

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelenggaraan makanan institusi meliputi kegiatan mulai dari perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan, pemasakan bahan makanan, distribusi pencatatan, pelaporan serta evaluasi. Tujuan menyediakan makanan yang berkualitas sesuai kebutuhan gizi, aman, dan dapat diterima oleh konsumen (Kemenkes, 2013). Penyelenggaraan makanan institusi terbagi dalam dua kategori yaitu penyelenggaraan makanan yang bersifat komersial dan non komersial. Penyelenggaraan makanan yang bersifat non komersial yaitu seperti instansi yang dikelola pemerintah, badan swasta, maupun yayasan sosial yang tidak bertujuan untuk mencari keuntungan yaitu contohnya penyelenggaraan makanan di panti asuhan (Pratiwi, 2019).

Panti Asuhan merupakan salah satu institusi sosial yang menyelenggarakan makanan yang dipersiapkan dan dikelola untuk masyarakat yang diasuhkannya, tanpa memperhitungkan keuntungan dari institusi tersebut. Penyelenggaraan makanan di institusi sosial mempunyai tujuan untuk mengatur menu yang tepat agar dapat memenuhi kecukupan gizi pada makanan yang akan dikonsumsi klien. (Bakri et al., 2018).

Penghuni panti asuhan sebagian besar adalah remaja yang sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga membutuhkan zat gizi yang besar. Panti asuhan memiliki keterbatasan dalam bidang ekonomi, yang mengakibatkan ketidakcukupan dalam memenuhi kebutuhan asupan zat gizi yang berakibat pada penghuni panti asuhan mudah mengalami kekurangan gizi (Putri, 2016). Apabila kekurangan gizi dibiarkan akan membawa dampak masalah gizi pada remaja. Kelompok pada remaja

putri paling rentan terhadap kejadian anemia dimana kebutuhan absorpsi tinggi pada umur 14-15 tahun (World Health Organization, 2011). Anemia adalah suatu keadaan dimana seorang remaja putri mengalami penurunan kadar hemoglobin darah yang jumlahnya dibawah normal, Anemia memiliki beberapa jenis, salah satunya adalah anemia gizi. Anemia gizi yang disebabkan oleh defisiensi zat besi, dan kekurangan zat gizi lainnya seperti asam folat, vitamin B12, B6 dan zinc (seng) (Widhyari, 2012).

Menurut WHO kasus anemia mempengaruhi 1,62 miliar orang atau sesuai dengan 24,8% dari populasi (World Health Organization, 2011). Prevalensi berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 terdapat rentang prevalensi pada data riskesdas 2013 yaitu sebesar 37,1 % dan pada data riskesdas 2018 mengalami kenaikan yaitu sebesar 48,9 % penduduk dengan kadar hemoglobin yang kurang dari batas normal, berdasarkan umur anak usia 15-24 tahun (Hb kurang dari 12,0 g/dL) sebesar 84,6 % (Riskesdas, 2018).

Anemia yang disebabkan karena berkurangnya sel darah merah dibawah normal yaitu memiliki kadar Hb pada ambang 11,2 sampai 11,4 g/dl (Widyastuti, 2014), dan dapat diketahui juga dengan gejalanya seperti letih, lesu, pucat, dan berkeringat dingin yang dapat membuat konsentrasi tiap individu semakin menurun dan banyak orang mengabaikannya. Konsentrasi itu didefinisikan pemusatan perhatian dalam proses perubahan tingkah laku yang dinyatakan dalam bentuk penguasaan, penggunaan dan penilaian terhadap sikap dan nilai – nilai, pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat dalam berbagai bidang studi (Ria Aviana, 2015). Konsentrasi merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi dalam pembelajaran. Semakin tinggi konsentrasi maka semakin efektif kegiatan pembelajaran tersebut, tetapi kebalikannya jika konsentrasi rendah maka hasil yang diperolehnya pun tidak maksimal. Sehingga dalam melakukan pembelajaran akan mendapatkan kesulitan dan dapat menyebabkan siswa tidak mendapatkan nilai yang maksimal. Menurut penelitian anas pada siswa di kota semarang bahwa dari 21 orang, orang mengalami anemia 17 (81,0%)

berdampak menurunnya prestasi belajar dan 4 (19,0%) siswa mempunyai prestasi yang baik (Annas, 2011). Bagi para siswa aktivitas fisik dapat memberikan pengaruh baik, seorang peneliti Penelitian oleh Coe et al (2006) menyatakan bahwa peningkatan dalam aktivitas fisik dapat meningkatkan rangsangan dan dapat menurunkan kebosanan pada siswa sehingga para siswa dapat meningkatkan konsentrasinya dalam belajar (jumainah, 2016).

