

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyelenggaraan Makanan Sekolah

School feeding atau pemberian makanan anak sekolah merupakan tindakan umum yang bisa dilaksanakan untuk memperbaiki keadaan gizi anak sekolah. Praktik penyelenggaraan makanan di sekolah ini sudah lama dan sudah banyak diselenggarakan di negara-negara baik di Eropa maupun Asia. Masing-masing negara baik bentuk maupun cara penyelenggaraan makanan di sekolah ini berbeda-beda (Rakhmawati, 2009).

Program makanan anak sekolah dimaksudkan untuk membantu meningkatkan status gizi anak-anak sekolah yang keluarganya kurang mampu. Namun kebutuhan makanan di sekolah lambat laun menjadi kebutuhan semua warga sekolah sebagai akibat waktu sekolah yang cukup panjang ataupun anak tidak sempat sarapan dirumah sebelum berangkat ke sekolah. Adapun tujuan penyelenggaraan makanan anak sekolah sebagai berikut:

- a. Menyediakan makanan yang sesuai kebutuhan anak selama di sekolah
 - b. Meningkatkan semangat belajar anak
 - c. Membantu meningkatkan status gizi anak-anak sekolah
- (Bakri dkk, 2018).

Jenis penyelenggaraan makanan institusi sekolah biasanya bersifat nonkomersial seperti di asrama, rumah sakit, panti asuhan dan lembaga kemasyarakatan. Pada dasarnya, penyelenggaraan makanan komersial dan nonkomersial memiliki tujuan yang sama yaitu menyajikan makanan yang berkualitas dengan citarasa yang tinggi dengan biaya serendah mungkin (Moehyi, 1992). Berikut merupakan karakteristik penyelenggaraan makanan di sekolah:

1. Memberikan pelayanan untuk makanan pagi/ siang/ sore ataupun makanan kecil makanan pelengkap.
2. Makanan dapat disediakan melalui kantin sekolah, dengan syarat: makanan yang disajikan bergizi, dan sebagai bahan pendidikan atau penyuluhan bagi anak serta mendorong membiasakan anak untuk memilih makanan yang bergizi untuk dikonsumsi.
3. Makanan yang dipersiapkan tidak berorientasi pada keuntungan, tetapi diarahkan untuk pendidikan/ penyuluhan dan perubahan perilaku anak terhadap makanan. Oleh karena itu, dalam mengelola makanan kantin ini, diikutsertakan peran orang tua agar dapat diikuti kebiasaan makan anak dirumah.
4. Lokasi dan ruang kantin disediakan sedemikian rupa sehingga anak dapat mengembangkan kreasinya dan dapat mendiskusikan pelajarannya
5. Makanan dipersiapkan dalam keadaan bersih dan higienis.
6. Menciptakan manajemen yang baik sehingga dapat dicapai keseimbangan pembiayaan kantin yang memadai.

Dalam pemberian makanan anak sekolah harus juga memperhatikan segi penyajian makanannya yang lebih menarik, karena anak-anak sering mengalami kesulitan makan. Makanan yang disajikan dengan alat yang lebih menarik bagi anak, diberi bentuk yang memancing anak untuk mau makan. Selain itu, anak dibiasakan makan bersama agar dapat memberi semangat pada masing-masing anak untuk menyukai makanan yang disajikan (Bakri dkk, 2018).

B. Gizi pada Anak Usia Sekolah

Kebutuhan gizi anak sekolah perlu diperhatikan karena mengingat usia sekolah merupakan usia anak senang bermain dan menghabiskan waktu untuk belajar mengenal lingkungan sekitar, oleh karena itu perlu asupan zat gizi yang banyak untuk menunjang aktivitas fisiknya. Selain itu, adanya perubahan sikap

terhadap makanan karena banyak faktor eksternal yang dapat mengubah selera makan anak, seperti iklan TV dimana pengaruh tersebut dapat meningkatkan ketergantungan anak untuk mengonsumsi makanan baru yang belum pernah dikonsumsi sebelumnya.

Faktor lain yaitu anak tidak suka makan makanan bergizi, karena pada usia anak sekolah cenderung menyukai makanan yang banyak mengandung gula dan mempunyai warna yang cerah sehingga menarik untuk dikonsumsi (Adriani dan Wirjatmadi, 2012).

1. Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah

Kebutuhan zat gizi menggambarkan banyaknya zat gizi minimal yang diperlukan oleh setiap orang agar dapat hidup sehat. Kebutuhan zat gizi antar individu bervariasi, ditentukan atau dipengaruhi oleh jenis kelamin, umur, ukuran tubuh (berat badan dan tinggi badan), keadaan fisiologis (hamil dan menyusui), aktivitas fisik serta metabolisme tubuh. Oleh karena itu, jumlah zat gizi yang diperoleh melalui konsumsi pangan harus mencukupi kebutuhan tubuh untuk melakukan kegiatan fisik internal dan eksternal, pertumbuhan bagi usia bayi, balita anak, dan remaja, atau untuk aktivitas dan pemeliharaan tubuh bagi orang dewasa dan lanjut usia (Rakhmawati, 2009). Faktor yang mempengaruhi keadaan gizi anak sekolah:

- a. Pada usia ini, anak sudah dapat memilih dan menentukan makanan apa yang disukai dan tidak disukai, sehingga seringkali anak-anak salah memilih apabila orangtua tidak memberikan informasi mengenai makanan yang sehat dan bergizi.
- b. Kebiasaan jajan yang dipengaruhi oleh teman sebaya
- c. Anak tiba dirumah dalam keadaan lelah karena belajar dan bermain di sekolah, sehingga dirumah kurang nafsu makan.

Meskipun laju pertumbuhan anak usia sekolah mengalami penurunan dibandingkan periode sebelumnya, namun per satuan berat badan, anak-anak sekolah membutuhkan makanan yang lebih banyak daripada orang dewasa. Kenaikan kebutuhan zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan dan untuk kegiatan fisik dan mental yang meningkat pada anak usia sekolah (Suhardjo, 2003).

2. Angka Kecukupan Gizi Anak Usia Sekolah

Angka Kecukupan Gizi (AKG) adalah angka kecukupan rata-rata zat gizi setiap hari bagi hampir semua individu menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh dan aktivitas untuk mencegah terjadinya defisiensi zat gizi. Kecukupan makanan dapat diukur secara kualitatif maupun kuantitatif. Secara kualitatif antara lain dengan nilai sosial, ragam jenis pangan dan cita rasa, sedangkan kuantitatif adalah kandungan zat gizi pada suatu makanan (Almatsier, 2011).

Konsep lain yang dikenal dengan istilah (*recommended dietary allowance/ RDA*) yaitu standar gizi yang dianjurkan untuk dimakan agar dapat menjamin kesehatan yang sebaik-baiknya. Dengan demikian, RDA adalah suatu kecukupan rata-rata gizi setiap hari bagi hampir semua orang (97,5%) menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh dan aktivitas untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. RDA disebut juga sebagai Angka Kecukupan Gizi (AKG). Angka kebutuhan maupun angka kecukupan gizi berguna untuk beberapa hal sebagai berikut:

- a. Menilai tingkat konsumsi pangan seseorang berdasarkan survey konsumsi pangan dengan membandingkan zat gizi yang diperoleh dari survey konsumsi terhadap angka kecukupannya, yang biasa disebut tingkat konsumsi.

- b. Perencanaan makanan institusi secara seimbang seperti pemberian makanan tambahan untuk anak sekolah (PMT-AS), lembaga permasyarakatan, panti sosial.
- c. Perencanaan produksi dan ketersediaan pangan wilayah. Angka kebutuhan maupun kecukupan gizi yang dianjurkan adalah kecukupan pada tingkat fisiologis sehingga untuk tingkat produksi sampai konsumsi diperkirakan 15%.
- d. Patokan label gizi pada label makanan kemasan sesuai dengan UU Pangan No.7 Tahun 1996 bahwa setiap industry makanan wajib mencantumkan kandungan gizi, iasanya dalam persentase zat gizi makanan tersebut terhadap angka kecukupannya.
- e. Pendidikan gizi yang dikaitkan dengan kebutuhan gizi berbagai kelompok umur, fisiologis, dan kegiatan untuk mewujudkan keluarga sadar gizi melalui gerakan pangan dan gizi.

Berikut disajikan angka kecukupan gizi anak sekolah pada tabel 2.1.

Tabel 2.1 Angka Kecukupan Gizi Anak Usia Sekolah

Zat Gizi	Usia 7 – 9 Tahun	Usia 10 – 12 Tahun	
		Laki-laki	Perempuan
Energi (kkal)	1850	2100	2000
Protein (g)	49	56	60
Lemak (g)	72	70	67
Karbohidrat (g)	254	289	275
Zat Besi (mg)	10	13	20
Vitamin C (mg)	45	50	50

Sumber: Peraturan Menteri Kesehatan No.75 Tahun 2013.

