

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas merupakan modal utama atau investasi dalam pembangunan kesehatan (Andriani dan Wirjatmadi, 2012). Menurut Khomsan (2003) salah satu faktor yang menentukan tercapainya sumber daya manusia yang berkualitas adalah asupan makanan yang bergizi, yang diperoleh melalui konsumsi makanan yang baik. Makanan merupakan salah satu kebutuhan pokok yang dibutuhkan tubuh setiap hari dalam jumlah tertentu sebagai sumber energi dan zat-zat gizi.

Usia remaja merupakan usia peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa remaja banyak perubahan yang terjadi karena bertambahnya massa otot, bertambahnya jaringan lemak dalam tubuh juga terjadi perubahan hormonal. Perubahan-perubahan itu mempengaruhi kebutuhan gizi dan makanan mereka (Andriani dan Wirjatmadi, 2012). Menurut Khomsan (2003) remaja adalah golongan individu yang sedang mencari identitas diri, mereka suka ikut-ikutan dan terkagum-kagum pada idola yang berpenampilan menarik. Banyak remaja sering merasa tidak puas dengan penampilan dirinya sendiri. Apalagi kalau sudah menyangkut *body image*. Suatu studi di AS para remaja menunjukkan hasil dimana hampir 70% remaja wanita yang diteliti mengungkapkan keinginan mereka untuk menurunkan berat badannya karena merasa kurang langsing. Padahal hanya 15% di antara mereka yang menderita obesitas (kegemukan). Oleh karena itu diperlukan adanya upaya penyuluhan untuk dapat menanamkan keyakinan sehingga remaja tahu, sadar dan mengerti anjuran yang berkaitan dengan gizi seimbang remaja atau kesehatan remaja.

Menurut Notoatmodjo (2007) metode penyuluhan kesehatan merupakan salah satu pendekatan yang sering digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi yang diberikan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh audien. Penyuluhan gizi perlu dilakukan ≥ 3 kali sehingga audien akan mengerti dan paham tentang maksud penyuluhan yang diberikan (Suwarsonno, 2001). Penelitian yang dilakukan Rachmawadi dan Afifah (2014) di SMA Negeri 2 Sidoarjo menunjukkan hasil bahwa penyuluhan gizi berpengaruh terhadap

pengetahuan gizi dan sikap hidup sehat. Data sisa makanan umumnya digunakan untuk mengevaluasi efektifitas program penyuluhan gizi, penyelenggaraan dan pelayanan makanan, serta kecukupan konsumsi makanan pada kelompok atau perorangan. Baik daya terima maupun sisa makanan merupakan salah satu indikator untuk mengetahui asupan makanan pasien di rumah sakit (Barker, 2011 dalam Djamaluddin, 2002). Hasil penelitian Anindita (2014) tentang pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan, konsumsi pangan dan status gizi siswa obesitas di SMPN 5 Bogor menyatakan bahwa penyuluhan gizi berpengaruh signifikan terhadap asupan energi, asupan protein, asupan lemak dan asupan karbohidrat.

Penyelenggaraan makanan adalah suatu proses menyediakan makanan dalam jumlah besar dan merupakan suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai pendistribusian makanan kepada konsumen (Aritonang, 2012). Penyediaan pelayanan makan di asrama sekolah ditujukan kepada penghuni asrama yang biasanya sedang menempuh pendidikan pada institusi tersebut. Penyelenggaraan makanan institusi dapat dijadikan sebagai sarana untuk dapat meningkatkan status gizi warga atau penghuni asrama. Pada prinsipnya penyelenggaraan makanan institusi adalah dengan menyediakan makanan yang sesuai dengan kebutuhan dan zat gizinya, sehingga dalam penyajiannya terkadang harus memperhatikan, rasa, warna, cita rasa maupun hygiene sanitasinya. Penyelenggaraan makanan institusi asrama merupakan penyelenggaraan makanan yang melayani konsumen dengan berbagai golongan umur ataupun kelompok usia tertentu. Pada umumnya, penyelenggaraan makanan asrama, sudah mempunyai standar gizi yang disesuaikan dengan sumber daya yang tersedia. Frekuensi makan asrama biasanya 2 sampai 3 kali sehari dengan atau tanpa makanan selingan (Mukrie, 1990).

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Malang merupakan salah satu sekolah yang menyediakan asrama bagi siswa maupun siswinya yang berasal dari luar kota maupun bagi yang tinggal di sekitar kota Malang. Asrama tersebut menyediakan makanan bagi penghuninya, penyajian makanan dilakukan dengan cara semi *cafeteria* dengan frekuensi 2 kali sehari yaitu pada pagi dan malam hari. Penyajian makanan pagi dilakukan pada pukul 05.30 WIB, sedangkan makan malam dilakukan pukul 17.30 WIB.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan November 2016 dengan cara mewawancarai beberapa penghuni asrama yang diambil secara random, menghasilkan beberapa komentar mengenai kebiasaan makan dan menu yang disajikan pada penyelenggaraan makanan di asrama MAN 1 Malang. Dari 10 orang siswi diketahui 6 diantaranya memiliki kebiasaan makan tidak teratur, ditandai dengan hanya sarapan dan jajan disekolah saja dan jarang makan malam, hal tersebut dikarenakan siswi sudah kenyang jajan di sekolah, sedang berdiet atau karena menu yang kurang bervariasi ataupun cita rasa yang kurang pas. Menu yang disajikan sering kali tidak memenuhi kesukaan penghuni asrama sehingga dapat mempengaruhi daya terima terhadap makanan tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan, daya terima makanan dan tingkat konsumsi sebelum dan setelah penyuluhan di Asrama Putri MAN 1 Malang.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat pengetahuan, daya terima makanan, tingkat konsumsi sebelum dan setelah penyuluhan di Asrama Putri MAN 1 Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui tingkat pengetahuan, daya terima makanan, tingkat konsumsi sebelum dan setelah penyuluhan di Asrama Putri MAN 1 Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden di Asrama Putri MAN 1 Malang
- b. Mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan gizi di Asrama Putri MAN 1 Malang
- c. Mengukur daya terima makanan sebelum dan setelah penyuluhan gizi di Asrama Putri MAN 1 Malang
- d. Mengukur tingkat konsumsi (energi, protein, lemak, karbohidrat, Fe dan Vitamin C) sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan gizi di Asrama Putri MAN 1 Malang

- e. Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan gizi di Asrama Putri MAN 1 Malang
- f. Menganalisis perbedaan daya terima makanan sebelum dan setelah penyuluhan gizi di Asrama Putri MAN 1 Malang
- g. Menganalisis perbedaan tingkat konsumsi (energi, protein, lemak, karbohidrat, Fe dan Vitamin C) sebelum dan setelah penyuluhan gizi di Asrama Putri MAN 1 Malang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Lahan Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan perbaikan pengelolaan penyelenggaraan makanan dalam upaya menyediakan makanan yang sesuai dengan standar kecukupan gizi di asrama.

2. Manfaat Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan, serta menerapkan ilmu teori yang telah didapat tentang penyelenggaraan makanan institusi, khususnya pada tingkat pengetahuan, daya terima makanan dan tingkat konsumsi siswi.