

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelenggaraan makanan merupakan kegiatan pengelolaan makanan untuk orang banyak dengan tujuan tertentu (widyastuti,dkk.,2014). Penyelenggaraan makanan institusi/ massal dilaksanakan untuk dapat memenuhi kebutuhan konsumen dalam mendapatkan makanan yang berkualitas, rasa yang enak dan dapat memenuhi kebutuhan gizi serta aman saat dikonsumsi. Oleh karena itu, penyelenggaraan makanan merupakan suatu keharusan, baik di lingkungan keluarga maupun luar keluarga. (moehyi, 1992)

Penyelenggaraan makanan dapat dibedakan menjadi penyelenggaraan makanan komersial dan non komersial. Salah satu penyelenggaraan makanan non komersial adalah penyelenggaraan makanan di asrama. Menurut Nursiah (1990), penyelenggaraan makanan asrama sekolah merupakan penyelenggaraan makanan yang melayani suatu kelompok tertentu yang menghuni asrama. Ciri dari penyelenggaraan makanan untuk asrama adalah dikelola oleh pemerintah ataupun peran serta masyarakat, standar gizi disesuaikan menurut kebutuhan golongan yang diasramakan serta disesuaikan dengan sumber daya yang ada, dapat berfungsi komersial yang memperhitungkan laba rugi institusi, frekuensi makan 2-3 kali sehari dengan atau tanpa makanan selingan, jumlah yang dilayani tetap, macam pelayanan makanan tergantung peraturan asrama dan tujuan penyediaan makanan lebih diarahkan untuk pencapaian status kesehatan penghuni.

Penyelenggaraan makanan asrama melayani beberapa golongan umur salah satunya melayani golongan usia remaja. Remaja merupakan calon pemimpin di masa datang, calon tenaga kerja yang akan menjadi tulang punggung produktivitas nasional, serta sebagai calon ibu yang akan memasuki usia reproduksi sehat yaitu 20-30 tahun dan akan melahirkan generasi penerus serta merupakan kunci perawatan anak di masa datang. Oleh karena itu, kualitas remaja perlu mendapat perhatian khusus (Nursari, 2010). Pada

masa ini, remaja membutuhkan asupan energi dan zat gizi yang cukup untuk menunjang pertumbuhannya

MAN 3 Kediri merupakan salah satu sekolah yang menyediakan asrama bagi siswa siswinya. Asrama tersebut juga menyelenggarakan makanan bagi penghuninya dengan biaya untuk sekali makan Rp.5000. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 22-23 Mei 2017, penyelenggaraan makanan asrama tersebut melayani \pm 240 siswa untuk asrama putra dan asrama putri, dengan frekuensi makan 2 kali sehari pada pagi dan malam hari. Sedangkan pada siang hari siswa dibebaskan untuk membeli makanan di luar namun beberapa siswa ada yang menggunakan jatah makan paginya untuk dibawa bekal ke kelas dan dimakan siang hari. Penyelenggaraan makanan di Asrama MAN 3 Kediri menggunakan menu bulanan, jadi menu yang dibuat diganti tiap bulannya. Tipe penyelenggaraan makanan di Asrama MAN 3 Kediri adalah semi cafeteria, dimana makanan pokok (nasi) diambil sendiri oleh siswa, lauk hewani dan nabati dibagikan oleh tenaga pengolah makanan dan sayur biasanya dibagikan tenaga pengolah namun juga terkadang diambil sendiri oleh siswa. Makan pokok diambil sendiri oleh siswa dengan porsi berkisar antara 140-200 gram tiap siswa, lauk hewani dibagikan oleh pengolah dengan porsi antara 38-48 gram, lauk nabati dibagikan oleh pengolah dengan porsi antara 23-45 gram dan sayur diambil sendiri oleh siswa dengan porsi antara 37- 60 gram. Asrama MAN 3 Kediri juga menyelenggarakan makanan saat bulan ramadhan yaitu meliputi makan sahur dan makan buka puasa. Pada bulan puasa penyelenggaraan makan di asrama terjadi perubahan pola makan dari pagi, dan sore menjadi makan sahur dan buka. Diharapkan dari segi kecukupan gizi dapat terpenuhi sehingga tidak menimbulkan sakit dan tetap bugar saat beraktivitas sehari-hari.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti terhadap menu makan selama bulan ramadhan, lauk hewani diberikan saat buka puasa saja dan belum tentu setiap kali buka puasa terdapat lauk hewani, takjil hanya diberikan pada hari tertentu karena terbatasnya anggaran. Sebagian besar menu terdiri dari 3 jenis makanan yaitu makanan pokok, lauk nabati dan sayur yang menurut Kustyoasih (2013) tergolong kedalam pola menu kategori sedang. Pada bulan puasa tubuh memerlukan cadangan energi lebih banyak daripada hari hari biasanya agar bisa melakukan aktivitas sehari-hari. Pemenuhan konsumsi

