kali mengajarkan pola makan tanpa daging, pola makan tersebut dikenal dengan istilah...
  - a. Diet
  - b. Pola makan sehat
  - c. Vegetarian
  - d. Pola makan beserat
4. Di Negara manakah vegetarian pertama kali dipopulerkan?
  - a. Indonesia
  - b. Inggris
  - c. Italia
  - d. Amerika
5. Indonesia memiliki suatu komunitas vegetarian, komunitas tersebut dikenal dengan...
  - a. **IVS**
  - b. ISS
  - c. IVV
  - d. ISV
6. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang masih boleh mengonsumsi telur...
  - a. Pseudo vegetarian
  - b. Ovo – Vegetarian
  - c. Lacto vegetarian
  - d. Vegan

7. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang masih boleh mengonsumsi telur dan susu...
- a. Lacto Ovo Vegetarian
  - b. Semi vegetarian
  - c. Lacto vegetarian
  - d. Vegan
8. Vegan merupakan jenis kelompok vegetarian yang hanya mengonsumsi?
- a. Sayuran saja
  - b. Sayuran dan ikan
  - c. Sayuran dan telur
  - d. Telor dan daging
9. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang pantang mengonsumsi produk hewani dan tanaman yang langsung mati saat dipanen seperti wortel dan lobak...
- a. Vegan
  - b. Semi vegetarian
  - c. Ovo vegetarian
  - d. Vegetarian Fluctaria
10. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang menghindari daging merah namun, masih boleh mengonsumsi daging ayam, ikan secara rutin...
- a. Lacto Ovo Vegetarian
  - b. Psedeo Vegetarian
  - c. Lacto Vegan
  - d. Vegan
11. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang masih boleh mengonsumsi daging waktu-waktu tertentu saja...
- a. Lacto Ovo Vegetarian
  - b. Semi vegetarian
  - c. Lacto vegetarian
  - d. Vegan
12. Apa yang dimaksud dengan Pola makan vegetarian kelompok *vegetarian pesco*?
- a. Pola makan vegetarian yang hanya menghindari susu
  - b. Pola makan vegetarian yang hanya menghindari telur
  - c. Pola makan vegetarian yang menghindari daging, namun masih mengonsumsi seafood
  - d. Pola makan yang hanya mengonsumsi sayuran
13. Bagi pola makan vegetarian, sumber kalsium selain dari susu sapi dapat diperoleh dengan mengonsumsi minuman pengganti berupa ...
- a. Susu kedelai
  - b. Jus buah
  - c. yougurt
  - d. Soft drink

14. Protein memiliki beberapa fungsi bagi perkembangan dan pertumbuhan, untuk pola makan vegetarian protein diperoleh dari sumber bahan makanan berupa...
  - a. Seafood
  - b. Susu sapi
  - c. Kacang-kacangan
  - d. Umbi-umbian
15. Dari data makanan olahan daging tiruan berikut ini, manakah yang tidak diperuntukkan bagi vegetarian kelompok vegan?
  - a. sosis
  - b. Proteina
  - c. Gluten
  - d. Kaki jamur
16. Daging tiruan untuk para vegetarian yang dibuat menyerupai bentuk bakso dan empal biasanya menggunakan bahan?
  - a. Daging giling
  - b. Telur Puyuh
  - c. Kulit sapi
  - d. Gluten
17. Umumnya pola makan vegetarian menghindari asupan protein dari hewani, lalu bagaimana pengaturan pola makan vegan, sehingga dapat mencukupi asupan protein meskipun hanya bersumber dari protein nabati..
  - a. Tetap mengkonsumsi sedikit daging
  - b. Menambahkan asupan suplemen
  - c. Mengonsumsi tempe secara rutin
  - d. Menambahkan porsi sumber protein 2-3 porsi
18. Apa yang membedakan pola makan kelompok vegan dengan pola makan biasa?
  - a. Porsi pola makan vegan lebih banyak dari pola makan biasa
  - b. Porsi pola makan vegan lebih sedikit dari pada pola makan biasa
  - c. Pola makan vegan tidak mengonsumsi protein hewani
  - d. Pola makan vegan bisa digunakan untuk diet sedangkan pola makan biasa tidak
19. Faktor utama yang mempengaruhi seseorang beralih dan memilih pola makan vegetarian adalah...
  - a. Harga daging tinggi
  - b. Faktor Ekonomi
  - c. Faktor Kesehatan
  - d. Faktor Keluarga
20. Keyakinan Agama apa yang melakukan penerapan pola makan vegetarian, dimana mereka tidak diperbolehkan memakan makanan yang memiliki darah?

- a. Kristen    b. Budha Maitreya    c. Katolik    d. Islam
21. Salah satu alasan seseorang menjadi vegetarian adalah kecintaan terhadap lingkungan, wujud dari kecintaan tersebut yaitu...
- a. Dengan menjadi vegetarian dapat mengurangi limbah sampah
  - b. Vegetarian merupakan sarana untuk mengurangi resiko banjir
  - c. Vegetarian dapat mencegah penyakit degenerative
  - d. Vegetarian dapat mengurangi global warming
22. Salah satu alasan yang tepat seseorang memutuskan menjadi vegetaraan adalah?
- a. Ingin hidup lebih sehat
  - b. Bosan mengonsumsi daging
  - c. Cara memasak sayuran lebih mudah
  - d. Karena hobi mengonsumsi sayuran
23. Vegetarian diasumsikan sebagai makanan yang baik untuk diet penurunan berat badan, hal itu dikarenakan...
- a. Pola makan vegetarian membuat nafsu makan berkurang
  - b. Pola makan vegetarian membuat seseorang kehilangan nafsu makan sehingga mengakibatkan penurunan berat badan
  - c. Pola makan vegetarian memiliki asupan lemak hewan yang rendah sehingga tubuh menjadi ideal
  - d. Pola makan vegetarian rendah karbohidrat yang mengakibatkan penurunan berat badan.
24. Pola makan vegetarian kaya akan serat sehingga bermanfaat bagi tubuh untuk...
- a. Penyembuhan diare                      c. Melancarkan peredaran darah
  - b. Proses metabolisme                      d. Membuat terasa kenyang lebih lama
25. Vegetarian memiliki manfaat dalam pencegahan berbagai penyakit degeneratif, salah satunya adalah penyakit...
- a. Flu                      B. Demam                      C. Jantung                      d. Gizi buruk
26. Hasil penelitian telah membuktikan kelompok msyarakat dengan diet vegetarian memiliki angka kematian penyakit jantung yang lebih kecil

