

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pondok Pesantren merupakan salah satu institusi yang memiliki fungsi penyelenggaraan makanan dan minuman seperti halnya asrama. Para santri yang harus tinggal dan menetap dipondok pesantren. Kondisi tersebut menuntut komitmen dari pihak pondok agar menyediakan pelayanan makan untuk santriwati semampu dan sebaik mungkin (Purwaningtyas, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Retno Ayu W.C (2017) pada siswa/i yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi berdasarkan IMT/U yang menunjukkan bahwa remaja dengan jumlah kecukupan energi pada kategori baik cenderung memiliki status gizi normal sebesar 64,9% dibandingkan siswa dengan kecukupan energi kurang cenderung memiliki status gizi kurus sebesar 42,9% dan untuk kecukupan energi lebih cenderung memiliki status gizi gemuk sebesar 40,5%. Selanjutnya terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi berdasarkan IMT/U yang menunjukkan adanya kecenderungan siswa yang pengetahuan kategori kurang lebih banyak memiliki status gizi kurus sebesar 23,7% dibandingkan dengan pengetahuan kategori baik dengan status gizi normal sebesar 64,0%.

Menurut Riskesdes, (2018) indonesia memiliki prevalensi status gizi kurang pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 8,7% sangat kurus 1,9% dan kurus 6,8%), gizi lebih 16% gemuk 11,2% dan obesitas 4,8% (Kemenkes RI, 2018).

Penyelenggaraan makanan di asrama pondok pesantren merupakan penyelenggaraan makanan yang diadakan oleh asrama santriwati di pondok pesantren Sunanulhuda. Penyelenggaraan makanan pada asrama pondok santriwati sebaiknya juga memperhatikan prinsip penyelenggaraan makanan yang telah ditetapkan dan disesuaikan dengan kebutuhan gizi penghuni asrama pondok agar dapat menjaga status gizi, dan meningkatkan pengetahuan prestasi belajar santriwati (Aritonang Irinton, 2018).

Sistem penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Sunanulhuda dikelola sendiri dengan pihak pesantren tanpa ada campur tangan dari pihak luar seperti catering. Pengelola seperti ini dikenal dengan sebutan swaklola yaitu system penyelenggaraan yang dilakukan menggunakan seluruh sumber daya yang disediakan oleh institusi tersebut begitu juga pengelolaan dan kebijakan yang berjalan dengan aman dan selesai. (Aritonang Irinton, 2018).

Sarana dan prasarana dalam penyelenggaraan makanan di pesantren sunanulhuda ini terdapat kantor, ruang dapur, ruang persiapan bahan makan, ruang pengolahan bahan makanan, tempat pencucian alat makan, dan tempat pembuangan sampah. System pembelian bahan makanan melalui rekapan dan pembelian langsung kepasar oleh kepala dapur, penerimaan bahan makanan secara langsung. (Aritonang Irinton, 2018).

Status gizi merupakan keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh (Supariasa, dkk 2018). Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antar individu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, dan berat badan (Par'l, Holil M. dkk, 2017).

Pada remaja terjadi perubahan perkembangan massa tulang, lemak tubuh, tinggi badan, berat badan, hingga organ reproduksi remaja tampak sangat pesat. total kebutuhan gizi kelompok remaja bisa dikatakan paling tinggi ketimbang kelompok usia lainnya. Memasuki tahap perkembangan remaja, angka kecukupan gizi (AKG) harian anak akan semakin meningkat (Par'l, Holil M., dkk, 2017).

Asupan makan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi. Asupan salah satunya dapat dipenuhi dengan sarapan. Pada dasarnya sarapan akan memberikan kontribusi penting akan beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh seperti protein, lemak, vitamin, dan mineral. bila tidak terbiasa sarapan secara terus menerus akan mengakibatkan berat badan dan daya tahan tubuh kurang, kurang gizi, dan anemia zat besi (Silalahi, 2018).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana Gambaran Pengetahuan tentang Gizi Seimbang, Status Gizi dan Asupan Makan Remaja Putri di Pondok Pesantren Sunanulhuda Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan”?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum ini adalah Mengetahui gambaran Pengetahuan tentang Gizi seimbang, Status Gizi dan Asupan Makan remaja putri di Pondok Pesantren Sunanulhuda Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui Status Gizi Santriwati berdasarkan IMT/U di Pondok Pesantren Sunanulhuda Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
- b. Diketahui Asupan makan zat gizi makro (energy, protein, lemak dan karbohidrat) pada Santriwati di Pondok Pesantren Sunanulhuda Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
- c. Diketahui Asupan makan zat gizi mikro (Asam Folat, Vitamin C, dan Fe) pada santriwati di pondok pesantren SunanulHuda kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
- d. Diketahui Pengetahuan tentang Gizi seimbang Santriwati di Pondok Pesantren Sunanulhuda Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Teoritis

Hasil peneliti ini di harapkan dapat memberikan pemahaman tentang Pengetahuan tentang Gizi Seimbang, Status Gizi dan Asupan Makan pada Santriwati di Pondok Pesantren Sunanulhuda sehingga dapat dijadikan referenesi dan evaluasi pengembangan penelitian lanjutan.

## 2. Apikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan untuk Santriwati Pondok Pesantren Sunanulhuda sebagai upaya perbaikan status gizi kurang di Pondok Pesantren Sunanulhuda Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

### **E. Ruang Lingkup**

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif. Penelitian ini bertujuan melihat tentang Gambaran Pengetahuan Tentang gizi seimbang, Status Gizi dan Asupan makan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Sunanulhuda Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan bulan Mei tahun 2023. Subjek Penelitian ini adalah Santriawati Usia 13-18 tahun. Penelitian ini dilakukan dengan cara pengukuran antropometri, kuisisioner, dan Recall 2 x 24 jam. Data disajikan dalam bentuk tabel dan di interpretasikan.