

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Makanan adalah salah satu kebutuhan dasar manusia. Makanan berguna untuk tubuh karena didalam makanan mengandung berbagai macam nutrisi yang penting. Tubuh manusia harus memperoleh kecukupan energi, protein, lemak, karbohidrat vitamin dan mineral yang dapat diperoleh melalui makanan yang tepat. Makanan dengan gizi seimbang akan menyuplai tubuh manusia dengan zat yang sesuai dengan kebutuhan. Tanpa makanan tubuh manusia akan menjadi lemas dan kurang bergairah dalam menjalankan aktivitasnya (Utami, 2013).

Penyelenggaraan makanan adalah suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan kepada konsumen, dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian diet yang tepat. Termasuk kegiatan pencatatan, pelaporan dan evaluasi. Cakupan penyelenggaraan makanan sangat luas, tidak seperti yang dipahami hanya sekedar merencanakan menu, mengolah, menyimpan dan menyajikan bahan makanan, tetapi juga meliputi fasilitas, peraturan perundang-undangan, anggaran, ketenagaan, peralatan, *hygiene*-sanitasi dan lain sebagainya (Aritonang, 2014).

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 keagamaan yang memberikan pendidikan dan pengajaran serta mengembangkan dan menyebarkan ilmu agama Islam. (Nasir,2005). Dilihat dari minat masyarakat untuk masuk kepesantren setiap tahun terus meningkat tidak terkecuali minat masyarakat kota kediri terhadap pertimbangan pesantren yang ada. Salah satu pesantren yang ada di Kediri yaitu Pondok Pesantren HM Lirboyo Kabupaten Kediri.

Masa remaja merupakan jembatan periode kehidupan anak dan dewasa yang berawal pada usia 9-10 tahun dan berakhir di usia 18 tahun. Gizi yang seimbang sangat penting bagi pertumbuhan anak remaja jaman sekarang agar dapat tumbuh dengan baik dan sehat. Asupan gizi anak remaja perlu diperhatikan terutama bagi mereka yang sedang berada di pesantren sehingga mereka tidak tinggal bersama orang tua.

Masalah gizi pada remaja dapat diakibatkan oleh kebiasaan makan yang buruk menyebabkan remaja kurang mendapat makanan yang seimbang dan bergizi (Permeasih, 2013). Padahal pada masa remaja merupakan masa yang sangat penting untuk membentuk prilaku yang berkaitan dengan kesehatan dan gizi.

Keberhasilan suatu institusi penyelenggaraan makanan dapat di lihat dari daya terima konsumen terhadap makanan yang di konsumsi, tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan gizi tetapi juga dalam aspek penyediaan makanan yang sesuai, baik dari segi mutu, jenis maupun jumlahnya. Apabila daya terima makanan belum baik maka akan berpengaruh besar pada kebutuhan gizi santri sehingga keberhasilan suatu penyelenggaraan makanan institusi juga tidak tercapai.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi daya terima seseorang yang dibedakan menjadi faktor internal dan 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).

Pada penelitian Dea (2011) di Pondok Pesantren Modern Al-Himmah Kabupaten Sukabumi dilaporkan bahwa sebanyak 13 sampel (34,2%) menilai penilaian menu yang disajikan kurang baik. Hal ini, dikarenakan menu yang disajikan belum menunjukkan variasi menu yang baik.

Asupan gizi remaja perlu diperhatikan terutama mereka yang bersekolah dengan fasilitas asrama sehingga tidak tinggal Bersama orangtua (Sutyawan,2013). Pada penelitian Andi (2013) di Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar Sulawesi Selatan dilaporkan bahwa asupan energi Santri menunjukkan asupan energi kurang sebesar (87%), asupan protein menunjukkan asupan kurang sebesar (34%), asupan lemak menunjukkan asupan kurang sebesar (10%), asupan karbohidrat kurang sebesar (99%), asupan vitamin C menunjukkan asupan kurang sebesar (96%), asupan kalsium dan zat besi menunjukkan asupan kurang sebesar (100%).

Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri terletak di Jl. Raya Papar-Pare, Desa Papar; Kec. Papar, Kab. Kediri. Alasan pemilihan Pondok Pesantren HM Lirboyo papar sebagai lokasi penelitian adalah berdirinya pondok Lirboyo Papar terbilang baru oleh karena itu masih banyak hal yang butuh pemantauan, salah satunya tentang sistem penyelenggaraan makanannya yang masih kurang baik. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian di pondok pesantren Lirboyo Papar dikarenakan belum ada penelitian yang dilakukan di Pondok pesantren tersebut terkait penyelenggaraan makanannya. Hal ini sesuai dengan judul penelitian saya tentang “Gambaran Variasi Menu, Daya Terima dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Santri Putri Di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri”.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran variasi menu, daya terima dan tingkat kecukupan zat gizi santri putri di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui variasi menu, daya terima dan tingkat kecukupan zat gizi santri putri remaja di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri

### **2. Tujuan khusus**

1. Untuk menganalisis variasi menu santri putri di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri
2. Untuk menganalisis daya terima santri putri di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri
3. Untuk menganalisis tingkat kecukupan santri putri di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri

## **D. Manfaat penelitian**

### **1. Manfaat bagi peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai sistem penyelenggaraan makanan terutama terkait variasi menu, daya terima dan kecukupan zat gizi di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri.

### **2. Manfaat bagi Pondok Pesantren**

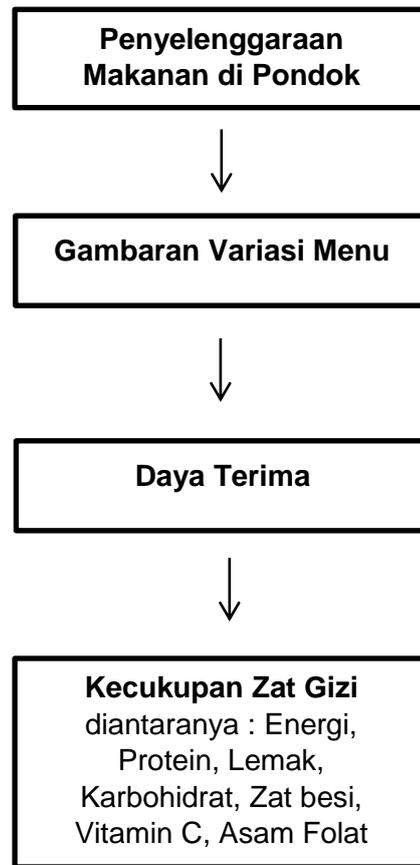
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan dan informasi serta diharapkan adanya tindak lanjut dari pengelola Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri untuk mengatasi permasalahan yang di temukan dalam penelitian ini terkait sistem penyelenggaraan makanan terutama

variasi menu, daya terima dan tingkat kecukupan zat gizi pada Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri.

### **3. Manfaat bagi Santri putri pondok**

Para Santri putri di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri diharapkan dapat menerapkan ilmu yang didapat dan mengoptimalkannya dalam kehidupan sehari-hari serta berguna dalam meningkatkan kecukupan zat gizi masing-masing individu.

## E. Kerangka Konsep

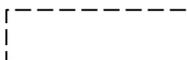


**Gambar 1. Kerangka Konsep**

### Keterangan:



= Variabel yang diteliti



= Variabel yang tidak diteliti

Dalam penelitian kali ini, peneliti akan melakukan penelitian dengan mengambil variabel terikat berupa gambaran variasi menu pada penyelenggaraan makanan. Sedangkan variabel bebas berupa Daya terima dengan kategori sisa banyak dan sisa sedikit. Serta Kecukupan zat gizi diantaranya: Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Zat besi, Vitamin C, Asam Folat. Dan pengambilan data dilakukan kepada Santri putri Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri.