BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Anak

Anak adalah individu yang belum berusia 18 tahun, termasuk yang masih di dalam kandungan. Perhatian khusus terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara fisik, mental dan sosial (Mufnaety, 2014) Setiap anak memiliki hak yang sama dalam tumbuh dan berkembang, termasuk didalamnya adalah anak yang terlantar. Sesuai dengan Undang-Undang Republik Indonesia no 35 tahun 2014 tentang perlindungan anak, bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh dan berkembang.

Anak menurut bahasa adalah keturunan kedua sebagai hasil antara hubungan pria dan wanita. Dalam konsideran Undang-Undang No. 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak, dikatakan bahwa anak adalah amanah dan karunia Tuhan Yang Maha Esa, yang dalam dirinya melekat harkat dan martabat sebagai manusia seutuhnya. Sementara itu, hak-hak anak di Indonesia secara umum ditentukan dalam Pasal 4 sampai dengan Pasal 18 UU No.35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, antara lain :

1) Setiap anak berhak untuk dapat hidup, tumbuh, berkembang, dan berpartisipasi secara wajar sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapat perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi.
2) Setiap anak berhak atas suatu nama sebagai identitas diri dan status kewarganegaraan.
3) Setiap anak berhak untuk beribadah menurut agamanya, berpikir, dan berekspresi sesuai dengan tingkat kecerdasan dan usianya, dalam bimbingan orang tua.
4) Setiap anak berhak untuk mengetahui orang tuanya, dibesarkan, dan diasuh oleh orang tua sendiri.
5) Setiap anak berhak memperoleh pelayanan kesehatan dan jaminan sosial sesuai dengan kebutuhan fisik, mental, spiritual, dan sosial.
6) Setiap anak berhak memperoleh pendidikan dan pengajaran dalam rangka pengembangan pribadinya dan tingkat kecerdasannya sesuai dengan minat dan bakatnya.
7) Bagi anak yang menyandang cacat juga berhak memperoleh pendidikan luar biasa, sedangkan bagi anak yang memiliki keunggulan juga berhak mendapatkan pendidikan khusus.
8) Setiap anak berhak menyatakan dan didengar pendapatnya, menerima, mencari, dan memberikan informasi sesuai dengan

tingkat kecerdasan dan usianya demi pengembangan dirinya sesuai dengan nilai-nilai kesusilaan dan kepatutan.

9) Setiap anak berhak untuk beristirahat dan memanfaatkan waktu luang, bergaul dengan anak yang sebaya, bermain, berekreasi, dan berkreas sesuai dengan minat, bakat, dan tingkat kecerdasannya demi pengembangan diri (Kemensos, 2009).

Bagi anak terlantar, pemerintah telah membangun beberapa fasilitas yang berguna untuk membentuk perkembangan anak-anak terlantar, yaitu Panti asuhan. Anak-anak merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang, diantara penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah dan asupan makanan yang kurang seimbang (Angkasa, 2014).

2.1.1 Karakteristik Anak

Anak adalah individu yang belum berusia 18 tahun, termasuk yang masih di dalam kandungan. Perhatian khusus terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara fisik, mental dan sosial (Mufnaety, 2014).

1. Usia

   Berbagai faktor yang mempengaruhi tingkat kecukupan salah satunya tingkat kecukupan energi adalah berat badan, tinggi badan, pertumbuhan dan perkembangan (usia) dan jenis kelamin (Lailatul M, 2016). Faktor penunjang utama pertumbuhan dan perkembangan anak adalah asupan gizi yang baik dari makanan dan minuman yang berkualitas dan gizi yang tercukupi untuk mendukung anak – anak dalam melakukan berbagai aktivitas fisik (Yoga, 2014). Kecukupan energy bagi anak berbeda dengan kecukupan kelompok lainnya. Bagi anak usia sebelum sekolah atau dibawah usia 3 tahun dan usia lanjut diatas 80 tahun diasumsikan lebih ringan, sedangkan anak usia sekolah,remaja dan dewasa yang memiliki aktifitas aktif dan sangat aktif akan memiliki kebutuhan energi yang lebih banyak lagi (Lailatul M, 2016).

2. Jenis Kelamin

   Jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecukupan zat gizi, kebutuhan energi laki-laki dan perempuan berbeda sehingga kebutuhan kalori basal laki-laki dan perempuan bebeda dimana kalori basal perempuan yaitu 5-10% dari kebutuhan kalori basal laki-laki. Perbedaan ini terlihat pada susunan tubuhn dan aktifitas yang menggunakan otot dari pada perempuan, sehingga dalam mengonsumsi makanan maupun dalam memilih jenis makanan,

perempuan dan laki-laki mempunyai selera yang berbeda (Arnathy, 2017).

3. Lama Tinggal

Hidup dalam sebuah lingkungan sosial yang terdiri dari berbagai macam karakter individu dan juga nilai-nilai, serta norma-norma yang melekat dalam lingkungan tersebut, mengharuskan seseorang untuk melakukan adaptasi dan penyesuaian diri dengan lingkungan dimana ia tinggal. Terlebih jika ia anggota baru dalam lingkungan tersebut, penyesuaian diri sangat dibutuhkan oleh individu dalam bersosialisasi. Bagi anggota baru dalam lingkungan tersebut setidaknya sudah bisa beradaptasi dalam jangka waktu 3 bulan – 6 bulan, biasanya dalam jangka waktu 3 – 6 bulan tersebut anggota baru sudah bisa menerima bersosialisasi dengan baik, beradaptasi dan bisa menerima keadaan lingkungan serta makanan yang ada di panti asuhan tersebut (Hurriyati, 2014).

2.2 Tingkat Kecukupan Zat Gizi

Tingkat kecukupan zat gizi adalah rata-rata asupan gizi harian yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi orang sehat dalam kelompok umur, jenis kelamin dan fisiologis tertentu. Ketidakseimbangan tingkat kecukupan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi, baik masalah gizi kurang maupun gizi lebih. Ketidak simbangan tingkat kecukupan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi, baik masalah gizi kurang ataupun gizi lebih (Faizaturrokhmah, 2016).

Makanan seseorang dapat menyumbangkan energi yang kemudian akan menjadi tenaga untuk melakukan pekerjaan. Energi merupakan salah satu hasil metabolisme protein, lemak dan karbohidrat. Energi berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu, dan kegiatan fisik. Kelebihan energi akan disimpan dalam bentuk glikogen (Ramayulis, 2017).

2.2.1 Energi

Energi merupakan salah satu hasil metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak. Energi berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu dan kegiatan fisik. Kelebihan energi disimpan dalam bentuk glikogen sebagai cadangan energi jangka pendek dan dalam bentuk lemak sebagai cadangan jangka panjang (Hardinsyah, 2013).

Berbagai faktor yang mempengaruhi kecukupan energi adalah berat badan, tinggi badan, pertumbuhan dan perkembangan (usia), jenis kelamin, energi cadangan bagi anak dan remaja, serta *thermic effect of food* (TEF). TEF adalah peningkatan pengeluaran energi karena asupan

pangan yang nilainya 5-10% dari *Total Energy Expenditure* (TEE) (Mahan & Escoot-stump 2008). Angka 5 % digunakan bagi anak-anak yang tekstur makanannya lembut dan minum ASI/susu (umur <3 th) ; dan 10% pada usia selanjutnya (Hardinsyah, 2013).

Manusia membutuhkan energi untuk mempertahankan hidup guna menunjang proses pertumbuhan dan melakukan aktivitas harian. Energi yang masuk melalui makanan harus seimbang dengan kebutuhan energi seseorang. Kelebihan konsumsi energi dapat menyebabkan kelebihan berat badan atau kegemukan. Sebaliknya, bila asupan energi kurang akan menyebabkan berat badan lebih rendah dari normal (Abdul S, 2014).

Tabel 2.1 Tingkat Kecukupan Energi

Variabel	Kategori Pengukuran
Tingkat Kecukupan Energi	Defisit Kurang (<80% AKG) Baik (80% – 110% AKG) Lebih (>110% AKG)

Sumber : (WNPG, 2004)

2.2.2 Protein

Protein merupakan suatu zat gizi yang sangat penting bagi tubuh manusia karena sebagai bahan bakar dalam tubuh dan berfungsi sebagai zat pembangun dan pengatur. Protein dapat membentuk jaringan baru dan mempertahankan jaringan yang telah ada . protein juga berperan sebagai enzim dan bertindak sebagai plasma atau albumin membentuk antibody (Ramayulis, 2017).

Kecukupan protein seseorang dipengaruhi oleh berat badan, usia, dan mutu protein dalam pola konsumsi pangannya. Bayi, anak-anak yang berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan yang pesat membutuhkan protein lebih banyak perkilogram berat badannya disbanding orang dewasa (Hapsari S, 2017).

Perhitungan kecukupan protein disesuaikan dengan rata-rata berat badan sehat, serta dikoreksi dengan faktor koreksi mutu protein. Hasil analisis data konsumsi pangan Susenas 2009 (BPS 2009) menunjukkan bahwa sekitar separoh konsumsi protein penduduk Indonesia berasal dari serealia terutama beras yang menurut WHO (2007) mutu protein beras (true digestability) adalah 75 (Hardinsyah, 2013).

Tabel 2.2 Tingkat Kecukupan Protein

Variabel	Kategori Pengukuran
Tingkat Kecukupan Protein	Defisit Kurang (<80% AKG) Baik (80% – 110% AKG) Lebih (>110% AKG)

Sumber : (WNPG, 2004)

2.2.3 Lemak

Lemak merupakan zat gizi yang menghasilkan energi terbesar dibandingkan dengan karbohidrat dan protein. Peningkatan metabolisme lemak pada waktu melakukan kegiatan olahraga yang lama mempunyai efek "melindungi' pemakaian glikogen, namun konsumsi lemak yang berlebihan tidak dianjurkan bagi seseorang. Sebagian besar (99%) lemak tubuh adalah trigliserida. Trigliserida terdiri dari gliserol dan asam lemak. Disamping mensuplai energi, lemak terutama trigluserida berfungsi menyediakan cadangan energi tubuh, isolator, pelindung organ dan menyediakan asam-asam lemak esensial (Indah s, 2015).

Tabel 2.3 Tingkat Kecukupan Lemak

Variabel	Kategori Pengukuran
Tingkat Kecukupan Lemak	Defisit (<20% Energi) Cukup (20% - 30% Energi) Lebih (>30% Energi)

Sumber : (Arnathy, 2017)

2.2.4 Karbohidrat

Karbohidrat merupakan salah satu zat gizi makro. Karbohidrat ada yang dapat dicerna oleh tubuh sehingga menghasilkan glukosa dan energi, dan ada pula karbohidrat yang tidak dapat dicerna yang berguna sebagai serat makanan. Fungsi utama karbohidrat yang dapat dicerna bagi manusia adalah untuk menyediakan energi bagi sel, termasuk sel-sel otak yang kerjanya tergantung pada suplai karbohidrat berupa glukosa. Kekurangan glukosa darah (hipoglikemia) bisa menyebakan pingsan atau fatal; sementara bila kelebihan glukosa darah menimbulkan hiperglikemia yang bila berlangsung terus meningkatkan risiko penyakit diabetes atau kencing manis (Maharani, 2016).

Kecukupan energi, kecukupan karbohidrat seseorang dipengaruhi oleh ukuran tubuh (berat badan), usia atau tahap pertumbuhan dan perkembangan, dan aktifitas fisik. Ukuran tubuh dalam arti masa otot yang semakin besar dan aktifitas fisik yang semakin tinggi mberimplikasi pada kecukupan karbohidrat yang semakin tinggi (Hardinsyah, 2013).

Tabel 2.4 Tingkat Kecukupan Karbohidrat

Variabel	Kategori Pengukuran
Tingkat Kecukupan Karbohidrat	Defisit (<50% Kebutuhan Energi) Cukup (50%-65% Kebutuhan Energi) Lebih (>65% Kebutuhan Energi)

Sumber : (Arnathy, 2017)

2.3 Angka Kecukupan Gizi

Angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan adalah taraf konsumsi zat-zat gizi esensial, yang berdasarkan pengetahuan alamiah dinilai cukup untuk memenuhi kebutuhan hamper semua orang sehat. AKG yang dianjurkan didasarkan pada patokan berat badan untuk masing-masing kelompok umur, jenis kelamin, dan aktivitas fisik untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Angka Kecukupan Gizi rata-rata yang dianjurkan untuk anak pada kelompok umur 10 – 18 tahun tampak pada table berikut :

Tabel 2.5 Angka Kecukupan Gizi rata-rata yang dianjurkan pada kelompok umur (10 – 18 tahun).

Kelompok Umur (Tahun)	Energi (Kkal)	Protein (gram)	Lemak (gram)	Karbohidrat (gram)
Perempuan				
10 – 12	2000	60	67	275
13 – 15	2125	69	71	292
16 – 18	2125	59	71	292

Sumber : (Kemenkes, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 57, 2013)

2.4 Status Gizi

Status gizi dapat diartikan suatu keadaan seseorang sebagai akibat dari keseimbangan antara zat-zat gizi yang masuk ke dalam tubuh dan penggunaan zat-zat tersebut oleh tubuh untuk pertambahan produksi energi dan proses tubuh. Status gizi seseorang dapat dikatakan baik apabila terdapat keseimbangan dan keserasian antara fisik dan perkembangan mental orang tersebut, serta merupakan salah satu tolah ukur untuk menentukan kualitas hidup manusia, yang akan menentukan tingkat produktivitas dan kemampuan berfikirnya. Status gizi adalah keseluruhan dari berbagai proses dalam tubuh mahluk hidup untuk menerima bahan-bahan dari lingkungan hidupnya dan menggunakan bahan-bahan tersebut agar menghasilkan berbagai aktivitas penting dalam tubuhnya sendiri. Bahan-bahan tersebut dikenal dngan istilah unsur gizi. Unsur gizi adalah

istilah yang dipakai secara umum pada setiap zat yang dicerna, diserap, dan digunakan untuk mendorong kelangsungan faali tubuh (Elisna, E 2017).

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat – zat gizi, dibedakan antara status gizi baik, kurang dan lebih. Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan menggunakan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi dibagi menjadi 3 kategori, yaitu : status gizi kurang, status gizi normal, status gizi lebih. Status Gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang atau sekelompok yang diakibatan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan (Geswar, 2017).

Status gizi optimal akan tercapai apabila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi. Namun perlu diketahui bahwa keadaan gizi seseorang dalam suatu masa bukan hanya ditentukan oleh konsumsi zat gizi pada masa yang telah lampau. Ini berarti konsumsi gizi masa kanak-kanak memberi pengaruh terhadap status gizi masa dewasa. Menurut (Hakim, 2016) status gizi seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu :

1. Pembagian makanan.
2. Produk pangan (jumlah dan jenis masakan).
3. Daya terima (menyangkut penerimaan atau penolakan terhadap makanan yang terkait dengan cara memilih dan menyajikan makanan).
4. Pantang pada makanan tertentu.
5. Kesukaan terhadap jenis makanan tertentu.
6. Keterbatasan ekonomi.
7. Kebiasan makan.
8. Selera makan.
9. Sanitasi makanan (penyiapan, penyajian, penyimpanan).
10. Pengetahuan gizi.

Tabel 2.6 Klasifikasi Status gizi berdasarkan IMT/U Kemenkes RI 2010

Indikator	Kriteria	Standar
IMT/U Anak Umur 5 – 18 Tahun	Obesitas	>2 SD
	Gemuk	>1 SD Sampa Dengan 2SD
	Normal	-2SD Sampai Dengan 1 SD
	Kurus	-3SD Sampai dengan <-2SD
	Sangat Kurus	<-3SD

Sumber : (Kemenkes, Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak Kategori Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Intake, 2010).

2.4.1 Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi di bagi menjadi 2 yaitu penilaian stataus gizi secara langsung dan tidak langsung. Penilaian status gizi secara langsung

terbagi menjadi empat yaitu antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik (Faridha N, 2013).

1. Penilaian Status Gizi Secara Langsung (Supriasa, 2016).
   a. Antropometri

      Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. Dintinjau dari sudut pandang gizi, maka antropometri gizi adalah berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi.