3. Pengaturan Makan pada Anak Usia Sekolah

Kecukupan asupan makanan tidak hanya tergantung pada ketersediaan makanan, tetapi juga pada faktor lain seperti budaya, lingkungan dan interaksi sosial. Perilaku makan anak memiliki hubungan dengan kebiasaan makan orang tua karena secara tidak sadar, orang tua menuntun

kesukaan makan anak dan membentuk gaya makan anak sama seperti mereka. Pemilihan makan anak juga dipengaruhi oleh kebiasaan makan teman sebaya dan juga lingkungan tempat tinggal. Pola makan anak usia SD (7 – 9 tahun dan 10 – 12 tahun) sebagai berikut:

- a. Pada usia 7 – 9 tahun anak pandaimenentukan makanan yang disukai karena mereka sudah mengenal lingkungan.
- b. Banyak anak menyukai makanan jajanan yang hanya mengandung karbohidrat dan garam yang hanya akan membuat cepat kenyang dan bisa mengganggu nafsu makan anak.
- c. Perlu pengawasan supaya tidak salah memilih makanan karena pengaruh lingkungan.
- d. Pada anak usia 10 – 12 tahun, kebutuhan sudah harus dibagi menurut jenis kelaminnya. Anak laki-laki lebih banyak aktivitas fisik sehingga memerlukan energi yang lebih banyak dibandingkan anak perempuan. Anak perempuan sudah mengalami masa haid sehingga memerlukan lebih banyak protein dan zat besi dari usia sebelumnya (Istiany dan Rusilanti, 2013).

Anak-anak usia sekolah sudah dapat memilih dan menentukan makanan yang disukai dan yang tidak, sehingga seringkali anak-anak memilih makanan yang salah terlebih jika orangtuanya tidak memberikan petunjuk kepadanya. “Makanan yang biasa dikonsumsi sejak masa anak-anak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya” (Hermina, 2000).

4. Masalah Gizi Anak Usia Sekolah

Masalah gizi pada anak umumnya merupakan dampak dari ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran zat gizi (*nutritional imbalance*) yaitu asupan yang melebihi keluaran atau sebaliknya, disamping kesalahan dalam memilih bahan makanan untuk disantap. Gizi yang kurang juga akan

membuat sistem imun pada anak lemah. Aktifitas yang cukup tinggi dan kebiasaan makan yang tidak teratur pada anak sering mengakibatkan ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi. Ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi akan menimbulkan masalah gizi, baik itu masalah gizi lebih maupun gizi kurang.

a. Anemia Defisiensi Besi

Anemia defisiensi besi di masyarakat atau dikenal dengan kurang darah merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia yang dapat diderita oleh semua kelompok umur. Pada anak-anak, umumnya kasus anemia disebabkan oleh kekurangan (defisiensi) zat besi. Di dalam tubuh zat besi berfungsi untuk membentuk sel darah merah. Sementara sel darah merah membantu proses metabolisme tubuh untuk menghasilkan energi. Jika asupan zat besi kedalam tubuh kurang, dengan sendirinya sel darah merah juga akan berkurang.

Dampak yang ditimbulkan anemia gizi pada anak adalah pertumbuhan fisik, perkembangan otak, motorik, mental dan kecerdasan terhambat, daya tangkap belajar menurun, pertumbuhan dan kesegaran fisik menurun, serta interaksi sosial kurang. Untuk mengatasi anemia ini perlu dilihat dahulu penyebabnya. Jika penyebabnya karena parasit, seperti cacingan, maka cacingan itulah yang harus dibasmi. Namun jika penyebabnya adalah asupan zat besi yang kurang, maka harus diperbaiki pola makannya dengan memperbanyak konsumsi makanan yang kaya akan zat besi seperti daging merah, hati, keju, ikan, sayuran berwarna hijau tua dan kacang-kacangan. Agar zat besi dapat diserap dengan optimal sebaiknya setelah makan jangan minum teh, kopi, coklat dan susu karena bisa menghambat penyerapan zat besi didalam tubuh (Istiany dan Rusilanti, 2013).

b. Karies Gigi

Karies gigi adalah sebuah penyakit infeksi yang dapat merusak struktur gigi dan dapat menyebabkan gigi berlubang. Diperkirakan bahwa 90% dari anak-anak usia sekolah diseluruh dunia dan sebagian besar orang dewasa pernah menderita karies (Wikipedia). Lebih lanjut, Gunadi (2011) menyatakan karies gigi pada anak akan membawa dampak pada pertumbuhan dan perkembangan gigi. Karies gigi yang tidak mendapatkan penanganan cepat dapat menyebabkan pembengkakan pada wilayah gigi.

