

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indeks Pembangunan Manusia *Human Development Index* (HDI) adalah salah satu indikator untuk menilai tinggi rendahnya kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Di tahun 2011, berdasarkan peringkat *Human Development Index* (HDI) Indonesia menempati posisi 124 dari 187 negara, jauh di bawah negara ASEAN lainnya seperti Singapore ada di peringkat 26, Brunei di peringkat 33, Malaysia di peringkat 61, Thailand di peringkat 103, dan Filipina menempati peringkat 112. Pendidikan, kesehatan, dan ekonomi merupakan faktor-faktor yang menjadi penentu HDI yang dikembangkan oleh UNDP (*United Nations Development Program*). Ketiga faktor tersebut sangat berkaitan dengan status gizi masyarakat (UNDP/BAPPENAS/BPS, 2001). Oleh karena itu, upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, secara sistematis dan berkesinambungan. Remaja merupakan salah satu sumber daya manusia yang harus diperhatikan karena remaja adalah generasi penerus bangsa yang berperan penting dalam pembangunan nasional dimasa yang akan datang (Sediaoetama, 2000).

Masa remaja merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial (Susetyowati, 2016). Asupan gizi pada remaja sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik pada remaja (Almatsier, 2011). Masalah gizi sering terjadi pada usia remaja disebabkan oleh suatu faktor yaitu pola makan yang kurang tepat. Pola makan yang kurang tepat pada usia remaja dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan faktor individu dari remaja itu sendiri. Masalah gizi pada remaja muncul dikarenakan perilaku gizi yang salah yaitu tidak seimbang antara asupan gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan (Sutyawan, 2013). Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) dari tahun 2007, 2010, dan 2013 menyebutkan bahwa prevalensi remaja usia 13-15 tahun berdasarkan IMT/U memiliki status gizi kurus sebanyak 24,2% dilihat dari tingkat kecukupan energi dan protein masih kurang yaitu 52,5% kurang dari 70% Angka Kecukupan Energi (AKE). Remaja sangat rentan mengalami kurang gizi pada masa perkembangannya. Hal ini disebabkan karena kurangnya asupan makanan yang tidak bervariasi, kurangnya asupan zat gizi, karena pola makan yang salah, dan pengaruh lingkungan pergaulan (Mahabatillah, 2017).

Ketidaksesuaian pemenuhan zat gizi berdasarkan rekomendasi diet dapat mempengaruhi kualitas diet. Kualitas diet penting untuk menilai asupan makan telah sesuai rekomendasi atau tidak. Apabila tidak sesuai dengan rekomendasi yang ditetapkan akan mempengaruhi status gizi. Penelitian di Inggris tahun 2009 menunjukkan individu dengan kualitas diet tinggi memiliki Indeks Massa Tubuh

(IMT) yang lebih rendah daripada individu dengan kualitas diet rendah (Dolores M, 2010). Berdasarkan hasil penelitian Dewi (2013) kualitas diet pada remaja perempuan 100% tergolong rendah. Selain kualitas diet, pemberian asupan makan dengan kualitas makan yang baik dapat meningkatkan tingkat kecukupan zat gizi sehingga diharapkan dapat mencapai status gizi yang baik (Mahabatillah, 2017).

Ketidak seimbangan tingkat kecukupan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi, baik masalah gizi kurang maupun gizi lebih. Masa remaja merupakan masa rawan gizi karena kebutuhan akan zat gizi sedang tinggi-tingginya. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG), remaja putri usia 13-15 tahun membutuhkan energi sebesar 2125 kkal, protein 69 g, lemak 71 g, dan karbohidrat 292 g. Sementara itu, remaja putri usia 16-18 tahun membutuhkan energi sebesar 2125 kkal, protein 59 g, lemak 71 g dan karbohidrat 292 g (Rokhmah, Muniroh, & Nindya, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian Rokhmah (2016) tingkat kecukupan di pondok pesantren Al-Izzah menunjukkan bahwa kecukupan protein sebesar 67% inadecuak, tingkat kecukupan lemak sebesar 71% inadecuak, dan tingkat kecukupan karbohidrat 64% inadecuak.

Konsumen dengan daya terima makan yang rendah dalam waktu yang lama akan menyebabkan kekurangan zat gizi, secara langsung akan mempengaruhi status gizi. Daya terima makan dapat dilihat dari jumlah makanan yang dihabiskan. Daya terima terhadap makanan menunjukkan hasil penilaian seseorang terhadap menu makanan apakah menyukai menu makanan yang disajikan atau tidak (Kurniawan & Nurlaela, 2016). Berdasarkan hasil penelitian Sari (2014) bahwa ada hubungan positif antar daya terima makanan dengan status gizi pada anak di panti asuhan Darunajah Semarang. Daya terima makan santri dilihat dari tingkat kesukaan santri terhadap menu yang diberikan (Diahningtias, 2016).