      Antropometri secara umum digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein dan energi. Ketidakseimbangan ini terlihat pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot, dan jumlah air dalam tubuh.

   b. Klinis

      Pemeriksaan klinis adalah metode yang sangat penting untuk menilai status gizi masyarakat. Metode ini didasarkan pada perubahan – perubahan yang terjadi terkait ketidakcukupan zat gizi. Penggunaan metode ini umumnya untuk survei klinis secara cepat. Servei ini dirancang untuk mendeteksi secara cepat tanda-tanda klinis umum dari kekurangan salah satu atau lebih zat gizi.

   c. Biokimia

      Penilaian status gizi dengan biokimia adalah pemeriksaan specimen yang diuji secara laboratorium yang dilakukan pada berbagai macam jaringan tubuh. Metode ini digunakan untuk suatu peringatan bahwa kemungkinan akan terjadi keadaan malnutrisi yang lebih parah lagi.

   d. Biofisik

      Penentuan status gizi secara biofisik adalah metode penentuan status gizi dengan melihat kemampuan fungsi dan melihat perubahan struktur jaringan.

2. Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung (Supriasa, 2016)
   a. Survei Konsumsi makanan

      Survei konsumsi makanan adalah metode penentuan status gizi secara tidak langsung dengan melihat jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi. Pengumpulan data konsumsi makanan dapat memberikan gambaran tentang konsumsi berbagai zat gizi pada masyarakat, keluarga, dan individu. Survei ini dapat mngidentifikasikan kelebihan dan kekurangan zat gizi.

b. Statistik vital

Pengukuran stataus gizi dengan statistik vital adalah dengan menganalisis data beberapa statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, angka kesakitan dan kematian akibat penyebab tertentu, dan data lainnya yang berhubungan dengan gizi. Penggunannya dipertimangkan sebagai bagian dari indikator tidak langsung pengukuran status gizi masyarakat.

c. Faktor ekologi

Bengoa mengungkapkan bahwa malnutrisi merupakan masalah ekologi sebagai hasil interaksi beberpa faktor fisik, biologis, dan lingkungan budaya. Jumlah makanan yang tersedia sangat bergantung pada keadaan ekologi seperti iklim, tanah, irigasi, dll.

1. Metode Riwayat Makan

a. Metode Recall 24 jam untuk individu

Prinsip metode recall 24 jam adalah mecatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu. Hal penting yang perlu diketahui adalah bahwa data yang diperoleh dari recall 24 jam cenderung lebih bersifat kualitatif.

2.5 Panti Asuhan

Panti Asuhan menurut kamus besar bahasa Indonesia adalah Panti yang berarti rumah, tempat (kediaman). Asuhan adalah rumah tempat memelihara dan merawat anak yatim atau yatim piatu dan sebagainya. Panti Asuhan adalah lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial (Antonia Sasap, 2014). Panti Asuhan juga berfungsi menampung anak-anak yatim piatu (kehilanagan satu atau kedua orangtuanya). Panti asuhan dalam konteks pelayanan sosial Negara adalah kewajiban negarat seperti yang diatur dalam pasal 34 undang-undang dasar 1945.

Panti asuhan menjadi salah satu institusi yang menggunakan penyelenggaraan makanan yang bertujuan untuk mengatur dan memberikan makanan yang bergizi seimbang untuk memenuhi kebutuhan gizi serta sesuai dengan selera anak yang menjadi penghuni panti asuhan. Selain itu keamanan pangan dapat lebih terjamin sehingga dapat melindungi anak dari gangguan akibat makanan (Natasha, 2016).

2.6 Penyelenggaraan Makanan Institusi

Penyelenggaraan makanan institusi adalah penyelenggaraan makanan yang dilakukan dalm jumlah besar atau massal. Berkembangnya kegiatan penyelnggaraan atau pelayanan makanan dalam jumlah besar pada institusi-institusi salah satunya adalah panti sosial. Makanan pada institusi sosial adalah makanan yang dikelola dan dipersiapkan untuk masyarakat yang diasuhnya, tanpa memperhitungkan keuntungan nominal dari institusi tersebut. Contoh institusi sosial adalah : Panti asuhan, Panti jompo dll.

Manajemen makanan institusi merupakan penyelenggaraan dan pelaksanaan makanan dalam jumlah besar yaitu dengan jumlah diatas 50 porsi, pendapat lain menyatakan bahwa penyelenggaraan makanan institusi minimal 1000 porsi dalam sekali penyelenggaraannya. Untuk memenuhi kebutuhan masyarakat yang berbeda-beda golongannya, maka munculah berbagai macam pengelolaan makanan banyak menurut kebutuhan konsumen yang dilayani. Perbedaan dari penggolongan penyelenggaraan makanan institusi ini didasarkan pada tujuan penyediaan makanan serta cara pengolahan yang ditetapkan oleh pemilik bebagai institusi. Macam dan jumlah zat gizi yang ditetapkan, dipersiapkan sesuai dengan petunjuk yang ada serta diperhitungkan menurut golongan konsumen yang dilayani dan syarat gizi yang berlaku (Taqhi, 2014).

Untuk dapat menyediakan makanan yang baik bagi konsumen tersebut maka dalam pelayanan makanan, pihak penyelenggara harus memiliki prinsip-prinsip sebagai berikut ;

1. Makanan harus memenuhi gizi konsumen.
2. Memenuhi syarat hygiene dan sanitasi.
3. Peralatan dan fasilitas memadai dan layak digunakan.
4. Memenuhi selera dan kepuasan konsumen.
5. Harga makanan dapat dijangkau.

2.6.1 Perencanaan Menu

Perencanaan Menu adalah serangkaian kegiatan menyusun dan memadukan hidangan dalam variasi yang serasi yang memenuhi kebutuhah gizi, cita rasa yang sesuai degan selera konsumen dan kebijakan institusi. Perencanaan meu merupakan rangkaian yang terdiri dari mengumpulkan jenis hidangan, membuat daftar keolmpok bahan makanan, yang terdiri dari lauk hewani, nabati, sayur, buah, serta makanan selingan (Amri, 2018). Perencanaan menu merupakan penentu keberhasilan pengolahan makanan sebagai langkah awal dalam fungsi penyelenggaraan makanan. Kemampuan dan keterampilan tenaga perencanaan menu sangat mempengaruhi hidangan yang akan ditampilkan dalam menu.

1. Perencanaan Menu di Panti Sosial

   Makanan pada institusi sosial adalah makanan yang dipersiapkan dan dikelola untuk masyarakat asuhnya, tanpa memperhitungkan keuntungan nominal dari institusi tersebut.

   1. Tujuan Penyelnggaraan makan institusi sosial bertujuan untuk mengatur menu yang tepat agar dapat diciptakan makanan yang memenuhi kecukupan gizi klien.
   2. Karakteristik Penyelenggaraan makanan institusi sosial

      Karakteristik penyelenggaraan makanan institusi sosial adalah:

      a. Pengelolaannya oleh atau mendapat bantuan dari departemen sosial atau badan-badan amal lainnya.
      b. Melayani sekelompok masyarakat semua umur, sehingga memerlukan kecukupan gizi yang berbeda-beda. Oleh karena itu perlu perhitungan yang saksama untuk memenuhi kebutuhan porsi makanan masing-masing kelompok umur.
      c. Mempertimbangkan bentuk makanan, suka atau tidak suka klien menurut kondisi klien (kecukupan gizi anak dan kecukupan gizi orang dewasa/usia lanjut). Jadi kemungkinan perlu membuat bentuk dan cara pengolahan yang berbeda-beda untuk masing-masing klien.
      d. Harga makanan yang disajikan seyogyanya wajar dan tidak mengambil keuntungan, sesuai dengan keterbatasan dana.
      e. Konsumen mendapat makanan 2-3 kali ditambah makanan selingan 1-2 kali sehari.
      f. Makanan disediakan secara kontinu setiap hari.
      g. Macam dan jumlah konsumen yang dilayani tetap.
      h. Susunan hidangan sederhana dan variasi terbatas.

2. Perencanaan Menu di Panti Asuhan

   a. Bahan Makanan

      Kegiatan persiapan bahan makanan perlu di perhatikan aspek-aspek sebagai berikut (Amri, 2018):

      1. Standar resep

         Standar resep adalah resep yang sudah di modifikasi dan di bakukan untuk medapatkan kualitas dan porsi makanan yang relatif sama cita rasanya untuk setiap hidangan.
      2. Alat Persiapan

         Yang perlu diperhatikan dalam aspek ini adalah ketepatan peralatan persiapan yang akan digunakan. Peralatan yang digunakan dalam keadaan utuh, baik,kualitas terjamin, terbuat daru bahan yang aman, ekonomis dan efektif.

3. Porsi
   Posri yang dimaksud adalah pengawasan porsi.
   Pengawasan porsi di bagan persiapan penting untuk dilakukan, supaya tersedia racikan bahan makanan dan bumbu yang tepat untuk berbagai masakan yang akan diolah sehingga jumlah makanan yang akan disajikan kepada konsumen juga tetap baik jumlah maupun jenisnya (Amri, 2018). Besar porsi adalah banyaknya golongan bahan makanan yang direncanakan setiap kali makan dengan menggunakan standar satuan penukar (Kemenkes, Pedoman PGRS Pelayanan Gizi Rumah Sakit, 2013).
4. Menetapkan Lama siklus
   Pola menu yang dimaksud adalah menetapkan pola dan frekuensi macam hidangan yang direncanakan untuk setiap waktu selama 1 putaran menu (Kemenkes, Pedoman PGRS Pelayanan Gizi Rumah Sakit, 2013).
5. Perencanaan Kebutuhan Bahan Makanan
   Serangkaian kegiatan mentapkan macam, jumlah bahan makanan degan spesifikasi yang ditetapkan, dalam kurun waktu yang ditetapkan (Kemenkes, Pedoman PGRS Pelayanan Gizi Rumah Sakit, 2013).
6. Perencaan Anggaran Bahan makanan
   Perencanaan anggaran belanja makanan adalah suatu kegiatan penyusunan biaya yang diperlukan untuk pengadaan bahan makanan (Kemenkes, Pedoman PGRS Pelayanan Gizi Rumah Sakit, 2013).

Dalam perencanaan menu di Panti Asuhan perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut :

a. Siklus Menu

Perencanaan menu dapat dilakukan untuk beberapa hari atau disebut juga siklus menu, biasanya siklus menu terdiri dari rancangan menu untuk 5 hari, 7 hari, dan 10 hari + 1. Penggunaan siklus menu untuk panti asuhan guna menghemat waktu dalam perencanaan menu (Elisna, E. 2017). Perencanaan menu berdasarkan siklus menu di Panti Asuhan dapat berfungsi sebagai berikut :

1. Untuk menghindari kebosanan anak-anak akibat terlalu sering dalam pengulangan jenis bahan makanan tertentu dan cara pengolahannya.
2. Mengurangi adanya kebocoran dana akibat penyusunan menu yang tidak sesuai dengan biaya yang sudah disediakan.