dibanding kelompok dengan diet mengandung daging, hal itu dikarenakan?

- a. Diet vegetarian lebih menyehatkan
- b. Diet vegetaria rendah kolesterol dan rendah lemak jenuh
- c. Daging lebih cepat terkontaminasi bakteri yang mengakibatkan penyakit jantung
- d. Daging mengandung lemak jenuh yang rendah

27. Keunggulan dari pola makan vegetarian dibanding pola makan biasa adalah...

- a. Hidangan pada pola makan vegetarian lebih lezat
- b. Menu pada pola makan vegetarian lebih sehat
- c. Menu pada pola makan vegetarian memiliki banyak variasi
- d. Pola makan vegetarian menurunkan resiko penyakit degeneratif

28. Salah satu keunggulan dari pola makan vegetarian adalah penurunan resiko kanker. Mengapa bisa demikian?

- a. Karena pola makan vegetarian banyak mengonsumsi zat antioksidan dari sumber asupan nabati
- b. Karena pola makan vegetarian diolah dengan baik
- c. Pola makan vegetarian sedikit asupan protein hewani
- d. Pola makan vegetarian tinggi asupan mineral

29. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang sering mengalami kekurangan asupan gizi...

- a. Vegan
- b. Semi vegetarian
- c. Ovo vegetarian
- d. Vegetarian Fluctaria

30. Sering terjadinya kasus kekurangan nutrisi pada kelompok vegan, biasanya diakibatkan oleh?

- a. kandungan dari bahan nabati saja tidak mencukupi kebutuhan nutrisi
- b. pengolahan yang terlalu *overcooking*
- c. pola makan vegetarian yang tidak terencana
- d. cara penyimpanan bahan makanan yang tidak hygiene

## Lembar Jawaban Pengetahuan Tentang Vegetarian

1	A	B	<u>C</u>	D
2	<u>A</u>	B	C	D
3	A	B	<u>C</u>	D
4	A	<u>B</u>	C	D
5	<u>A</u>	B	C	D
6	A	<u>B</u>	C	D
7	<u>A</u>	B	C	D
8	<u>A</u>	B	C	D
9	A	B	C	<u>D</u>
10	A	<u>B</u>	C	D
11	A	<u>B</u>	C	D
12	A	B	<u>C</u>	D
13	<u>A</u>	B	C	D
14	A	B	<u>C</u>	D
15	<u>A</u>	B	C	D

16	A	B	C	<u>D</u>
17	A	B	C	<u>D</u>
18	A	B	<u>C</u>	D
19	A	B	<u>C</u>	D
20	A	<u>B</u>	C	D
21	A	B	C	<u>D</u>
22	<u>A</u>	B	C	D
23	A	B	<u>C</u>	D
24	A	<u>B</u>	C	D
25	A	B	<u>C</u>	D
26	A	<u>B</u>	C	D
27	A	B	C	<u>D</u>
28	<u>A</u>	B	C	D
29	A	B	C	<u>D</u>
30	A	B	<u>C</u>	D

Uji Validitas

responden	butir soal																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0
2	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0
3	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0
4	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0
5	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1
7	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
8	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0
10	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1
11	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1
12	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0
13	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0
14	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0
15	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0
17	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
18	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0
19	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
20	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
21	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1
22	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
24	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0
25	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
26	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0
27	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0
28	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0
29	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
r-hitung	0,4007	0,4288	0,4388	0,5335	0,4384	0,718	0,5536	0,4238	0,4832	0,5661	0,1845	0,6489	0,3796	0,2742	0,5286	0,4901	0,07	0,3971	0,5694	0,4113	0,4299
r-tabel	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361
keterangan	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	tidak	valid	valid	tidak	valid	valid	tidak	valid	valid	valid	valid
jumlah	27	7	23	7	17	21	24	23	21	21	23	21	24	27	23	26	11	26	27	24	13

22	23	24	25	26	27	28	29	30	jum
1	1	1	1	1	1	0	1	1	24
0	1	0	1	0	1	0	0	0	11
1	1	0	0	1	0	1	0	1	19
0	1	0	1	0	0	1	0	0	15
1	1	1	1	0	1	1	1	1	25
1	1	0	1	0	1	1	1	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
1	0	1	1	1	1	1	0	0	25
1	0	1	1	0	0	1	1	1	14
0	1	1	0	0	1	0	1	1	13
1	1	1	1	1	0	0	0	0	15
1	1	1	1	0	0	1	0	0	11
1	1	0	1	1	1	1	1	1	21
1	0	0	1	1	1	1	1	0	19
1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
1	0	1	1	1	1	0	1	1	22
1	0	1	1	1	1	1	1	0	25
1	1	0	1	1	1	0	1	0	15
1	1	1	1	1	1	0	0	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	0	26
1	0	1	0	1	1	1	1	1	21
1	1	1	1	1	1	1	0	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	1	30
1	1	1	0	1	1	0	0	1	20
1	1	1	1	1	0	1	1	1	27
1	1	1	1	1	1	0	0	0	17
1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
1	0	1	0	1	1	1	1	0	19
1	1	1	1	1	1	0	1	1	26
0,5273	0,0648	0,364	0,249	0,5286	0,4271	0,34	0,4071	0,4814	
0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	
valid	tidak	valid	tidak	valid	valid	tidak	valid	valid	