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kesukaan dalam menu makanan yaitu faktor kesukaan, faktor individu, dan lingkungan. Faktor yang mempengaruhi tingkat kesukaan yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Fitriyanti. D, 2013). Faktor internal meliputi kondisi seseorang yang dapat mempengaruhi konsumsi pangannya, seperti nafsu makan, kebiasaan makan, dan kebosanan yang muncul karena variasi makanan yang kurang beragam. Sedangkan faktor eksternal dimana kondisi luar seseorang yang mempengaruhi konsumsi pangannya, seperti rasa dan penampilan makanan, variasi menu, cara penyajian, kebersihan makanan dan alat, serta pengaturan waktu makan (Diahningtias, 2016). Untuk menghasilkan menu yang baik perlu diperhatikan variasi menu dan kombinasi hidangan untuk menghindari kebosanan karena pemakaian jenis bahan makanan atau menu yang berulang (Kurniawan & Nurlaela, 2016). Menurut Moehyi (1992) variasi menu adalah susunan golongan bahan makanan yang terdapat dalam suatu hidangan yang berbeda pada setiap penyajian.

Upaya meningkatkan status gizi pada remaja sangat diperlukan baik dalam lingkup keluarga maupun individu yang sedang menjalani suatu pendidikan di institusi, khususnya pada sistem penyelenggaraan makanan. Asupan gizi remaja perlu diperhatikan terutama remaja yang bersekolah di asrama seperti pesantren. Kegiatan yang padat membuat siswa hanya mengandalkan makanan dengan waktu dan porsi yang disediakan oleh pesantren itu sendiri (Diahningtias, 2016).

Pondok pesantren merupakan salah satu institusi penyelenggaraan makanan yang berorientasi pelayanan (bersifat non-komersial), karena dikelola oleh yayasan sosial yang tidak bertujuan mencari keuntungan. Bentuk penyelenggaraan ini biasanya berada di dalam satu tempat, berupa asrama (Siregar, 2015). Kebiasaan makan santri sangat erat kaitannya dengan penyelenggaraan makanan dipondok pesantren karena setiap hari santri mengkonsumsi makanan yang disediakan oleh pihak pesantren. Ketersediaan energi dan zat gizi yang disediakan oleh penyelenggara makanan harus disesuaikan dengan kebutuhan gizi para santri yang ada. Selain itu, sistem penyelenggaraan makanan di pesantren perlu adanya peninjauan tiga elemen penting yaitu *input*, proses, dan *output*. Dari ketiga elemen penting ini tercakup dalam satu sistem yang berkaitan dan secara tidak langsung berpengaruh terhadap tingkat kecukupan gizi santri serta daya terima yang dilihat dari kesukaan santri terhadap menu yang diberikan (Diahningtias, 2016).

Hal ini dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian asupan makan yang baik dengan kualitas makan yang baik dapat meningkatkan kualitas diet dan tingkat kecukupan terhadap status gizi pada remaja terutama pada santri yang tinggal dipondok pesantren. Penelitian di Indonesia mengenai sistem penyelenggaraan makanan di institusi termasuk sistem penyelenggaraan makanan di pesantren masih kurang dalam memperhatikan asupan makanan yang bervariasi, kualitas diet, tingkat kecukupan, serta daya terima makan terhadap status gizi santri.

Berbagai penelitian diatas, pondok pesantren Daarul Ahsan dijadikan tempat penelitian, karena peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai kualitas diet, tingkat kecukupan, tingkat kesukaan dan daya terima makan terhadap status gizi santri putri, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut.

1.2 Pembatasan Masalah

Agar tidak meluasnya objek dalam penilitan ini, dan dengan segala keterbatasan maka peneliti membatasi masalah penelitian dengan meneliti kualitas diet, tingkat kecukupan, tingkat kesukaan dan daya terima makanan terhadap status gizi santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan kualitas diet, tingkat kecukupan, tingkat

kesukaan dan daya terima makanan terhadap status gizi santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kualitas diet, tingkat kecukupan, dan daya terima makan terhadap status gizi santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik santri (umur dan lama sekolah) di pondok pesantren Daarul Ahsan
2. Mengidentifikasi kualitas diet santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan
3. Mengidentifikasi tingkat kecukupan zat gizi makro santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan
4. Mengidentifikasi tingkat kesukaan variasi menu santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan
5. Mengidentifikasi daya terima makan santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan
6. Menidentifikasi status gizi santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan
7. Menganalisis kualitas diet terhadap status gizi pada santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan
8. Menganalisis tingkat kecukupan zat gizi makro terhadap status gizi santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan
9. Menganalisis tingkat kesukaan variasi menu terhadap status gizi santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan.
9. Menganalisis daya terima makan terhadap status gizi santri putri di pondok pesantren Daarul Ahsan.