Pada remaja putri, dalam masanya sangat aktif dalam aktivitas fisik sehari-hari seperti bersekolah belajar, bermain dll. aktivitas fisik merupakan salah satu adalah suatu gerakan fisik yang dilakukan oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya. Aktivitas fisik adalah gerakan yang dihasilkan oleh otot rangka yang dapat mengeluarkan energi (Pratama, 2014). Aktifitas fisik adalah suatu kegiatan yang dilakukan mulai dari bangun tidur hingga sampai pada tidur kembali. Kemajuan teknologi pada zaman sekarang membuat perubahan pola kebiasaan hidup atau gaya hidup pada remaja. Dalam kehidupan masyarakat pada zaman modern dengan didukung teknologi dan sarana menyebabkan penurunan aktifitas fisik. Jika terjadi anemia maka akan mengganggu proses metabolik aerobik dalam jaringan. Konsentrasi hemoglobin yang rendah dapat mengurangi angka maksimal pengiriman oksigen ke jaringan sehingga akan mengurangi VO_2 maksimal dan mengganggu kapasitas aktifitas fisik (Furuhita, 2012). Peneliti membuktikan bahwa pada siswi kelas xi Sma Negeri 11 Semarang memiliki 78,1% dari aktivitas fisik mereka ringan, dengan jumlah responden penelitian yang aktivitas fisiknya ringan lebih banyak daripada yang sedang, yang ringan sebesar 53 responden, sedangkan yang sedang hanya 11 responden (Annisa et al., 2018).

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian di Panti Asuhan dengan mengambil judul “Analisis Sistem Penyelenggaraan Makanan, Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Mikro, Daya Konsentrasi, dan Aktifitas Fisik Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Panti Asuhan Tangerang”

B. Identifikasi Masalah

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah (eritrosit) dalam jumlah dibawah normal. Anemia adalah masalah yang ada kaitannya dengan masalah kesehatan reproduksi (Terutama pada putri) , ketika remaja putri mempunyai masalah kesehatan anemia maka akan menjadi sangat berbahaya pada waktu hamil dan melahirkan. Pada remaja putri yang menderita anemia akan mempunyai potensi melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah ($< 2,5$ Kg). dan kejadian anemia juga dapat menyebabkan kematian pada ibu maupun bayi saat pada proses persalinan. Gejala – gejala yang timbul akibat anemia seperti menurunnya kebugaran seperti lemah , lesu, letih, kurang bergairah dalam aktifitas, dan menurunnya daya konsentrasi dalam belajar pada remaja putri. Faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia salah satunya adalah dipengaruhi oleh asupan makanan seperti Zat besi , Zinc (seng), Vitamin C dan Asam Folat (Juwita, 2016).

Penyelenggaraan makanan adalah suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menuu sampai dengan pendistribusian makanan kepada konsumen dalam mencapai status kesehatan yang optimal yang dapat melalui pemberian makanan yang tepat dan termasuk kegiatan dalam pencatatan dan pelaporan serta evaluasi. Penyelenggaraan makanan institusi dapat dijadikan sebagai sarana dalam meningkatkan keadaan gizi warganya jika institusi tersebut dapat menyajikan makanan yang dapat memenuhi prinsip – prinsip dasar dalam penyelenggaraan makanan institusi. Diantara prinsip – prinsip itu adalah dapat menyediakan makanan yang sesuai selera dengan macam dan jumlah zat gizi yang diperlukan konsume, menyiapkan makanan yang mempunyai cita rasa yang tinggi serta dapat memenuhi syarat hygiene dan sanitasi (Mandosir & Sinaga, 2017).

