

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyelenggaraan makanan merupakan salah satu kegiatan pelayanan gizi, kegiatan ini meliputi perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan, pemasakan bahan makanan, distribusi dan pencatatan, pelaporan, serta evaluasi. Tujuan dari penyelenggaraan makanan yaitu menyediakan makanan yang berkualitas sesuai kebutuhan gizi, biaya, aman, dan dapat diterima oleh konsumen guna mencapai status gizi yang optimal (Kemenkes RI, 2013).

Salah satu institusi yang menyelenggarakan penyelenggaraan makanan yaitu pondok pesantren yang menyediakan makanan bagi santri. Penyelenggaraan makanan di pondok pesantren adalah suatu rangkaian kegiatan dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan pada santri dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian makan pagi, siang dan malam (Aritonang, 2012).

Pondok pesantren adalah lembaga pendidikan keagamaan islam yang berbasis masyarakat baik sebagai satuan pendidikan dan atau sebagai wadah penyelenggaran pendidikan (Depkes RI, 2013). Pondok pesantren merupakan tempat tinggal para santri yang belajar agama islam sekaligus diasramakan di tempat itu (Purwaningtyas, 2013). Santri dikenal sebagai orang yang memperdalam ilmu agama islam di pondok pesantren. Selain menuntut ilmu keduniaan, seorang santri juga memiliki kewajiban mengikuti kegiatan keagamaan di pondok pesantren. Banyaknya tuntutan dan padatnya kegiatan yang harus dijalani santri, sehingga beresiko timbulnya beberapa masalah gizi (Purwaningtyas, 2013).

Masalah gizi pada remaja berkaitan dengan pola makan kurang teratur yang disebabkan oleh banyaknya aktivitas terutama dari kegiatan di sekolah. Selain itu, ada beberapa faktor penyebab yang mempengaruhi daya terima seseorang terhadap makanan yang disajikan yaitu faktor internal dan faktor

eksternal. Faktor internal dalam diri seseorang yang dapat mempengaruhi konsumsi makanannya, seperti nafsu makan yang dipengaruhi oleh kondisi fisik dan psikis seseorang misalnya lelah dan sedih, kebiasaan makan, dan kebosanan yang muncul karena konsumsi makanan yang kurang bervariasi. Faktor eksternal adalah faktor dari luar individu yang dapat mempengaruhi konsumsi makanannya. Faktor-faktor tersebut antara lain citarasa makanan, variasi menu, cara penyajian, kebersihan makanan dan alat makan, dan pengaturan waktu makan (Mutmainnah, 2008).

Hasil penelitian Choiriyah (2019) di pondok pesantren putri Mbah Rumi Semarang, menunjukkan kesukaan terhadap variasi menu yang disajikan di pondok pesantren, didapatkan hasil bahwa 9.8% responden tidak suka terhadap variasi menu, 68.9% kurang menyukai variasi menu dan 21.3% suka terhadap variasi menu. Nilai tertinggi pada responden yang kurang suka terhadap variasi menu, hal tersebut disebabkan oleh variasi menu yang kurang beragam atau monoton dan terkadang menu yang sering muncul adalah bahan makanan yang sedang musimnya.

Menurut Ningtias, et al. (2018), hal tersebut dikarenakan tidak adanya siklus menu sehingga terjadi kebosanan santri terhadap menu yang disajikan berulang-ulang dan jenis pengolahan yang sama. Selain itu, variasi makanan dipengaruhi pula oleh tersedianya peralatan dalam penyelenggaraan makanan, semakin baik dan modern alat yang tersedia, menu yang disajikan akan semakin bervariasi (Aritonang, 2010).

Terdapat beberapa faktor yang dinilai untuk menentukan bagaimana seseorang memilih makanan, yaitu faktor kesukaan terhadap makanan dan ketidaksukaan terhadap makanan, kebiasaan, daya beli serta ketersediaan makanan, kepercayaan, ketahayulan, aktualisasi diri, faktor psikologi, jenis kelamin, tingkat pendidikan, kelompok umur dan cita rasa pasien juga mempengaruhi seseorang dalam memilih makanan yang dikonsumsi. Faktor lain yang dapat mempengaruhi daya terima terhadap makanan, adalah rasa makanan. Rasa makanan sangat menentukan penerimaan makan dari konsumen. Perpaduan yang tepat antara bumbu dan rempah yang digunakan dapat lebih meningkatkan

selera makan konsumen. Selain itu faktor variasi makanan yang disajikan sangat memengaruhi seseorang untuk mengonsumsi makanan (Febria, 2013).

