

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah aset bangsa untuk terciptanya generasi yang baik di masa yang akan datang (Handayani, 2018). Remaja merupakan masa yang penting diperhatikan karena masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai sejumlah perubahan biologis, kognitif, dan emosional (Indartanti, 2014; Susilowati, 2016). Agar tidak terjadi masalah gizi pada remaja, maka setiap remaja membutuhkan zat gizi optimal tidak terkecuali remaja pondok pesantren (Pakar Gizi Indonesia, 2016).

Salah satu faktor agar tercapainya sumberdaya manusia yang berkualitas adalah dengan kecukupan zat gizi dan pangan (Sudrajat, 2016). Ketidakseimbangan dalam mengkonsumsi gizi makanan pada seseorang maka akan terjadi malnutrisi (*malnutrition*) seperti gizi kurang (*under nutrition*) dan gizi lebih (*over nutrition*) (Susilowati, 2016). Obesitas, salah satu akibat dari gizi lebih, dapat menimbulkan penyakit degeneratif dimasa dewasa. Sementara masalah yang seringkali muncul akibat kurang gizi pada remaja adalah anemia gizi, dan GAKI (Rokhmah, 2016). Selain itu terdapat kebiasaan makan salah seperti kecenderungan untuk melewatkan waktu makan baik itu sarapan pagi dan makan siang, mengemil yang memiliki kadar gula tinggi misalnya permen, konsumsi makanan cepat saji yang berlebihan, dan membatasi asupan makanan (diet) (Pritasari dkk, 2017).

Masalah gizi oleh banyak faktor yang saling terikat secara langsung dapat dipengaruhi oleh penyakit infeksi dan kurangnya asupan gizi secara kualitas maupun kuantitas, sedangkan secara tidak langsung dipengaruhi oleh jangkauan dan kualitas pelayanan kesehatan, pola asuh yang kurang memadai, sanitasi lingkungan, serta rendahnya ketahanan pangan (Aramico, 2016). Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG), remaja putri usia 13-15 tahun membutuhkan energi sebesar 2050 Kkal, protein 65 g, lemak 64 g, dan karbohidrat 300 g. Sementara itu, remaja putri usia 16–18 tahun membutuhkan energi sebesar 2100 Kkal, protein 65 g, lemak 67 g dan karbohidrat 300 g (Rokhmah, 2016).

Status gizi yang optimal pada remaja dapat tercapai apabila mendapatkan makanan yang baik. Penyelenggaraan makanan merupakan suatu keharusan, baik di lingkungan keluarga maupun di luar lingkungan keluarga. Penyelenggaraan makanan di luar lingkungan keluarga sangat diperlukan oleh sekelompok orang. Santri memerlukan pelayanan makanan di luar lingkungan keluarga yang diselenggarakan secara khusus seperti penyelenggaraan makanan di pondok pesantren/asrama (Ramadhan, 2014).

Pondok pesantren merupakan salah satu institusi yang melayani kebutuhan makan santri, yang seharusnya memiliki sistem penyelenggaraan makanan yang baik agar dapat tercipta kualitas sumber daya manusia yang tinggi dimana gizi merupakan salah satu penentu kesehatan santri (Kaenong, 2014). Santriwati adalah siswi yang belajar dan bertempat tinggal di sebuah pondok pesantren (Anisa, 2017). Remaja yang tinggal di pondok pesantren sangat bergantung pada makanan yang disediakan pondok (Sudrajat et al, 2016). Akan tetapi pada kenyataannya, menu makanan yang ada di pondok pesantren biasanya menyediakan menu makanan yang kurang sempurna dan hanya memenuhi beberapa kebutuhan asupan zat gizi saja (Anisa, 2017).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa asupan makanan yang diperoleh dari pondok masih dalam kategori kurang (Paradisa dkk, 2019). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi antara lain petugas penyaji tidak merata dalam pemorsian makanan, porsi yang diambil oleh santri sedikit atau masih kurang, ada yang melewatkan waktu makan, banyak yang mengonsumsi cemilan berupa makanan ringan dan gorengan daripada mengonsumsi makanan dari pondok, makanan yang disajikan kurang menarik dan bosan terhadap menu-menu yang sama yang disajikan selama tinggal di pesantren (Kaenong dkk, 2014; Rokhmah dkk, 2016; Sya'bani dan Sumarmi S, 2016; Anisa dkk, 2017; Paradisa dkk, 2019).

Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Kecamatan Gondanglegi Kabupaten Malang merupakan salah satu institusi pendidikan yang menyelenggarakan makanan selama pendidikan. Penyelenggaraan makanan yang dilakukan tidak menggunakan jasa catering tetapi dilakukan langsung oleh pihak pondok. Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Kecamatan Gondanglegi Kabupaten Malang memiliki penyelenggaraan dengan tipe pelayanan kafetaria yaitu dalam penyajian makanannya disajikan oleh pihak dapur yang disesuaikan dengan perkiraan

tenaga pengolah makanan dan untuk penyajian nasi, para konsumen mengambil sendiri.

Penyelenggaraan makanan yang dilakukan di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi masih kurang optimal. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi, antara lain petugas penyaji tidak merata dalam pemorsian makanan, porsi yang diambil oleh santri sedikit atau masih kurang, ada yang melewatkan waktu makan, makanan yang disajikan kurang menarik dan bosan terhadap menu-menu yang sama yang disajikan selama santri tinggal di pesantren, belum menerapkan standar porsi dalam pemorsian pada makanan santriwati. Menu siang dan sore sama, sehingga menu makanan yang ada di pondok menjadi tidak beragam. Berdasarkan latar belakang ini, peneliti ingin mengetahui sekaligus menganalisis pola menu dan kualitas menu serta pada penyelenggaraan makanan di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Gondanglegi, Malang.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran pola menu pada penyelenggaraan makanan di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi?
2. Bagaimana gambaran kualitas menu (standar porsi, keanekaragaman, dan kecukupan energi dan zat gizi) pada penyelenggaraan makanan di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola menu, standar porsi, keanekaragaman makanan, kecukupan energi, dan kualitas menu pada penyelenggaraan makanan di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pola menu di penyelenggaraan makanan Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi Malang.
- b. Menganalisis standar porsi di penyelenggaraan makanan Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi Malang.

- c. Menganalisis keanekaragaman makanan di penyelenggaraan makanan Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi Malang.
- d. Menganalisis kecukupan energi dan zat gizi di penyelenggaraan makanan Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi Malang.
- e. Menganalisis kualitas menu di penyelenggaraan makanan Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Manfaat dari penelitian ini adalah untuk menambah wawasan dan bisa menerapkan ilmu tentang penyelenggaraan makanan institusi yaitu pola dan kualitas menu pada menu pagi, siang dan sore selama 6 hari

2. Bagi Institusi

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai bahan masukan dan evaluasi untuk memperbaiki pola dan kualitas menu pada menu pagi, siang dan sore dalam satu siklus (6 hari). Selain itu juga bermanfaat bagi pengelola sebagai bahan pertimbangan dalam upaya perbaikan pada penyelenggaraan makanan di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Putri Gondanglegi.

3. Bagi Masyarakat

Manfaat dari penelitian ini yaitu dapat memperbaiki pola dan kualitas menu yang berupa standar porsi dan keanekaragaman agar mendapatkan zat gizi yang sesuai dan seimbang.