Oleh karena itu, peneliti dalam menyusun proposal ini peneliti ingin mengetahui analisis sistem penyelenggaraan makanan, hubungan antara asupan

zat gizi mikro dan kejadian anemia dengan daya konsentrasi dan aktifitas fisik pada remaja putri di panti asuhan tangerang.

C. Pembatasan Masalah

Bedasarkan uraian identifikasi masalah yang telah dijelaskan diatas bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada remaja putri. Maka penulis membatasi penelitian ini hanya tentang Analisis sistem penyelenggaraan makanan, hubungan antara asupan zat gizi mikro dan kejadian anemia dengan daya konsentrasi dan aktifitas fisik. Karena faktor tersebut sangat besar pengaruhnya daripada yang lain yaitu rendahnya konsumsi zat besi, zinc (seng), vitamin c, dan asam folat yang sangat berpengaruh pada kadar hemoglobin dan menyebabkan anemia pada remaja. Dan anemia juga berpengaruh terhadap daya konsentrasi, aktifitas fisik, dan sistem penyelenggaraan makanan pula ikut berperan dalam membantu kecukupan dan kebutuhan gizi pada remaja putri. Oleh karena itu peneliti ini berfokus dan terbatas pada analisis sistem penyelenggaraan makanan, hubungan antara asupan zat gizi mikro, daya konsentrasi, dan aktifitas fisik terhadap kejadian anemia pada remaja putri di panti asuhan tangerang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka perumusan masalah pada penelitian ini sebagai berikut analisis sistem penyelenggaraan makanan, hubungan antara asupan zat gizi mikro, daya konsentrasi, dan aktifitas fisik terhadap kejadian anemia pada remaja putri di panti asuhan tangerang ?.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui analisis sistem penyelenggaraan makanan, hubungan antara asupan zat gizi mikro, daya konsentrasi, dan aktifitas fisik terhadap kejadian anemia pada remaja putri di panti asuhan tangerang.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian adalah :

1. Mengidentifikasi gambaran umum karakteristik responden (usia, pendidikan, dan lama tinggal) pada remaja putri di panti asuhan tangerang.
2. Mengidentifikasi zat besi, zinc, vitamin c, dan asam folat pada remaja putri di panti asuhan tangerang.
3. Mengidentifikasi daya konsentrasi pada remaja putri di panti asuhan tangerang.
4. Mengidentifikasi aktifitas fisik pada remaja putri di panti asuhan tangerang.
5. Mengidentifikasi kejadian anemia pada remaja putri di panti asuhan tangerang.
6. Menganalisis Sistem penyelenggaraan makanan di panti asuhan tangerang.
7. Menganalisis hubungan asupan zat besi, zinc, vitamin c, dan asam folat terhadap kejadian anemia pada remaja putri di panti asuhan tangerang.
8. Menganalisis hubungan antara kejadian anemia dengan daya konsentrasi pada remaja putri di panti asuhan tangerang.
9. Menganalisis hubungan antara kejadian anemia dengan aktifitas fisik pada remaja putri di panti asuhan tangerang.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Dalam rangka penerapan ilmu pengetahuan yang di dapatkan selama masa perkuliahan, menambah pengetahuan dan wawasan serta pengalaman langsung saat penelitian di lapangan. Menambah wawasan dan pengetahuan mendalam mengenai analisis sistem penyelenggaraan makanan, hubungan antara asupan zat gizi mikro, daya konsentrasi, dan aktifitas fisik terhadap kejadian anemia pada remaja putri di panti asuhan tangerang. Sehingga ilmu

yang didapat dapat di aplikasikan pada saat bekerja maupun dalam kehidupan bermasyarakat.

2. Bagi Responden

Memberikan informasi mengenai hubungan antara asupan zat gizi mikro dan kejadian anemia dengan daya konsentrasi dan aktifitas fisik pada remaja putri di panti asuhan tangerang. Sehingga dapat digunakan remaja putri di panti asuhan tangerang untuk lebih baik lagi dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. Dan dapat juga sebagai pengetahuan untuk pencegahan terhadap kejadian anemia akibat kadar hemoglobin yang rendah pada remaja putri.

