

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pondok pesantren adalah lembaga pendidikan keagamaan Islam yang berbasis masyarakat baik sebagai satuan pendidikan dan/atau sebagai wadah penyelenggara 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 berisiko timbulnya berbagai masalah gizi.

Masalah yang sering terjadi pada santri yaitu tentang penyakit dan kejadian defisiensi gizi. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain: kebersihan yang kurang, asupan gizi yang kurang, pola makan yang tidak teratur serta santri sering jajan di warung – warung pinggir jalan yang kebersihannya kurang terjamin (Masnawati, 2013). Sering dijumpai bahwa kebutuhan asupan zat gizi pada santri masih kurang. Hal ini dikarenakan adanya keterbatasan makanan yang tersedia di pondok pesantren sehingga asupan gizi yang dikonsumsi santri tidak seimbang. Asupan gizi yang kurang terpenuhi akan menyebabkan gangguan metabolisme tubuh dan masalah gizi (Khasanah et al, 2016).

Suatu pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Seseorang yang memiliki pengetahuan gizi baik akan lebih mampu memilih makanan sesuai keperluan. Pengetahuan tentang gizi bisa menjadi bekal terhadap pemilihan makanan yang sehat dan memahami bahwa makanan berhubungan erat dengan kesehatan. Sebaliknya, pengetahuan mengenai gizi yang rendah menyebabkan rendahnya asupan makanan yang sesuai dengan yang dibutuhkan tubuh dalam masa

pertumbuhan (Budiyanto, 2009). Apabila pengetahuan gizi santri kurang, maka berpengaruh kepada status gizi.

Kesehatan santri juga dipengaruhi oleh asupan gizinya. Asupan gizi adalah jumlah konsumsi makanan seseorang. Maka dari itu, santri perlu mengonsumsi makanan bergizi seimbang agar mencukupi energi yang dibutuhkan tubuh. Sumber energi dalam bahan makanan dapat diperoleh dari zat gizi makro yaitu karbohidrat, lemak, dan protein (Irianto, 2010). 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).

Data Riskesdas Provinsi Lampung tahun 2018, berdasarkan status gizi (IMT/U) pada perempuan umur 13 - 15 tahun. Prevalensi gemuk (7,7%). Obesitas (3,79%). Normal (83,2%). Kurus (4,44%). Sangat kurus (0,85%). Sedangkan, berdasarkan status gizi (IMT/U) pada perempuan umur 16 - 18 tahun. Prevalensi gemuk (11,71%). Obesitas (2,41%). Normal (81,03%). Kurus (4,56%). Sangat kurus (0,29%). (Riskesdas, 2018).

Hasil penelitian terdahulu oleh Musyayyib (2017), menunjukkan bahwa remaja di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Soreang Maros, Kabupaten Maros. Yang memiliki pengetahuan dan status gizi normal sebanyak 92 subjek (68,7%), sedangkan yang memiliki pengetahuan baik namun status gizi lebih sebanyak 6 subjek (4,5%). Kemudian yang memiliki pengetahuan kurang dan status gizi normal sebanyak 35 subjek (26,1%), sedangkan yang memiliki pengetahuan dan status gizi lebih sebanyak 1 subjek (0,1%).

Berdasarkan penelitian dari Rohimah (2019) yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Mahasiswa Syafi'urrohman Jember. Didapatkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan pada 79 orang. Hasil tersebut diperoleh data pengukuran status gizi santriwati yaitu total status gizi normal sebanyak 35 orang, status gizi kurang 12 orang, status gizi sangat kurang 5 orang, status gizi lebih 18 orang, dan status gizi obesitas sejumlah 9 orang. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat

masalah status gizi berat badan kurang (15,2%), berat badan sangat kurang (6,3%), berat badan lebih (22,8%) dan obesitas (11,4%).

Menurut sumber yang didapatkan sebelumnya dari penelitian ini bahwa Pondok Pesantren Riyadlatul ‘Ulum didirikan oleh KH. A. Nuruddin An-Nawawi SY. Rabu, 1 Januari 1978, Pondok Pesantren Riyadlatul ‘Ulum telah berdiri secara resmi dengan fasilitas yang masih terbatas. Seiring berjalannya waktu ke waktu pesantren ini menjadi lebih baik. Jumlah keseluruhan santri sebanyak 640 yaitu 290 santri putra dan 350 santri putri. Santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum memiliki kurang nafsu makan dan masih banyak makanan yang tersisa sehingga pola makan yang tidak terjaga. Kemudian untuk frekuensi makan di pondok tersebut yaitu 2x sehari pada pagi dan sore.

Berdasarkan uraian latar belakang, maka ada ketertarikan oleh peneliti untuk melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan gizi, asupan gizi dengan status gizi santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang diambil dari penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan pengetahuan gizi, asupan gizi dengan status gizi santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi, asupan gizi dengan status gizi santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari Lampung Timur.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan gizi seimbang santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari
- b. Mengetahui asupan zat gizi santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari

- c. Mengetahui status gizi santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari
- d. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari
- e. Menganalisis asupan gizi dengan status gizi santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Untuk menambah pengetahuan, wawasan dan mengetahui status gizi dalam membuat laporan penelitian yang bersifat ilmiah di bidang gizi tentang hubungan pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dengan status gizi di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari.

2. Manfaat Teoritis

Hasil data penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang hubungan pengetahuan gizi dan asupan gizi dengan status gizi di Institusi pendidikan khususnya untuk menambah pustaka di perpustakaan Jurusan Gizi Poltekkes Tanjung Karang.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini tentang hubungan pengetahuan gizi, asupan gizi dengan status gizi santriwati di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari yang akan dilaksanakan pada bulan Maret 2022. Penelitian ini menggunakan analitik observasional dengan mengambil variabel penelitian yaitu pengetahuan gizi, asupan gizi dan status gizi santriwati Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Batanghari.