makan yang kurang dapat berpengaruh pada kecukupan energi dan zat gizi siswa-siswi. Sedangkan usia remaja adalah usia yang rentan dimana tubuh memerlukan asupan energi dan zat gizi yang cukup untuk menunjang pertumbuhannya, dan pada saat puasa tubuh membutuhkan asupan makanan yang cukup untuk memproduksi energi dan memenuhi kebutuhan nutrisi lainnya

Setelah melakukan wawancara dengan siswi penghuni asrama, sebesar 10% dari 120 siswa mengeluh bosan dengan menu yang disajikan karena kebanyakan hanya terdiri dari tahu dan tempe. Berdasarkan analisis zat gizi pada menu tanggal 21 Mei 2017 hari Minggu untuk menu makan malam, diperoleh kandungan energi sebanyak 436 kalori. Sedangkan menurut Almatsier (2003) makan pagi dan makan malam dikatakan sesuai bila memenuhi 25 % dari angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk remaja yaitu 2125 kalori perhari (AKG, 2013) artinya energi yang disediakan setiap kali makan yaitu berkisar antara 531 kkal. Sehingga dari hasil analisis zat gizi pada studi pendahuluan tanggal 21 Mei 2017 masih kurang 95 kkal.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin mengetahui tentang kualitas menu, pola menu, ketersediaan energi dan zat gizi pada menu makan sahur dan buka selama bulan ramadhan di Asrama Putri MAN 3 Kediri.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana kualitas menu, pola menu, ketersediaan energi dan zat gizi pada menu makan sahur dan buka selama bulan ramadhan di Asrama Putri MAN 3 Kediri?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui kualitas menu, pola menu, ketersediaan energi dan zat gizi pada menu makan sahur dan buka puasa di Asrama Putri MAN 3 Kediri.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis kualitas menu sahur dan buka puasa yaitu terdiri dari penampilan (warna, tekstur, bentuk, besar porsi, penyajian) dan rasa (aroma, bumbu, tingkat kematangan, dan suhu) di Asrama Putri MAN 3 Kediri
- b. Menganalisis pola menu sahur dan buka puasa yang disajikan di Asrama Putri MAN 3 Kediri
- c. Menganalisis besar porsi makanan (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah) pada menu sahur dan buka puasa di Asrama Putri MAN 3 Kediri
- d. Menganalisis ketersediaan energi dan zat gizi (Karbohidrat, Lemak, protein, Fe, Vit C) pada menu sahur dan buka puasa yang disajikan di Asrama Putri MAN 3 Kediri

D. Manfaat Penelitian

1. Peneliti

Menambah pengetahuan bagi peneliti dan sebagai sarana belajar tentang kualitas menu, pola menu dan ketersediaan zat gizi menu makan sahur dan buka puasa pada sistem penyelenggaraan makanan di Asrama Putri MAN 3 Kediri

2. Institusi

Dapat memberikan informasi sebagai bahan masukan untuk perbaikan dan masukan dalam hal manajemen sistem penyelenggaraan makanan khususnya untuk mengetahui kualitas menu makanan, pola menu, dan ketersediaan zat gizi menu makan sahur dan makan buka pada sistem penyelenggaraan makanan di Asrama Putri MAN 3 Kediri