Kondisi ini biasanya terjadi pada masyarakat kita akibat mengonsumsi makanan yang terlalu manis dan tidak menjaga kesehatan gigi dengan baik. Akibat dari karies gigi adalah terganggunya fungsi pengunyahan yang dapat berpengaruh terhadap asupan makanan dan diduga dapat berpengaruh terhadap status gizi (Sasiwi, 2004). Lebih lanjut, Kosasih (2007) mengatakan bahwa makanan manis yang berbentuk lunak dan lengket dapat berpengaruh langsung terhadap terjadinya karies gigi. Hal ini serupa dengan penelitian Wulansari (2008) bahwa terdapat hubungan antara jenis frekuensi makanan dan minuman bergula dengan status kesehatan gigi.

c. Gizi Kurang

Anak dengan berat badan kurang (*underweight*) didefinisikan sebagai mereka yang berada dibawah garis persentil kedua pada grafik persentil indeks masa tubuh (BMI). Gagal tumbuh kembang biasanya didefinisikan sebagai kondisi pertumbuhan anak menyebrangi 2 spasi persentil kebawah pada grafik persentil berat badan menurut umur maupun tinggi badan menurut umur.

Salah satu indikator untuk menentukan status gizi adalah tinggi badan (TB) yang tidak sesuai dengan usia pertumbuhan anak. TB anak cenderung pendek dan sangat

pendek mendekati kekerdilan. Selain itu, gangguan pertumbuhan pada usia anak terjadi akibat berat badan bayi lahir rendah (BBLR) dan gizi kurang pada usia balita, yang dapat menyebabkan gangguan pada proses pertumbuhan, produksi tenaga, pertahanan tubuh, struktur dan fungsi otak serta perilaku.

Jika seseorang mengalami kekurangan gizi akibat asupan gizi dibawah kebutuhan, maka ia akan lebih rentan terkena penyakit dan kurang produktif (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016).

d. Gizi Lebih

Gizi lebih (*overweight*) dalam istilah awam lebih dikenal sebagai kegemukan merupakan status gizi tidak seimbang akibat asupan gizi yang berlebihan sehingga menghasilkan ketidakseimbangan energi antara konsumsi makanan dan pengeluaran energi yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan.

Gizi lebih pada anak umumnya adalah berat badan yang relatif berlebihan jika dibandingkan dengan usia atau tinggi anak yang seumuran, sebagai akibat terjadinya penimbunan lemak yang berlebihan dalam jaringan lemak tubuh. Khomsan (2004) mengatakan penyebab kelebihan gizi dibagi menjadi dua faktor yaitu faktor *endogen* dan *eksogen*. Faktor *endogen* adalah terjadinya gangguan metabolisme tubuh, sedangkan faktor *eksogen* adalah kelebihan konsumsi dan kurangnya aktifitas fisik.

Apabila seorang anak telah mengalami masalah gizi lebih diusia muda, maka akan cenderung pula akan terus berlanjut sampai usia dewasa dimana dapat menimbulkan resiko timbulnya penyakit seperti diabetes dan gangguan kardiovaskular pada usia muda (Wirjatmadi dkk, 2012).

C. Pola Menu

Maryati (2000) dalam Crisyanti (2016) menyatakan bahwa menu adalah susunan hidangan atau masakan yang disajikan pada waktu makan. Lebih lanjut Bakri, dkk (2018) menyatakan pola menu yang dimaksud adalah golongan dan frekuensi macam hidangan yang direncanakan untuk setiap waktu makan selama satu putaran menu. Tujuan dibuatnya pola menu adalah agar dalam siklus menu dapat dipastikan menggunakan bahan makanan sumber zat gizi yang dibutuhkan konsumen. Kategori dalam pola menu dapat dikatakan sebagai berikut:

1. Seimbang jika menu yang disajikan terdiri dari minimal 4 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.
2. Kurang seimbang jika menu yang disajikan terdiri dari minimal 3 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.
3. Tidak seimbang jika menu yang disajikan < 3 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah (Ardiyani, 2015).