3. Memperguakan waktu dan tenaga dengan baik dan sehemat mungkin.
4. Menyusun menu yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh anak-anak asuh.

b. Alokasi Biaya

Perencanaan biaya bahan makanan bertujuan untuk adanya usulan anggaran agar mecukupi pengadaan bahan makanan yang sesuai standard dengan kecukupan zat gizi dan jumlah konsumen yang dilayani. Sebelum merencanakan menu harus menentukan anggaran biaya terlebih dahulu (Ronitawati, 2016).

c. Ketersediaan Bahan makanan

Pemakaian bahan perlu diperhatikan agar dalam pengadaan bahan makanan tidak ditemui kesulitan. Mengambil bahan makanan pada waktu sedang musim tentu akan lebih menguntungkan karena biasanya harga akan lebih murah. Ketersediaan bahan makanan perlu diperhtikan untuk menghindari kehabisan bahan makanan dalam suatu waktu tertentu (Elisna, E. 2017).

2.6.2 Kualitas Menu

Menu berasal dari bahasa prancis yaitu *Le Menu* yang artinya adalah daftar makanan yang disajikan. Menu merupakan pedoman bagi semua penyedia makanan atau hidangan (Friska, 2017). Kualitas menu atau cita rasa makanan terbentuk dari hasil kerja ke lima indra manusia, yakni indra perasa, penciuman, perabaan, penglihatan, dan pendengaran serta merupakan atribut berbagai makanan antara lain meliputi penampakan, bau, rasa, tekstur dan suhu. Cita rasa adalah suatu cara pemilihan makanan yang harus dibedakan maknanya dari rasa makanan (Amri, 2018).

Agar penilaian cita rasa / kualitas menu makanan sesuai dengan standard an selera pengguna, sebaiknya perlu diperhatikan hal-hal berikut :

a. Warna

Warna hidangan akan lebih menarik apabila dalam satu set menu atau dalam sepiring makanan terdiri atas beberapa variasi warna sehingga makanan dalam piring terlihat menarik ketika akan dimakan. Warna dapat diperoleh dari warna asli bahan makanan atau dipengaruhi oleh bumbu-bumbu (Amri, 2018).

b. Porsi

Besar porsi atau jumlah makanan dinilai dari banyaknya makanan yang disajikan dalam piring saji. Keserasian antara

ukuran piring saji dan jumlah makanan yang disajikan di piring saji akan mempengaruhi penampilan makanan. Penampilan makanan akan terlihat menarik apabila disajikan pada piring saji yangs esuai ukuran, bentuk maupun warnanya, dn di tata dengan rapih. Jumlah makanan yang terlalu banyak atau terlalu sedikit akan mempengaruhi kepuasan konsumen (Amri, 2018).

c. Bentuk

Bentuk makanan dapat dilihat dari potongan bahan makanan, kerapihan dalam memotong dan variasi bentuk potongan akan meningkatkan daya tarik penampilan makanan (Amri, 2018).

d. Tekstur

Tekstur makanan tergantung dari struktur makanan dan dapat dirasakan ketika makanan masuk ke dalam mulut. Penilaian tekstur meliputi sebagai berikut : garing, lembut, kasar, halus, liat. Tekstur masakan juga tergantung pada bahan makanan dan ketepatan waktu memasak (Amri, 2018).

e. Temperatur atau suhu

Suhu menunjukan derajat panas suatu makanan atau hidangan. Semakin tinggi suhu nya maka berat makanan semakin panas. Konsumen menilai suhu pada waktu makanan baru dihidangkan, baik untuk makanan yang harus dihidangkan panas maupun makanan yang harus dihidankan (Amri, 2018).

f. Aroma

Aroma atau bau bahan makanan di peroleh dari hasil campuran zat kimia dalam amakanan yang tercampur diudara, umumnya dengan konsentrasi yang sangat rendah yang kemudian di terima manusia melalui indra penciuman. Bau dapat berupa bau enak maupun tidak enak. Bau yang tercium akan mempengaruhi citarasa atau kualitas menu makanan. Biasanya kriteria penilaian aroma yaitu dengan bau yang sedap dan bau kurang sedap (Amri, 2018).

g. Rasa

Rasa makanan dapat bervariasi antara rasa manis, asin, pedas, gurih, pahit, asam, dan getir. Rasa dapat berupa dari rasa asli makanan atau hasil campuran dengan bumbu-bumbu makanan yang digunakan (Amri, 2018).

2.6.3 Pola Konsumsi

Pola konsumsi pangan merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengetahui keadangan pangan dan gizi pada suatu masyaratakat (Joko S, 2016). Konsumsi makanan yang baik berpengaruh positif pada diri seseorang seperti menjaga kesehatan, mencegah dan

membantu menyembuhkan penyakit. Pola konsumsi anak di panti asuhan umum nya terdiri dari tiga kali makan utama yaitu (Pagi, Siang, Malam) dan satu kali makanan selingan (Elisna, E 2017). Pola makan adalah suatu cara dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status gizi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Kadir, 2016).

a. Jumlah (Porsi) Makanan

   Jumlah atau porsi makan merupakan suatu ukuran atau takaranyang dikonsumsi setiap kali makan. Makanan yang dimakan harus seimbang jumlah kalori yang masuk dengan enenrgi yang dikeluarkan.

b. Jenis

   Jenis makanan adalah sejenis makanan pokok yang digunakan setiap hari terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah yang dikonsumsi setiap hari makanan pokok adalah sumber utama.