Penyelenggaraan makanan yang dilakukan oleh lembaga yang menyediakan makanan harus memperhatikan aspek kandungan zat gizi serta kesesuaian jumlahnya dengan kecukupan zat gizi dari santrinya (Kemenkes RI, 2013). Kandungan zat gizi yang perlu diperhatikan adalah kandungan zat gizi seimbang yaitu energi, protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral yang terdapat dalam makanan (Kemenkes RI, 2013).

Pondok Pesantren memiliki cukup sumber daya manusia dan sarana prasana namun belum diberdayakan secara optimal untuk perbaikan gizi, pondok pesantren belum memasukkan pendidikan gizi dalam kurikulum pesantren, masih ditemukan santri pondok pesantren mengalami beban gizi ganda atau *double burden malnutrition*, rerata asupan gizi kurang dan penjamah belum dilengkapi pakaian kerja (Abdullah, 2022).

Pada penelitian Abdullah (2022) menunjukkan bahwa asupan gizi dengan metode recall 24 jam pada santri Pondok pesantren Darul Huffaz Lampung memperlihatkan rerata asupan zat gizi sebagian besar kategori kurang kecuali hanya asupan vitamin A yang lebih besar. Rerata asupan Energi, Karbohidrat, dan Zat Besi dikategorikan sangat kurang (<70% rerata tingkat kecukupan), Rerata asupan protein dan lemak termasuk kategori kurang (70-100% rerata tingkat kecukupan), sedangkan asupan vitamin A termasuk kategori lebih besar dari normal (>130% rerata tingkat kecukupan).

Apabila energi serta zat gizi yang dikonsumsi tidak seimbang, akan muncul berbagai masalah tentang status gizi, diantaranya gizi lebih (obesitas) dan defisiensi gizi. Pemilihan makan yang baik memiliki pengaruh pada status gizi santri. Kebutuhan gizi yang terpenuhi dengan baik akan membuat orang lebih memiliki perhatian dan kemampuan untuk belajar lebih mudah (Agustina, 2012).

Salah satu institusi yang mengadakan penyelenggaraan makanan adalah Pondok Pesantren Al-Mujtama' Al-Islami yang terletak di Desa Karang Anyar, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan. Jumlah santri SMP pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami yaitu 107 santriwati. Pada pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami, para Santri mendapat fasilitas asrama di mana pada

penyelenggaraan makanannya diadakan di Pondok Pesantren. Makan sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi santri, dari menu yang disediakan tidak semua santri menyukainya. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami dikarenakan belum ada penelitian yang dilakukan di Pondok pesantren tersebut terkait penyelenggaraan makanannya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang diambil dari penelitian ini yaitu bagaimana gambaran variasi menu, sisa makanan, dan asupan zat gizi makro di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran variasi menu, sisa makanan, dan asupan zat gizi makro di Pondok Pesantren Al-Mujtama' Al-Islami.

### **2. Tujuan Khusus**

- a) Mengetahui gambaran variasi menu di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami.
- b) Mengetahui gambaran sisa makanan di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami.
- c) Mengetahui gambaran asupan zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) santriwati di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Praktis**

Untuk menambah pengetahuan, wawasan dan mengetahui gambaran tingkat asupan gizi dalam membuat laporan bersifat ilmiah bidang gizi tentang gambaran variasi menu, sisa makanan dan asupan zat gizi makro di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami Lampung Selatan.

### **2. Manfaat Teoritis**

Sebagai tambahan referensi penelitian ilmiah bagi perpustakaan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang mengenai gambaran variasi menu,

sisanya makanan dan asupan zat gizi makro di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami Lampung Selatan.

### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini tentang gambaran variasi menu, sisa makanan, dan asupan zat gizi makro di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami Lampung Selatan yang akan dilaksanakan pada bulan Mei 2023. Penelitian ini menggunakan analitik observasional dengan mengambil variabel penelitian yaitu variasi menu, sisa makanan dan asupan zat gizi makro di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami Lampung Selatan. Populasi pada penelitian ini adalah santriwati kelas 1, 2, dan 3 SMP di pondok pesantren Al-Mujtama' Al-Islami Lampung Selatan.