D. Standar Porsi

Standar porsi adalah berat bersih bahan makanan (siap di masak) atau berat setiap jenis hidangan untuk satu orang atau untuk satu porsi. Besar porsi sendiri yaitu banyaknya golongan bahan makanan yang direncanakan setiap kali makan dengan menggunakan penukar berdasarkan standar makanan yang berlaku di stautu institusi. Standar porsi digunakan pada bagian perencanaan menu, pengadaan bahan makanan, pengolahan dan distribusi. Standar porsi dalam berat mentah diperlukan pada persiapan bahan makanan, sedangkan standar porsi dalam berat matang diperlukan pada saat distribusi.(Bakri, dkk 2018).

Pada umumnya, suatu institusi yang menyediakan makanan banyak akan menetapkan sejumlah biaya makan untuk

konsumen, sehingga dalam menetapkan kebutuhan bahan makanan bagi institusi perlu disesuaikan dengan sumber daya institusi (ketetapan anggaran belanja makanan bagi konsumen, sarana fisik, peralatan dan perlengkapan serta prosedur kerja yang ditetapkan) dan kebiasaan makan konsumen.

Tabel 2.2 Standar Porsi Menu Sehari Berdasarkan Kandungan Energi (dalam satuan penukar)

No	Golongan Bahan Makanan	Kandungan Energi (kkal)						
		1125	1600	1850	2000	2100	2500	2700
1	Nasi	3p	4p	4,5p	4p	5p	6,5p	8p
2	Daging	1p	2p	2p	2p	2,5p	3p	3p
3	Tempe	1p	2p	3p	3p	3p	3p	3p
4	Sayur	1,5p	2p	3p	3p	3p	3p	3p
5	Buah	3p	3p	3p	4p	4p	4p	5p
6	Minyak	3p	4p	5p	5p	5p	6p	7p
7	Gula	2p	2p	2p	2p	2p	2p	2p
8	Susu	1p	1p	1p	1p	1p	1p	-

Sumber: Permenkes RI No. 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang.

Keterangan:

- Nasi dan penukar 1p = $\frac{3}{4}$ gelas = 100 g
- Daging dan penukar 1p = 1 potong sedang = 50 g
- Tempe dan penukar 1p = 2 potong sedang = 50 g
- Sayur dan penukar 1p = 1 gelas = 100 g
- Buah dan penukar 1p = 1 pisang ambon = 75 g
- Minyak dan penukar 1p = 1 sendok teh = 5 g
- Gula dan penukar 1p = 1 sendok makan = 10 g
- Susu sapi cair 1p = gelas = 200 g

Pemenuhan kebutuhan gizi anak usia sekolah sangat penting untuk perkembangan dan pertumbuhannya yang akan berkontribusi terhadap keberhasilan pendidikan anak di sekolah. Sepertiga waktu anak sekolah dihabiskan di sekolah, hal ini berarti sekurang-kurangnya sepertiga dari total kebutuhan energi dan zat gizi anak harus dipenuhi di sekolah (Nurdiana, 2011). Berikut

adalah pembagian makan sehari berdasarkan standar porsi dalam satuan penukar sesuai kebutuhan energi anak usia 10 – 12 tahun:

Tabel 2.3 Pembagian Standar Porsi Menu Sehari Kelompok Anak Usia 10-12 Tahun

Bahan Makanan	Nasi	Lauk hewani	Lauk Nabati	Sayur	Buah	Minyak	Gula
Waktu Makan							
2000 kkal (Perempuan)							
Pagi	1p	½p	1p	1p	1p	1½p	½p
Siang	2p	1p	1p	1p	2p	2p	1p
Malam	1p	½p	1p	1p	1p	1½p	½p
2100 kkal (Laki-laki)							
Pagi	1 ½p	½p	1p	1p	1p	1 ½p	½p
Siang	2p	1 ½p	1p	1p	2p	2p	1p
Malam	1 ½p	½p	1p	1p	1p	1 ½p	½ p

Sumber: Permenkes RI No. 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang

Menurut Moehyi (1992), porsi penyajian dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

1. Untuk bahan makanan padat, pemorsian dapat dilakukan dengan cara penimbangan.
2. Untuk bahan makanan yang cair atau setengah cair seperti susu dan bumbu dapat menggunakan gelas ukur, *liter maat*, sendok ukur atau alat ukur lain yang sudah distandarisasi bila perlu ditimbang.
3. Untuk pemotongan bentuk bahan yang sesuai untuk jenis hidangan dapat dipakai alat-alat pemotong atau dipotong menurut petunjuk.
4. Untuk memudahkan persiapan sayuran dapat diukur dengan *container* panci dengan standar bentuk yang sama.