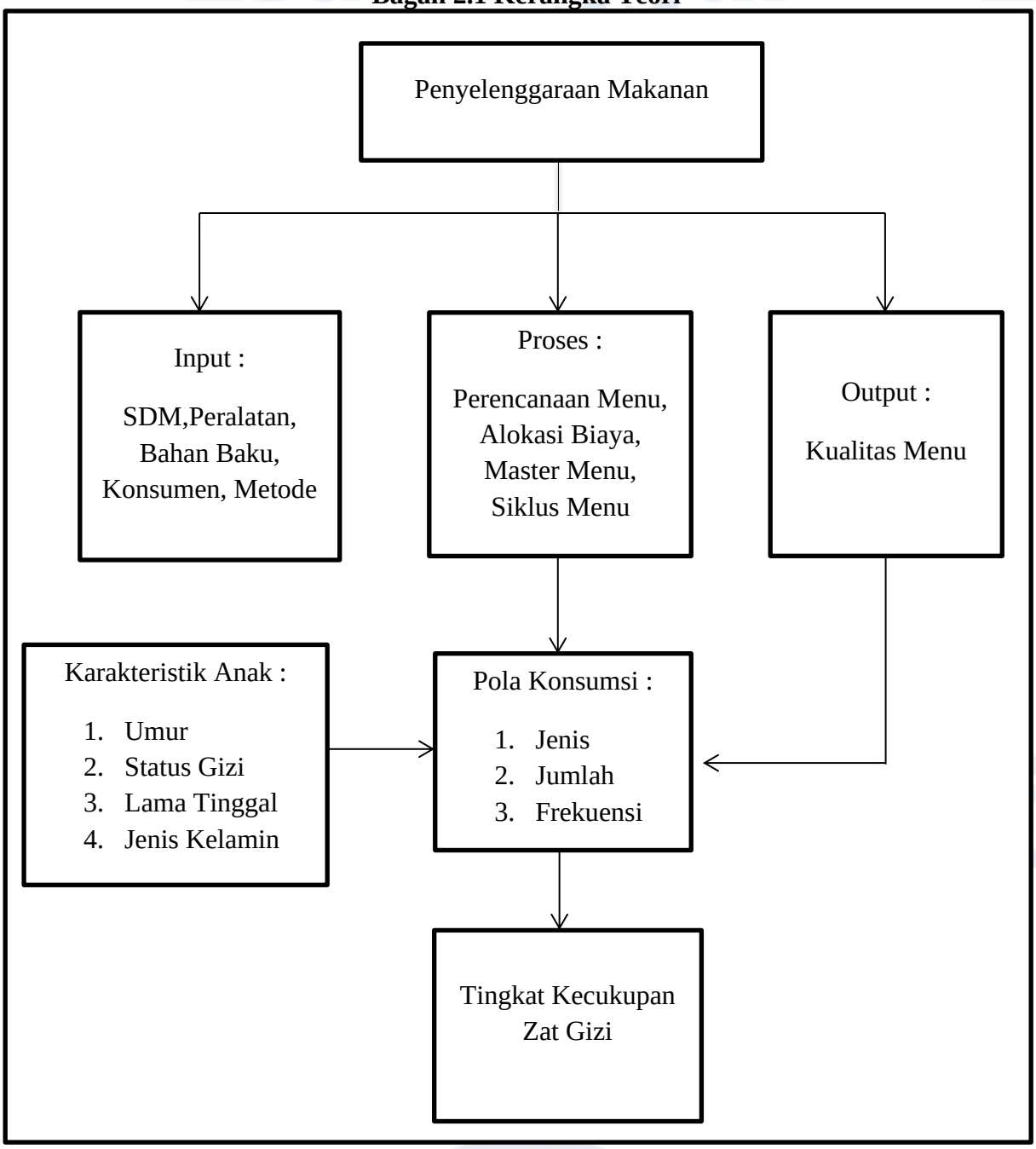
c. Frekuensi

   Frekuensi makan merupakan jumlah makan yang berulang beberapa kali makan dalam sehari yaitu meliputi makan pagi, makan siang, makan malam, dan makan selingan (snack) (Nurjanah, 2012).

2.7 Kerangka Teori

Pada Penelitian disusun kerangka teori sebagai berikut :

Bagan 2.1 Kerangka Teori



Sumber : Modifikasi (Ronitawati, 2016), (Elisna, Gambara perencanaan menu makanan dan pola konsumsi makanan yang dissajikan serta status gizi anak di panti