27      23      23      25      23      24      20      20      19



Total Butir soal yang Valid

responden																									jum
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20
2	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	6
3	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	15
4	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	11
5	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	19
6	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	19
7	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
8	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	20
9	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	10
10	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	10
11	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	11
12	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	6
13	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	18
14	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	15
15	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
16	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	19
17	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	21
18	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	12
19	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	20
20	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	21
21	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
22	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	20
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
24	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	16
25	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	22
26	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	14
27	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20
28	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	22
29	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	16
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	22
total	27	7	23	7	17	21	24	23	21	21	21	24	23	26	26	27	24	13	27	23	23	24	20	19	
keterangan	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	

### Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas menggunakan SPSS versi 16.0. berdasarkan nilai Cronbach's Alpha pada tabel Reliability Statistics diperoleh nilai 0.861 dimana nilai ini ditafsirkan dengan kriteria

Koefisien Reabilitas (r)	Interpretasi
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Agak rendah
0,60-0,799	Cukup
0,80-1,000	Tinggi

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	24

Batas Atas dan Batas Bawah

kel. atas	no butir soal																														skor	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	
15	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	
25	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	27	
20	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	26	
28	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	26	
5	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	25	
7	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	
22	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	25	
27	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	
8	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	25	
17	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	25
19	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	25	
1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	24	
6	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	25	
jumlah	15	6	13	7	11	14	15	14	13	13	13	15	14	15	14	15	7	15	15	14	10	15	13	14	15	13	14	12	12	12		

kel. bawah	no butir soal																														skor
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
16	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	22
13	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	21
21	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	21
24	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	20
29	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	19
3	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	19
14	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	19
26	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	17
11	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	15
18	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	15
4	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	15
9	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	14
10	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	13
12	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	11
2	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	11
jumlah	12	1	10	0	6	7	9	9	8	8	10	6	10	12	9	11	4	11	12	10	3	12	10	9	10	10	10	8	8	7	

### Analisi Soal Tes Pengetahuan Vegetarian

no soal	jawaban benar kel. atas (U)	jawaban benar kel bawah (L)	jum (U+L)	jum (U-L)	TK	DB	keterangan	
							Tk	Db
1	15	12	27	3	0,9	0,2	mudah	sedang
2	6	1	7	5	0,233	0,333	sukar	baik
3	13	10	23	3	0,767	0,2	mudah	sedang
4	7	0	7	7	0,233	0,467	sukar	sangat baik
5	11	6	17	5	0,567	0,333	sedang	baik
6	14	7	21	7	0,7	0,467	sedang	sangat baik
7	15	9	24	6	0,8	0,4	mudah	baik
8	14	9	23	5	0,767	0,333	mudah	baik
9	13	8	21	5	0,7	0,333	sedang	baik
10	13	8	21	5	0,7	0,333	sedang	baik
11	13	10	23	3	0,767	0,2	mudah	sedang
12	15	6	21	9	0,7	0,6	sedang	sangat baik
13	14	10	24	4	0,8	0,267	mudah	sedang
14	15	12	27	3	0,9	0,2	mudah	sedang
15	14	9	23	5	0,767	0,333	mudah	baik
16	15	11	26	4	0,867	0,267	mudah	sedang
17	7	4	11	3	0,367	0,2	sedang	sedang
18	15	11	26	4	0,867	0,267	mudah	sedang
19	15	12	27	3	0,9	0,2	mudah	sedang
20	14	10	24	4	0,8	0,267	mudah	sedang
21	10	3	13	7	0,433	0,467	sedang	sangat baik
22	15	12	27	3	0,9	0,2	mudah	sedang
23	13	10	23	3	0,767	0,2	mudah	sedang
24	14	9	23	5	0,767	0,333	mudah	baik
25	15	10	25	5	0,833	0,333	mudah	baik
26	13	10	23	3	0,767	0,2	mudah	sedang
27	14	10	24	4	0,8	0,267	mudah	sedang
28	12	8	20	4	0,667	0,267	sedang	sedang
29	12	8	20	4	0,667	0,267	sedang	sedang
30	12	7	19	5	0,633	0,333	sedang	baik

keterangan

DB: Daya Beda

TK: Tingkat Kesukaran

persentase daya beda butir soal			persentase tingkat kesukaran		
kriteria	total	persentase	kriteria	jumlah	persentase
sedang	15	50%	sukar	2	7%
baik	11	37%	mudah	18	60%
sangat baik	4	13%	sedang	10	33%
100%			100%		

# Lampiran Data Penelitian

## **Lembar Persetujuan Menjadi Responden**

Kepada Yth, Responden  
Ditempat

Dengan Hormat

Saya mahasiswi SI Program Studi Pendidikan Teknik Boga Universitas Negeri Yogyakarta yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Trisna Rahayu

Nim : 15511247002

Bermaksud akan melaksanakan penelitian mengenai “Pengetahuan Tentang Vegetarian dan Pola Makan Pengunjung di Restoran *Loving HUT* Jl. Demangan Baru”. Sehubungan dengan hal tersebut peneliti meminta kesediaan saudara/saudari untuk menjawab sejumlah soal-soal mengenai vegetarian dan mengisi lembar konsumsi makanan, dengan menandatangani kolom dibawah ini.

Atas kesediaan dan kerja samanya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, November 2016

Responden

Peneliti

(.....)