1.5 Manfaat penelitian

1.5.1 Bagi santri

Santri dapat mengetahui tentang kualitas diet dan tingkat kecukupan pada asupan makanan. Dan agar status gizi santri terpenuhi.

1.5.2 Bagi pondok pesantren

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai kajian bagi pondok pesantren untuk mengembangkan program intervensi yang tepat dalam upaya meningkatkan kualitas

penyelenggaraan makanan yang ada di pondok pesantren, serta lebih memperhatikan pemberian makanan kepada santri agar kualitas diet dan tingkat kecukupan makanan santri terpenuhi.

1.5.3 Bagi peneliti

Dapat menambah wawasan pengetahuan tentang kualitas diet, tingkat kecukupan, tingkat kesukaan makanan daya terima makan terhadap status gizi santri.

1.6 Keterbaruan Penelitian

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Metode	Hasil
1.	Masturoh.S (2012)	Hubungan Tingkat Kecukupan Konsumsi Dan Status Kesehatan Terhadap Status Gizi Santri Putri Di Dua Pondok Pesantren Modern Di Kabupaten Bogor	Desain penelitian: cross sectional study. Pemilihan pondok pesantren: <i>purposive sampling</i> . Penelitian dilakukan di PP Sahid: bulan April 2011 dan di PP UQI: bulan September-Oktober 2011. Contoh dalam penelitian ini adalah santri putri. Pemilihan contoh dilakukan secara <i>simple random sampling</i> . Contoh pada penelitian ini berjumlah 155 orang terdiri dari 68 contoh PP Sahid dan 87 contoh PP UQI. Jenis data yang dikumpulkan: data primer dan data sekunder. Data primer meliputi: 1) karakteristik contoh, 2) karakteristik orang tua contoh, 3) proses penyelenggaraan makanan, 4) konsumsi makanan, 5) status kesehatan, dan 6) kondisi lingkungan pemondokan. Data sekunder yaitu data	Secara total contoh, ada hubungan yang nyata antara tingkat kecukupan konsumsi energi dan kalsium dengan status gizi (IMT/U) ($p < 0,05$). Tidak ada hubungan yang nyata antara tingkat kecukupan konsumsi protein, vitamin A, B1 dan C, serta fosfor dan zat besi dengan status gizi (IMT/U) total contoh ($p > 0,05$). Tidak ada hubungan yang nyata antara status kesehatan dengan status gizi (IMT/U) pada contoh PP Sahid dan PP UQI ($p > 0,05$). Secara total contoh, tidak ada hubungan yang nyata antara status kesehatan dengan status gizi (IMT/U) ($p > 0,05$).

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Metode	Hasil
			<p>karakteristik pesantren. Data yang diolah dari hasil penelitian kemudian dianalisis secara deskriptif dan diuji statistik. Analisis uji statistik yang digunakan: uji beda <i>Mann-Whitney U</i> dan uji korelasi <i>Spearman</i>.</p>	
2.	Lubis.M (2015)	Tingkat Kesukaan Dan Daya Terima Makanan Serta Hubungannya Dengan Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Pada Santri Putri MTS Daarul Muttaqien Bogor	<p>Desain penelitian yang digunakan adalah <i>Cross sectional study</i> dengan <i>Purposive sampling</i> dan melibatkan subjek sebanyak 73 santri putri.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum subjek menyukai menu makanan yang disediakan pondok. Rata-rata daya terima makanan subjek adalah sebesar 85%. Sebagian besar subjek memiliki kecukupan energi dan zat gizi defisit berat kecuali Vitamin A. Uji korelasi <i>Spearman</i> menunjukkan tidak ada hubungan signifikan ($p>0.05$) antara uang saku dengan tingkat kecukupan energi dan zat gizi. Tingkat kesukaan makanan berhubungan positif dengan daya terima makanan ($p=0.000$). Daya terima makanan berhubungan positif dengan tingkat kecukupan energi dan zat gizi ($p=0.000$). Asupan energi dan zat gizi dari dalam pondok berhubungan negatif dengan asupan luar pondok</p>

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Metode	Hasil
				(p=0.000).
3.	Diahningtias.U	Analisis Penyelenggaraan Makanan, Tingkat Kesukaan, dan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Santri di Pesantren Al-Hamidiyah Depok.	Desain penelitian menggunakan <i>cross-sectional study</i> . Contoh diambil secara <i>purposive sampling</i> , total siswa 76 orang.	Ketersediaan energi dan zat gizi dalam makanan yang disediakan belum mencapai angka kebutuhan gizi siswa. Tingkat kecukupan energi: defisit, tingkat kecukupan protein: cukup, tingkat kecukupan vitamin: cukup, tingkat kecukupan mineral: defisit. Hasil uji kolerasi <i>spearman</i> : tida ada hubungan (p>0.05) antara tingkat kesukaan dengan konsumsi energi, protein, lemak, Kh, vitamin, dan mineral.
4.	Tika. CF (2012)	Penyelenggaraan Makanan, Konsumsi Pangan dan Status Gizi Santri Putri Pondok Pesantren Daarussalam Bogor.	Desain penelitian: <i>cross sectional study</i> dengan metode <i>survey observational</i> . Populasi sample: 136 santri putri. Pemilihan contoh: metode <i>purposive sampling</i> . Jumlah santri putri dalam penelitian: 85 santri. Jenis data yang dikumpulkan: primer dan sekunder. Data sekunder: keadaan umum pondok pesantren dan daftar menu makanan. Data primer: wawancara dan pengamatan secara langsung kepada contoh. Data primer: data karakteristik penjamah makanan (umur, jenis kelamin,	Persentase higiene tenaga penjamah dan sanitasi lingkungan pengolahan makanan: 57,7% (kurang), tingkat kecukupan energi santri putri: 86% (defisit tingkat ringan), tingkat kecukupan protein: 129% (kelebihan). Status gizi normal (90,6%): 77 santri putri, gizi kurang (3,5%): 3 santri putri, gizi gemuk (4,7%): 4 santri putri, gizi obese (1,2%): 1 santri putri. Hasil uji kolerasi <i>spearman</i> : tingkat konsumsi energi dan status gizi p=0,599 r=0,058. Tingkat konsumsi protein dengan status gizi p=0,990 r=0,001.

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Metode	Hasil
			tingkat pendidikan, dan lama bekerja), karakteristik santri putri (tanggal lahir, BB, dan TB), higine penjamah mkanan, sanitasi makanan, praktek higiene penjamah makanan, dan sanitasi makanan diukur dengan pertanyaan menggunakan 2 tingkat pertanyaan (“Ya” dengan skor:1, dan “Tidak” dengan skor: 0). Ketersediaan pangan : metode <i>food recall</i> 2x24 jam, frekuensi konsumsi pangan dan status gizi : software WHO Anthroplus 2007	Bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi energi protein dengan status gizi.
5.	Rokhmah.F, Dkk. (2016)	Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Siswi SMA di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu	Jenis penelitian: observasional, desain penelitian: <i>cross sectional</i> . Sample penelitian: 45 orang dengan metode: <i>simple random sampling</i> . Data yang diambil: karakteristik responden, tingkat kecukupan energi, dan zat gizi makro(dengan sisa makanan dan recall) dan status gizi. Uji statistik: <i>spearman rank</i> .	Sebagian responden memiliki tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro inadekuat dan status gizi normal. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecukupan energi ($p=0,049$; $r=0,0296$), protein ($0,028$; $r=0,328$), lemak ($p=0,049$; $r=0,296$), karbohidrat ($p=0,02$; $r=0,345$) dengan status gizi.
6.	Mahabatillah. D (2017)	Hubungan Kualitas Diet, Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro dan Mikro dengan Status Gizi pada Remaja di Boarding School	Jenis penelitian: <i>cross sectional</i> . Jumlah populasi: 116 kelas VIII & IX dengan perhitungan sampel: uji hipotesis beda dua <i>proporsi</i> yaitu berjumlah 78 responden dengan	Persentase kualitas diet 67,9% (kurang), tingkat kecukupan energi 65,4% (cukup), protein 87,2% (cukup), kalsium 85,9% (kurang), Fe 83,3% (kurang), status gizi

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Metode	Hasil
		Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan	cara <i>propotional stratified random sampling</i> , kualitas diet dinilai dari skor indeks gizi seimbang (IGS 3-60), tingkat kecukupan zat gizi makro dan mikro : hasil recall 3 hari berturut, dan status gizi diperoleh dari pengukuran antropometri. Analisis bivariat: <i>uji chi-square</i> .	75,9% (normal). Tidak ada hubungan antara kualitas diet dengan status gizi ($p < 0,006$), ada hubungan tingkat kecukupan protein dengan status gizi ($p < 0,001$), dan tidak ada hubungan tingkat kecukupan kalsium dan Fe dengan status gizi ($p < 1,000$).