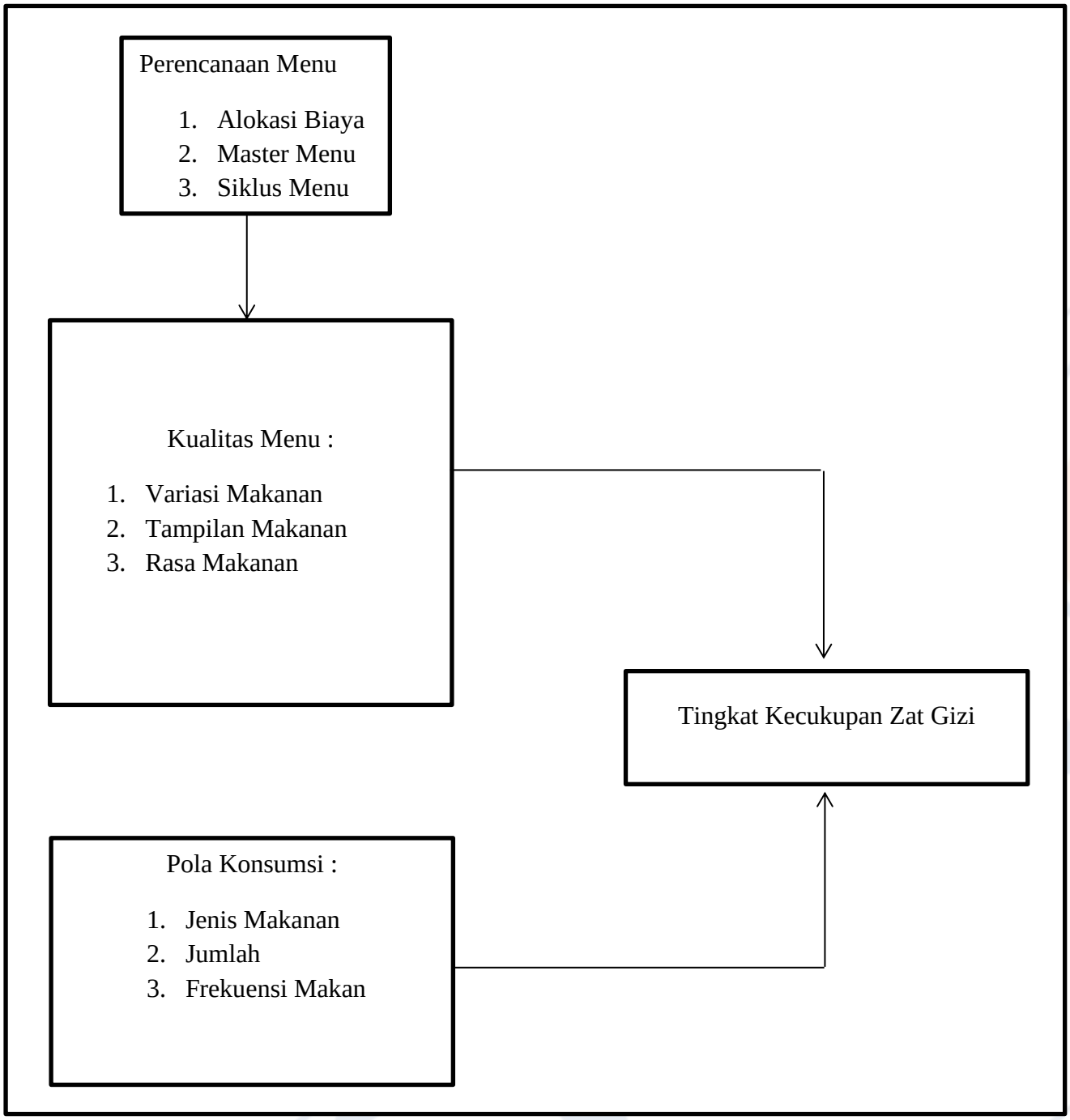
Bagan 2.1 Kerangka Teori

Penyelenggaraan makan institusi atau masal adalah penyelenggaraan makanan yang dilakukan dalm jumlah besar atau masal. Element input adalah semua sumber daya yang meliputi keteremapilan tenaga kerja, material (bahan makanan dan persediaan bahan makanan), operasional (biaya, waktu, bahan keperluan), dan fasilitas (tempat dan peralatan yang dibutuhkan), yang akan digunakan. Perencanaan menu dapat dilihat dari alokasi biaya yang dapat digunakan untuk ketersediaan bahan makanan, tersedianya master menu dan siklus menu yang dibuat oleh tim perencana menu. Kualitas menu yang disajikan untuk anak asuh mempengaruhi pola konsumsi anak. Pola konsumsi makan yang disajikan dapat dilihat dari jenis makanan yang dikonsumsi, jumlah makanan yang dikonsumsi dan frekuensi makan anak asuh, dimana biaya makan berpengaruh terhadap pola konsumsi makanan yang disajikan dan akan berpengaruh terhadap jumlah makanan yang dikonsumsi. Sehingga akan berpengaruh terhadap tingkat kecukupan zat gizi anak asuh yang akan berdampak pada status gizi dan pertumbuhan dan perkembangan anak itu sendiri.

2.8 Kerangka Konsep

Pada Penelitian disusun kerangka konsep sebagai berikut :

Bagan 2.2 Kerangka Konsep



Bagan 2.2 Kerangka Konsep

Berdasarkan Kerangka Konsep di atas telah disebutkan dan dijelaskan sebelumnya dari faktor-faktor yang ada,, peneliti memilih beberapa faktor yang akan diteliti yaitu Kualitas Menu (bentuk, Warna, Besar porsi, Tekstur Makanan, Aroma makanan, Bumbu makanan, Tingkat kematangan, dan Suhu makanan), Pola Konsumsi. Tingkat kecukupanresponden dipengaruhi oleh kualitas menu dan pola konsumsi. Kemudian asupan zat gizi makro (Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat) juga di pengaruhi oleh Pola konsumsi dan Kualitas menu. Dimana kedua faktor diatas dapat mempengaruhi asupan dan tingkat kecukupan zat gizi responden.

2.9 Hipotesis Penelitian

1. Ho : Tidak ada hubungan kualitas menu terhadap tingkat kecukupan zat gizi anak di panti asuhan.

Ha : Ada hubungan kualitas menu terhadap tingkat kecukupan zat gizi anak di panti asuhan.

2. Ho : Tidak ada hubungan pola konsumsi terhadap tingkat kecukupan zat gizi anak di panti asuhan.

Ha : Ada hubungan pola konsumsi terhadap tingkat kecukupan zat gizi nak di panti asuhan