(.....)

Pilihlah jawaban yang paling tepat dengan memberikan tanda silang (x) pada huruf a, b, c, d!

1. Apakah anda tahu tentang vegetarian?
  - a. ya, yaitu seseorang yang boleh makan apa saja
  - b. ya, yaitu seseorang yang hanya boleh makan-makanan dari hewani
  - c. ya, yaitu seseorang yang hanya boleh makan-makanan yang berasal dari nabati
  - d. tidak tahu
2. Pada tahun berapa vegetarian mulai dipopulerkan?
  - a. 30 September 1847
  - b. 20 September 1867
  - c. 30 Oktober 1945
  - d. 20 Oktober 1945
3. Pythagoras merupakan orang yang pertama kali mengajarkan pola makan tanpa daging, pola makan tersebut dikenal dengan istilah...
  - a. Diet
  - b. Pola makan sehat
  - c. Vegetarian
  - d. Pola makan beserat
4. Di Negara manakah vegetarian pertama kali dipopulerkan?
  - a. Indonesia
  - b. Inggris
  - c. Italia
  - d. Amerika
5. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang masih boleh mengonsumsi telur...
  - a. Pseudo vegetarian
  - b. Ovo – Vegetarian
  - c. Lacto vegetarian
  - d. Vegan
6. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang masih boleh mengonsumsi telur dan susu...
  - a. Lacto Ovo Vegetarian
  - b. Semi vegetarian
  - c. Lacto vegetarian
  - d. Vegan
7. Vegan merupakan jenis kelompok vegetarian yang hanya mengonsumsi?
  - a. Sayuran saja
  - b. Sayuran dan ikan
  - c. Sayuran dan telur
  - d. Telor dan daging

8. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang pantang mengonsumsi produk hewani dan tanaman yang langsung mati saat dipanen seperti wortel dan lobak...
- a. Vegan
  - b. Semi vegetarian
  - c. Ovo vegetarian
  - d. Vegetarian Fluctaria
9. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang menghindari daging merah namun, masih boleh mengonsumsi daging ayam, ikan secara rutin...
- a. Lacto Ovo Vegetarian
  - b. Psedeo Vegetarian
  - c. Lacto Vegan
  - d. Vegan
10. Apa yang dimaksud dengan Pola makan vegetarian kelompok *vegetarian pesco*?
- a. Pola makan vegetarian yang hanya menghindari susu
  - b. Pola makan vegetarian yang hanya menghindari telur
  - c. Pola makan vegetarian yang menghindari daging, namun masih mengonsumsi seafood
  - d. Pola makan yang hanya mengonsumsi sayuran
11. Faktor utama yang mempengaruhi seseorang beralih dan memilih pola makan vegetarian adalah...
- a. Harga daging tinggi
  - b. Faktor Ekonomi
  - c. Faktor Kesehatan
  - d. Faktor Keluarga
12. Dari data makanan olahan daging tiruan berikut ini, manakah yang tidak diperuntukkan bagi vegetarian kelompok vegan?
- a. sosis
  - b. Proteina
  - c. Gluten
  - d. Kaki jamur
13. Daging tiruan untuk para vegetarian yang dibuat menyerupai bentuk bakso dan empal biasanya menggunakan bahan?
- a. Daging giling
  - b. Telur Puyuh
  - c. Kulit sapi
  - d. Gluten
14. Keyakinan Agama apa yang melakukan penerapan pola makan vegetarian, dimana mereka tidak diperbolehkan memakan makanan yang memiliki darah?
- a. Kristen
  - b. Budha Maitreya
  - c. Katolik
  - d. Islam



15. Apa yang membedakan pola makan kelompok vegan dengan pola makan biasa?
- a. Porsi pola makan vegan lebih banyak dari pola makan biasa
  - b. Porsi pola makan vegan lebih sedikit dari pada pola makan biasa
  - c. Pola makan vegan tidak mengonsumsi protein hewani
  - d. Pola makan vegan bisa digunakan untuk diet sedangkan pola makan biasa tidak
16. Bagi pola makan vegetarian, sumber kalsium selain dari susu sapi dapat diperoleh dengan mengonsumsi minuman pengganti berupa ...
- a. Susu kedelai      b. Jus buah      c. yougurt      d. Soft drink
17. Salah satu alasan seseorang menjadi vegetarian adalah kecintaan terhadap lingkungan, wujud dari kecintaan tersebut yaitu...
- a. Dengan menjadi vegetarian dapat mengurangi limbah sampah
  - b. Vegetarian merupakan sarana untuk mengurangi resiko banjir
  - c. Vegetarian dapat mencegah penyakit degenerative
  - d. Vegetarian dapat mengurangi global warming
18. Salah satu alasan yang tepat seseorang memutuskan menjadi vegetaraian adalah?
- a. Ingin hidup lebih sehat
  - b. Bosan mengonsumsi daging
  - c. Cara memasak sayuran lebih mudah
  - d. Karena hobi mengonsumsi sayuran
19. Hasil penelitian telah membuktikan kelompok msyarakat dengan diet vegetarian memiliki angka kematian penyakit jantung yang lebih kecil dibanding kelompok dengan diet mengandung daging, hal itu dikarenakan?
- a. Diet vegetarian lebih menyehatkan
  - b. Diet vegetaria rendah kolesterol dan rendah lemak jenuh
  - c. Daging lebih cepat terkontaminasi bakteri yang mengakibatkan penyakit jantung
  - d. Daging mengandung lemak jenuh yang rendah