3. Bagi Panti Asuhan

Memberikan informasi mengenai sistem penyelenggaraan makanan yang baik untuk memenuhi kecukupan zat gizi, dan hubungan asupan zat besi, zinc, vitamin C, dan asam folat, daya konsentrasi dan aktifitas fisik pada remaja putri sehingga dapat mengetahui prevalensi anemia pada remaja putri di panti asuhan, dan dapat pula menambah daftar kepustakaan dan dapat pula dijadikan bahan referensi sebagai pencegahan anemia pada remaja di panti asuhan tangerang.

4. Bagi Jurusan Gizi Universitas Esa Unggul

Dapat memberikan sumbangan informasi bagi mahasiswa dan dosen jurusan Gizi Universitas Esa Unggul. Dan menambah variabel – variabel yang sudah ada sebelumnya dan dapat menambah sebagai daftar kepustakaan dan dapat pula dijadikan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

G. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1. 1 Keterbaruan Penelitian

No	Penelitian dan Tahun	Judul	Jenis Penelitian	Analisis	Hasil
1	Mohamad Annas, 2011	Hubungan Kesegaran Jasmani, Hemoglobin, Status Gizi, dan Makan Pagi terhadap Prestasi Belajar	Analitik	uji statistik <i>Chi-Square</i>	bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat kesegaran jasmani dan status gizi dengan prestasi belajar siswa. Sementra itu status hemoglobin dan kebiasaan sarapan pagi secara signifikan berhubungan dengan prestasi belajar siswa. Ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar siswa kelas VIII MTs

					Al Asror Kota Semarang
2	Sulistiyo Purwaningtiyas, 2013	Gambaran penyelenggaraa n makan di Pondok Pesantren Al-Qodiri kabupaten Jember	Deskriptif	<i>Cross Sectional</i>	bahwa administrasi kegiatan makan semua unit pelaksanaan makanan tidak memiliki menu siklus, tidak memenuhi persyaratan masuk makanan, tidak memenuhi syarat pengolahan makanan. sistem distribusi makanan menggunakan sentralisasi.
3	Siti Maisarah Rupita, Yulia Wahyuni, Tiurma Heryawanti Pakpahan,2016	Hubungan Penyelenggara an Makanan dan Daya terima terhadap Status Gizi anak di Panti Sosial Asuhan Putra Utama 1	<i>Cross Sectional</i>	uji korelasi <i>spearman rank</i>	ada hubungan antara penyelenggaraa n makanan dengan status gizi, dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$ dan nilai $r 0,467$. Ada hubungan antara daya terima dengan status

					gizi, dengan nilai sig. 0,047 < 0,05 dan nilai r 0,271
4	Farida Nurul Putri, 2016	Perbedaan Tingkat Konsumsi Protein, Vitamin C, dan Zat Besi Pada Remaja Putri di Panti Asuhan Ikhlasul Amal 1 dan Pondok Pesantren Al-Anwar	Analitik	<i>Uji Independen Sample T-tes dan Mann-Whitney tes</i>	Secara keseluruhan di Panti Asuhan dan Pondok Pesantren masih dibawa AKG. Hasil uji statistik diperoleh hasil p-value (0,000 ; 0,000 dan 0,000) < 0,05 sehingga H_a diterima.
5	Hartati , Tandiyo Rahayu, Fauziah. N Kurdi, Soegiyanto, Ks, 2012	Pengaruh Asupan <i>Micro Nutrien</i> , Aktivitas Fisik dan Jenis Kelamin terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Penderita Anemia	rancangan faktorial 2 x 2 x 2	Analysis of Variance (ANOVA), korelasi Pearson dan uji t	telah ditemukan suatu formula untuk menyembuhkan anemia siswa sekolah dasar kelas 4 dan 5, dengan asupan micro nutrien baik komposisi Fe+ Folat maupun Fe+Folat+vitamin C. sedangkan aktivitas fisik melakukan

					permainan bola tangan dan permainan bola basket, juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani baik siswa putera maupun siswa puteri
--	--	--	--	--	---

Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah variabel independen, dependen, antara dan tempat penelitian yang digunakan yaitu Analisis Sistem penyelenggaraan makanan, hubungan asupan zat gizi mikro (zat besi, asam folat, vitamin c, zinc) adalah variabel independen, daya konsentrasi merupakan variabel dependen sedangkan variabel antara yaitu kejadian anemia dan tempat penelitiannya di panti asuhan tangerang.