5. Untuk mendapat porsi yang tetap (tidak berubah) harus digunakan standar porsi dan standar resep.

E. Daya Terima Makanan

Menurut Moehyi (1992), makanan yang bergizi tidak bermanfaat apabila tidak dimakan dan diterima dengan baik. Daya terima terhadap suatu makanan ditentukan oleh rangsangan cita rasa yang ditimbulkan oleh makanan melalui berbagai indera tubuh manusia termasuk indera penglihatan, penciuman, dan pengecap. Daya terima terhadap menu sepiringan dapat diukur dengan metode *self-reported consumption* (disebut juga penilaian dengan metode *Comstock*), yang dapat diukur dengan 6 kategori yaitu : tidak dimakan, hanya dicicipi, habis $\frac{1}{4}$ bagian, habis $\frac{1}{2}$ bagian, habis $\frac{3}{4}$ bagian dan habis semua.

Lebih lanjut, Patacio dan Theis (2009) dalam Sinaga (2012) menyatakan penampilan makanan ketika disajikan dapat mempengaruhi selera makan seseorang, antara lain warna, tekstur, bentuk, konsistensi dan rasa makanan yang dapat diukur dengan menggunakan uji skala hedonic atau uji kesukaan terhadap menu sepiringan yang diberikan. Menurut Suhardjo (1986) dalam Sinaga (2012), rasa kesukaan terhadap makanan terbentuk dari keinginan makan untuk memenuhi rasa lapar serta dari hubungan kesukaan pada masa anak-anak. Suatu makanan dianggap memenuhi selera atau tidak tergantung dari pengaruh sosial, budaya dan sifat fisik makanannya.

Warna merupakan daya tarik dari suatu makanan untuk semua kalangan umur. Setidaknya dalam suatu hidangan makanan terdiri dari dua atau tiga warna makanan yang berbeda sehingga dapat menarik perhatian konsumen untuk mengonsumsinya, terutama bagi anak sekolah yang senang dengan sesuatu yang berwarna menarik. Hal ini dikarenakan penyajian suatu makanan merupakan aspek pertama yang terlihat

sehingga diperlukan penyajian yang baik oleh penyedia makanan (Sinaga, 2007).

Rasa makanan merupakan faktor kedua yang menentukan cita rasa makanan setelah penampilan makanan (Moehyi, 1992). Variasi berbagai rasa dalam suatu makanan lebih disukai daripada hanya terdiri dari satu rasa. Perpaduan rasa dengan perbandingan yang sesuai dapat menimbulkan rasa yang enak dalam suatu makanan (Sinaga, 2007).

Faktor lain yang mempengaruhi daya terima makanan yaitu aroma makanan itu sendiri dimana aroma merupakan daya tarik yang sangat kuat dan mampu merangsang indera penciuman sehingga dapat membangkitkan selera makan seseorang (Sinaga, 2007). Selain itu, faktor lain yang mempengaruhi daya terima makanan yaitu tekstur makanan yang juga mempengaruhi penampilan makanan yang dipengaruhi oleh cara memasak dan lama waktu pemasakan sehingga dapat memberikan daya tarik tersendiri bagi setiap makanan yang disajikan (Moehyi, 1992). Variasi didalam pengolahan makanan juga harus diperhatikan menyesuaikan dengan jenis makanan sehingga tidak muncul rasa bosan ketika menyantap makanan tersebut.

Menurut Gregoire dan Spears (2007) dalam Sinaga (2012), untuk mengukur tingkat kesukaan terhadap makanan umumnya menggunakan skala hedonik yaitu makanan yang dinilai oleh seseorang memiliki tingkatan "sangat suka" sampai "sangat tidak suka". Pengukuran tingkat kesukaan makanan untuk anak-anak umumnya menggunakan skala hedonik wajah atau yang biasa disebut dengan skala wajah tersenyum (*smiley face*). Penggunaan metode hedonik wajah lebih mudah digunakan untuk anak-anak sekolah dibandingkan dengan metode tulisan atau angka karena kedua metode tersebut membutuhkan komunikasi dan pemahaman yang baik, kecerdasan atau kemampuan untuk berkomunikasi dalam bahasa.