20. Pola makan vegetarian kaya akan serat sehingga bermanfaat bagi tubuh untuk...
- a. Penyembuhan diare
  - b. Proses metabolisme
  - c. Melancarkan peredaran darah
  - d. Membuat terasa kenyang lebih lama
21. Keunggulan dari pola makan vegetarian dibanding pola makan biasa adalah...
- a. Hidangan pada pola makan vegetarian lebih lezat
  - b. Menu pada pola makan vegetarian lebih sehat
  - c. Menu pada pola makan vegetarian memiliki banyak variasi
  - d. Pola makan vegetarian menurunkan resiko penyakit degeneratif
22. Berikut ini adalah kelompok vegetarian yang sering mengalami kekurangan asupan gizi...
- a. Vegan
  - b. Semi vegetarian
  - c. Ovo vegetarian
  - d. Vegetarian Fluctaria
23. Sering terjadinya kasus kekurangan nutrisi pada kelompok vegan, biasanya diakibatkan oleh?
- a. kandungan dari bahan nabati saja tidak mencukupi kebutuhan nutrisi
  - b. pengolahan yang terlalu *overcooking*
  - c. pola makan vegetarian yang tidak terencana
  - d. cara penyimpanan bahan makanan yang tidak hygiene
24. Indonesia memiliki suatu komunitas vegetarian, komunitas tersebut dikenal dengan...
- a. IVS
  - b. ISS
  - c. IVV
  - d. ISV

**Nama** :  
**Umur** :  
**Jenis kelamin** :  
**Pekerjaan** :  
**Pola makan** :

**Vegetarian / Bukan Vegetarian\***  
\* (coret yang tidak perlu)

Waktu makan	Nama makanan	Bahan Makanan		
		Jenis	URT	Gram
Pagi (sarapan)				
Siang				
Malam				

Keterangan :

URT : Ukuran Rumah Tangga, misalnya : piring, mangkok, sendok, gelas, dan lainlain

LAMPIRAN. Hasil Tes Pengetahuan Pengunjung

responden	butir soal																								total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	20
2	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	17
3	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	18
4	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	18
5	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	16
6	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	15
7	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	18
8	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	18
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	19
10	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	22
11	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	20
12	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	18
13	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	18
14	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	17
15	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	21
16	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	17
17	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	14
18	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	19
19	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	18
20	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	19
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	22
22	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	22
23	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	19
24	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	21
25	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	20
26	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	13
27	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	18
28	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19
29	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	21

30	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	21		
31	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	19		
32	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	22		
33	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	18	
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	18	
35	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	18	
36	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	18
37	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	20	
38	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	13	
39	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	16	
40	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	17	
41	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	18	
42	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	14	
43	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	19	
44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	21	
45	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	16	
46	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	19	
47	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	15	
48	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	16	
49	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	17	
50	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	14	
51	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	12	
52	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	
53	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	20	
54	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	12	
55	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	11	
56	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	19	
57	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	20	
58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	19	
59	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	9	
60	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	12	
61	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	18	
62	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	15	

[illegible]

LAMPIRAN. Pola Makan Pengunjung

responden	makanan pokok					lauk-pauk	sayuran	buah	susu
	nasi	roti	mie	sereal/ oatmeal	umbi2an				
1	1 x	1x				telur			
2	1 x	2x				telur , jeroan	sawi		
3	1x		1 x			ayam		2 buah	
4	2 x					ayam, bakso			
5	1x		1 x			bakso			
6	1 x		2 x			ayam lada hitam			
7	2 x					cumi, sosis, tempe, tahu	ca brokoli		
8	3 x					ayam gor,ikan,lele			
9	1x	1 x				ikan, tempe tahu,	sayur bayam, terong,cap cay( wortel, sawi, brokoli)	buah naga, mangga, anggur	
10	1 x	1x				telu	ca kangkung		susu sapi
11	1 x		1 x			sate kambing, bakso			
12	2 x		1 x			ayam, tempe			
13	2 x					ayam, kepiting	casawi		
14	1 x	1 x				tempe,tahu,telur			
15	1 x					udang	timun		yougurt
16	2 x					jeroan			susu sapi
17	2 x		1 x			ayam,			
18	2 x					ayam, telur tempe			
19	2 x	1x	1 x			babi, telur			
20	1 x					ayam, omlet			
21	1 x	1 x		1x		udang			
22	1 x			1 x		tempe		pepaya	susu sapi
23	2 x					ikan, ayam, terong	brokoli		susu sapi
24	2 x					ayam, telur	ca kangkung		
25	1 x	1 x			kentang	soya, ikan	terong		

26	2x					ayam,telur,tempe			susu sapi
27	2x					ayam,tempe,tahu	kobis.timun		
28	1x	1x				ayam,	ca sawi		
29	1 x	1x				ayam	ca touge		
30	1 x		1x				selada,tomat,timu n		
31	2 x					soya		apel	
32	1 x		1x			ayam	ca toge sawi,		
33	1 x				kentang	tuna, beef	pecel		
34	3 x					ayam	wortel, buncis		
35	1 x				kentang	tahu,tempe	wortel sawi		
36	1 x		1 x			telur	selada,timun, tomat		
37	2 x		x			babi, ayam, tempe	sawi, kubis,		
38	1 x					ayam goreng	terancam	jeruk	
39	3 x					telur, tempe			
40	1 x		1 x	1 x		tempe	kubi, wortel		
41	1 x			1 x		ayam, bakso	brokoli		
42	3 x					ayam, bebek	terong		
43	1x	1x				gluten	jamur		
44	1 x	1 x				ayam	brokoli	jambu	yougurt
45	1 x	1x				telur, nugget			susu sapi
46	3 x		1 x			tempe,teri			
47	3 x					ayam, omlet, bakso	bayam		
48	2 x		1x			daging	pok coy		
49	2 x			1 x		ayam, telur,	pokcoy,		
50	1x		1 x		1x	telur			
51	2 x		1 x			ayam, telur	ca kangkung		
52	1 x		1 x			tempe	ca toge sawi,		
53	2 x					ayam, telur, tempe	brokoli, terong		
54	2 x					ayam, tempe	timun, tomat, brokoli		
55	2 x		1 x			telur	brokoli, sawi		



56	1 x		2 x			ayam, bakso	brokoli, sawi		
57	1 x	1 x	1 x			ayam	kubis, toge		
58	1 x					ikan, tempe, tahu	kubis, timun kemangi		
59	3 x					ayam, tahu	kubis, timun, kemangi		
60	1x					telur	ca kangkung		susu sapi
61	1x		1x			tempe, tahu, ayam	sawi		
62	3 x					telur	bayam, kacang p.jg, toge, timun, tomat		
63	1 x	1 x				soya	sawi , brokoli		susu sapi
64	1 x		1x				sawi		
65	x		1x			jamur	brokoli		
66	1 x					tempe, tahu			
67	1 x	1 x					ca brokli		susu kedelai
68	2 x					soya, jamur	salad sayur(brokoli, red cabbage, wortel,)		
69	2 x		1x			tahu,tempe	brokolii, toge		susu kede;ai
70	1x		1 x			tempe, jengkol	brokoli, buncis,sawi		
71	1 x		1 x				daun ubi,		susu kede;ai
72	2 x		1 x			tempe, tahu, soya	bayam, kangkung	apel, pisang	
73	1 x					jamur,	brokoli		
74	2 x					tempe, telur,	brokoli, buncis		
75	1 x			1x		tempe	toge, kangkung		susu sapi
76	3 x					telur, tempe, rolade	bayam, kacang p.jg, tauge, wortel,		
77	3x					tempe, soya, jamur	pok coy, buncis		

78	1 x					tempe, tahu	brokoli,		
79	2 x	1 x				tempe tahu	buncis, sawi		
80	1x	1 x	1 x			ikan	brokoli, wortel		

### Statistics

VAR00001

N	Valid	17
	Missing	0
Mean		18.7647
Median		19.0000
Mode		18.00
Std. Deviation		3.84918
Variance		14.816
Minimum		8.00
Maximum		24.00
Sum		319.00

#### A. Kecenderungan Skor Pengetahuan Tentang Vegetarian (kelompok vegetarian)

##### 1. Perhitungan Nilai Rata-Rata Ideal (Mi) dan Standar Deviasi Ideal (Sdi)

a. Nilai Rata-rata Ideal (Mi)  $= 1/2 (X_{max} + X_{min})$

$$= \frac{1}{2} (24 + 8)$$

$$= 16$$

b. Standar Deviasi Ideal (Sdi)  $= 1/6 (X_{max} - X_{min})$

$$= 1/6 (24 - 8)$$

$$= 2,6$$

##### 2. Batasan-batasan katagori kecenderungan

a. Sangat rendah  $= X < Mi - 1,5 Sdi$

$$= X < 16 - (1,5 * 2,6)$$

$$= X < 12,1$$

b. Rendah

$$= Mi - 1,5 SDi \leq X < Mi - 0,5 SDi$$

$$= 12,1 \leq X < 16 - (0,5 * 2,6)$$

$$= 12,1 \leq X < 14,7$$

c. Sedang

$$= Mi - 0,5 SDi \leq X < Mi + 0,5 SDi$$

$$= 14,7 \leq X < 16 + (0,5 * 2,6)$$

$$= 14,7 \leq X < 17,3$$

d. Tinggi

$$= Mi + 0,5 SDi \leq X < Mi + 1,5 SDi$$

$$= 17,3 \leq X < 16 + (1,5 * 2,6)$$

$$= 17,3 \leq X < 19,9$$

e. Sangat tinggi

$$= Mi + 1,5 SDi \leq X$$

$$= 19,9 \leq X$$

No.	Interval	Frekuensi	Percent (%)	Kategori
1	$X < 12,1$	1	5,88	Sangat rendah
2	$12,1 \leq X < 14,7$	1	5,28	Rendah
3	$14,7 \leq X < 17,3$	1	5,28	Sedang
4	$17,3 \leq X < 19,9$	7	41,18	Tinggi
5	$19,9 \leq X$	7	41,18	Sangat tinggi
Total		17	100%	

### Statistics

VAR00001

N	Valid	63
	Missing	0
Mean		17.5873
Median		18.0000
Mode		18.00
Std. Deviation		3.05136
Variance		9.311
Minimum		9.00
Maximum		23.00
Sum		1108.00

### KECENDERUNGAN SKOR

#### B. Kecenderungan Skor pengetahuan tentang vegetarian pengeunjung non vegetarian

##### 1. Perhitungan Nilai Rata-Rata Ideal (Mi) dan Standar Deviasi Ideal (Sdi)

- a. Nilai Rata-rata Ideal ((Mi)  $= \frac{1}{2} (X_{\max} + X_{\min})$   
 $= \frac{1}{2} (23+9)$   
 $=16$
- b. Standar Deviasi (Sdi)  $= \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min})$   
 $= \frac{1}{6}(23-9)$   
 $=2,3$

##### 2. Batasan-batasan katagori kecenderungan

- a. Sangat rendah  $= X < Mi - 1,5 Sdi$   
 $= X < 16 - (1,5 * 2,3)$

$$= X < 12,5$$

b. Rendah

$$= Mi - 1,5 SDi \leq X < Mi - 0,5 SDi$$

$$= 12,5 \leq X < 16 - (0,5 * 2,3)$$

$$= 12,5 \leq X < 14,8$$

c. Sedang

$$= Mi - 0,5 SDi \leq X < Mi + 0,5 Sdi$$

$$= 14,8 \leq X < 16 + (0,5 * 2,3)$$

$$= 14,8 \leq X < 17,15$$

d. Tinggi

$$= Mi + 0,5 SDi \leq X < Mi + 1,5 Sdi$$

$$= 17,15 \leq X < 16 + (1,5 * 2,3)$$

$$= 17,15 \leq X < 19,4$$

e. Sangat tinggi

$$= Mi + 1,5 SDi \leq X$$

$$= 19,4 \leq X$$

No.	Interval	Frekuensi	Percent (%)	Kategori
1	$X < 12,5$	6	9,53	Sangat rendah
2	$12,5 \leq X < 14,8$	5	7,93	Rendah
3	$14,8 \leq X < 17,15$	12	19,05	Sedang
4	$17,15 \leq X < 19,4$	24	38,09	Tinggi
5	$19,4 \leq X$	16	25,4	Sangat tinggi
Total		80	100%	

## Lampiran. Dokumentasi



# Lampiran

## Surat-Surat penelitian



**KEPUTUSAN DEKAN**  
**FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
Nomor : 157/PMB/PTBG TAHUN 2016

TENTANG  
PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA  
FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
DEKAN FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Menimbang : 1. Bahwa sehubungan dengan telah dipenuhinya persyaratan untuk penulisan SKRIPSI bagi mahasiswa FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA, dipandang perlu diangkat pembimbing  
2. Bahwa untuk keperluan dimaksud dipandang perlu ditetapkan dengan Keputusan Dekan

Mengingat : 1. Undang-Undang RI Nomor 2 Tahun 1989  
2. Peraturan Pemerintah RI Nomor 60 Tahun 1999  
3. Keputusan Presiden RI :  
a. Nomor 93 Tahun 1999  
b. Nomor 305/M Tahun 1999  
4. Keputusan Mendikbud RI :  
a. Nomor 0464/O/1992  
b. Nomor 274/O/1999  
5. Keputusan Rektor UNY Nomor: 1160/UN34/KP/2011

Mengingat  
Pula : Keputusan Dekan FPTK IKIP YOGYAKARTA Nomor 042 Tahun 1989

**MEMUTUSKAN**

Menetapkan  
Pertama : Mengangkat Pembimbing SKRIPSI bagi mahasiswa FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA sebagai berikut  
Nama Pembimbing : Rizqie Auliana, M.Kes.  
Bagi Mahasiswa  
Nama : TRISNA RAHAYU  
NIM : 15511247002  
Jurusan / Prodi : PTBB/PT. Boga  
Kedua : Dosen pembimbing disertai tugas membimbing penulisan SKRIPSI sesuai dengan Pedoman Tugas Akhir  
Ketiga : Keputusan ini berlaku sejak ditetapkan  
Keempat : Segala sesuatu akan diubah dan dibetulkan sebagaimana mestinya apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam Keputusan ini.

Ditetapkan : di Yogyakarta  
Pada tanggal : 5 Oktober 2016  
Dekan



Dr. Widarto  
NIP. 19631230 198812 1 001

Tembusan Yth.:  
1. Pembantu Dekan I, II, III FT UNY  
2. Ketua Jurusan PTBB  
3. Kasub Bag. Pendidikan FT UNY  
4. Yang bersangkutan



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**

Alamat: Karangmalang, Yogyakarta 55281  
Telp. (0274) 568168 psw: 276, 289, 292. (0274) 586734. Fax. (0274) 586734:  
Website : <http://ft.uny.ac.id>, email : [ft@uny.ac.id](mailto:ft@uny.ac.id), [teknik@uny.ac.id](mailto:teknik@uny.ac.id)



Certificate No. QSC 00592

No : 0926/H34/PL/2016  
Lamp : -  
Hal : Ijin Survey/Observasi

24 Mei 2016

Yth.  
Pimpinan Rumah Makan "Loving Hut"  
Jl. Demangan Baru No.16  
Sleman  
DIY

Dalam rangka Tugas Akhir Skripsi kami mohon dengan hormat bantuan Saudara memberikan Ijin untuk melaksanakan Survey/Observasi dengan fokus Permasalahan: Pengetahuan dan pola Makan Pengunjung di Rumah Makan "Loving Hut" Yogyakarta, bagi mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta tersebut di bawah ini:"

No	Nama	No. Mhs.	Program Studi	Lokasi
1.	Trisna Rahayu	15511247002	Pend. Teknik Boga	Rumah Makan "Loving Hut"


Dosen Pembimbing/Dosen Pengampu

Nama : Rizqie Auliana, M.Kes

NIP : 19670805 199303 2 001

Adapun pelaksanaan Survey/Observasi dilakukan pada Tanggal 30 Mei 2016

Demikian permohonan ini, atas bantuan dan kerjasama yang baik selama ini, kami mengucapkan terima kasih.

Wakil Dekan I,  
  
Dr. Widarto, M.Pd.  
NIP 19631230 198812 1 001

Tembusan :  
Ketua Jurusan



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**

Alamat: Karangmalang, Yogyakarta 55281  
Telp. (0274) 568168 psw: 276, 289, 292. (0274) 586734. Fax. (0274) 586734:  
Website : <http://ft.uny.ac.id>, email : [ft@uny.ac.id](mailto:ft@uny.ac.id), [teknik@uny.ac.id](mailto:teknik@uny.ac.id)



Certificate No. QSC 00592

No : 1872/H34/PL/2016  
Lamp : -  
Hal : Ijin Penelitian

28 Nopember 2016

Yth.

1. Bupati Kabupaten Sleman c.q. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kabupaten Sleman
- 2 Manager Restoran Loving Hut

Dalam rangka pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi kami mohon dengan hormat bantuan Saudara memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian dengan judul Pengetahuan Tentang Vegetarian dan Pola Makan Pengunjung di Restoran Loving Hut Yogyakarta Jl. Demangan Baru No. 16, bagi Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta tersebut di bawah ini:

No	Nama	No. Mhs.	Program Studi	Lokasi
1.	Trisna Rahayu	15511247002	Pend. Teknik Boga	Restoran Loving Hut

Dosen Pembimbing/Dosen Pengampu

Nama : Rizqie Auliana, M.Kes  
NIP : 19670805 199303 2 001

Adapun pelaksanaan penelitian dilakukan mulai 29 November 2016

Demikian permohonan ini, atas bantuan dan kerjasama yang baik selama ini, kami mengucapkan terima kasih.



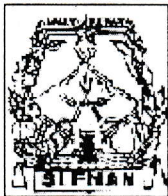
Wakil Dekan I,

Moh. Khairudin, Ph.D.

NIP. 19790412 200212 1 002

Tembusan :  
Ketua Jurusan





**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN**  
**BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511  
Telepon (0274) 868800, Faksimilie (0274) 868800  
Website: www.bappeda.slemankab.go.id, E-mail : bappeda@slemankab.go.id

**SURAT IZIN**

Nomor : 070 / Bappeda / 4143 / 2016

**TENTANG  
PENELITIAN**

**KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 45 Tahun 2013 Tentang Izin Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata, Dan Izin Praktik Kerja Lapangan.  
Menunjuk : Surat dari Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kab. Sleman  
Nomor : 070/Kesbang/3969/2016  
Hal : Rekomendasi Penelitian

Tanggal : 28 Nopember 2016

**MENGIZINKAN :**

Kepada :  
Nama : TRISNA RAHAYU  
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 15511247002  
Program/Tingkat : S1  
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Karangmalang Depok Sleman  
Alamat Rumah : Talang Baru Bumi abung Barat Lampung  
No. Telp / HP : 085740269418  
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul  
**PENGETAHUAN TENTANG VEGETARIAN DAN POLA MAKAN  
PENGUNJUNG DI RESTORAN LOVING HUT YOGYAKARTA JL.  
DEMANGAN BARU NO. 16**  
Lokasi : Restoran Loving Hut Jl. Demangan Baru No. 16 Sleman  
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 28 Nopember 2016 s/d 27 Februari 2017

**Dengan ketentuan sebagai berikut :**

1. Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 28 Nopember 2016

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris

u.b.

Kepala Bidang Statistik, Penelitian, dan Perencanaan



ERNY MARYATUN, S.IP, MT

Peny. IV/a

**Tembusan :**

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Kebudayaan & Pariwisata Kab. Sleman
3. Kabid. Ekonomi Bappeda Kab. Sleman
4. Camat Depok
5. Pengelola Loving Hut Jl. Demangan Baru No. 16
6. Dekan FT - UNY
7. Yang Bersangkutan

# Loving Hut Express

Jl. Demangan Baru No.16

Yogyakarta

Telp: 0274-583515

---

## SURAT KETERANGAN

Dengan ini kami menerangkan bahwa :

Nama : TRISNA RAHAYU  
NIM : 15511247002  
Jurusan : Pendidikan Teknik Boga  
Fakultas : Teknik  
Universitas : UNY (Universitas Negeri Yogyakarta)

benar telah mengadakan dan telah menyelesaikan Penelitian/Pra Survey/Uji Validitas/PKL dengan judul  
PENGETAHUAN TENTANG VEGETARIAN DAN POLA MAKAN PENGUNJUNG DI RESTORAN  
LOVING HUT YOGYAKARTA JL.DEMANGAN BARU NO.16

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 8 Desember 2016

  
**LOVING HUT**  
**JL. DEMANGAN BARU NO.16 KAV.1**  
**YOGYAKARTA**  
**(0274) 583515**  
Siu Ping  
Manager







Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
10-Mei-2016	Konsultasi Judul, Judul ditambahkan Variabel tentang pengetahuan.	M
17-Mei-2016.	konsultasi proposal, ditambahkan penelitian.	M
23-Mei-2016.	Revisi <del>lata</del> identifikasi masalah berdasarkan per paragraf pd latar belakang masalah.	M
3/10/2016.	Tambahkan hasil penelitian di latar belakang.	M
13/10/2016.	Revisi Bab I. Rumusan masalah disesuaikan dengan variabel.	M
20/10/2016.	- Perbaiki identifikasi masalah. kerangka berfikir, serta sample instrumen.	M
27/10/2016.	Revisi Bab III, (tambahkan teori analisis Hems butir soal. yang meliputi tingkat kesukaran, dan daya beda.	M
1/11/2016.	membuat instrumen tes so soal.	M
8/11/2016.	instrumen disesuaikan berdasarkan C <sub>1</sub> -C <sub>6</sub> .	M
15/11/2016.	Bahasa dan kalimat pada instrumen di perbaiki.	M
22/11/2016.	instrumen boleh diujicobakan kemudian, analisis <del>validitas</del> validitas, reliabilitas & analisis butir soal.	M
29/11/2016.	Instrumen boleh digunakan untuk Penelitian.	M
6/11/2016.	Perbaiki BABI, 2,3 (tata tulis).	M
15/12/2016.	tambahkan pembahasan pada Bab IV.	M
22/12/2016.	Perbaiki penulisan bab IV, V, dan daftar pustaka.	M
27/12/2016.	melengkapi lampiran - Lampiran. & tata tulis.	M
3/12/2016.	Revisi Abstrak.	M
6/12/2016.	ACC ujian.	M
24/01/2017.	Revisi Hasil Ujian.	M
3/02/2017	Membuat jurnal	M
7/02/2017.	Jurnal tidak boleh terlalu banyak histogram	M
10/2/2017.	isi jurnal sesuaikan dgn daftar pustaka.	M