

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan di bidang kesehatan, kondisi ekonomi, sosial dan kesehatan masyarakat yang semakin membaik mengakibatkan terjadinya penurunan angka kelahiran, angka kesakitan dan angka kematian serta peningkatan angka harapan hidup penduduk Indonesia (Pranarka, 2006). Peningkatan angka harapan hidup tercermin dari semakin meningkatnya jumlah penduduk lansia dari tahun ke tahun (Rochmawati, 2013). Menurut Sunusi (2006) dalam Fatmah (2010), bahwa pada tahun 2020 diprediksi akan terjadi ledakan jumlah penduduk lansia di Indonesia sebesar 11,34% atau sekitar 28,8 juta jiwa. Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia sudah mulai memasuki kelompok negara berstruktur penduduk menua (*aging population*) karena persentase penduduk lansia yang telah mencapai angka diatas 7% (BPS, 2017).

Seiring bertambahnya populasi penduduk lanjut usia saat ini dapat menimbulkan masalah gizi, yaitu tidak terpenuhinya pemenuhan kebutuhan zat gizi. Konsumsi pangan yang kurang seimbang akan memperburuk kondisi lansia yang secara alami memang sudah menurun (Fatmah, 2010). Asupan makanan yang kurang pada lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor meliputi faktor penyakit penyerta, depresi, gangguan gigi, kunjungan, penggunaan obat, cita rasa makanan, serta jumlah gigi (Amran dkk, 2012). Selain itu, pola makan juga berpengaruh meliputi frekuensi dan waktu makan, jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi, termasuk makanan yang disukai dan makanan pantangan (Andrini, 2012).

Menurut Wirakusumah (2001) di Indonesia sebenarnya lansia dititik beratkan pada keluarga sebagai penanggung jawab utama untuk kesejahteraan lansia. Namun pada kenyataannya telah terjadi penurunan dukungan dari keluarga terhadap lansia. Sehingga dibutuhkan perhatian lebih kepada lansia, terutama mengenai asupan makan. Panti merupakan alternatif yang tepat untuk membantu lansia dapat hidup dengan nyaman dengan asupan makan yang terjamin. Pada penyelenggaraan makan di panti

diperlukan penyusunan menu makanan yang dapat meningkatkan selera makan bagi lansia. Sebelum proses penyelenggaraan makanan dimulai perlu dilakukan perencanaan dan persiapan, salah satunya yaitu perencanaan menu. Kegiatan menyusun menu dengan perencanaan yang baik dapat memberikan banyak manfaat yakni, dapat disusun hidangan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, variasi dan kombinasi hidangan dapat diatur sehingga dapat menghindari kebosanan yang disebabkan pengulangan jenis bahan makanan dan cara pengolahan, susunan hidangan dapat disesuaikan dengan kondisi keuangan atau biaya yang tersedia, serta menghemat waktu dan tenaga (Tanjung dkk, 2013)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Pondok lansia Al-Ishlah didapatkan bahwa penyelenggaraan makanan di panti tersebut yaitu makanan utama dan snack (1 minggu sekali) yang dilakukan oleh 1 orang tenaga pemasak untuk 40 orang diantaranya 25 lansia dan 15 karyawan. Menu yang akan disajikan sesuai dengan keinginan tenaga pengolah dan untuk standar porsi hanya diperkirakan sesuai kebiasaan menghabiskan makanan sehari-harinya. Tidak adanya siklus menu yang tertulis mengakibatkan pengeluaran untuk pembelian bahan makanan tidak terencana dengan baik, sehingga pengurus panti kesulitan untuk menentukan kebutuhan keuangan setiap harinya. Sebelumnya pada bulan Maret 2019 lalu terdapat mahasiswa Universitas Negeri Malang berkunjung ke Pondok lansia Al-Ishlah yang merekomendasikan menu selama 7 hari dengan harapan dapat diaplikasikan oleh tenaga pengolah. Namun tenaga pengolah merasa kesulitan karena tidak disertakan bahan makanan yang diperlukan dan rincian harganya. Sehingga rekomendasi menu tersebut tidak dapat diaplikasikan oleh tenaga pengolah.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menyusun siklus menu, menghitung kandungan energi dan zat gizi serta menghitung harga per porsi di Pondok Lansia Al-Ishlah Kota Malang.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah menyusun siklus menu, menghitung kandungan energi dan zat gizi serta harga per porsi makanan utama di Pondok Lansia Al-Ishlah Kota Malang?

### **C. Tujuan**

#### 1. Tujuan Umum

Menyusun siklus menu, menghitung kandungan energi dan zat gizi serta harga per porsi makanan utama di Pondok Lansia Al-Ishlah Kota Malang

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik (usia dan suku) lansia di Pondok Lansia Al-Ishlah
- b. Menyusun siklus menu makanan utama untuk lansia
- c. Menghitung harga per porsi menu makanan utama di Pondok Lansia Al-Ishlah
- d. Menganalisis kandungan energi dan zat gizi yang telah direncanakan untuk lansia

### **D. Manfaat**

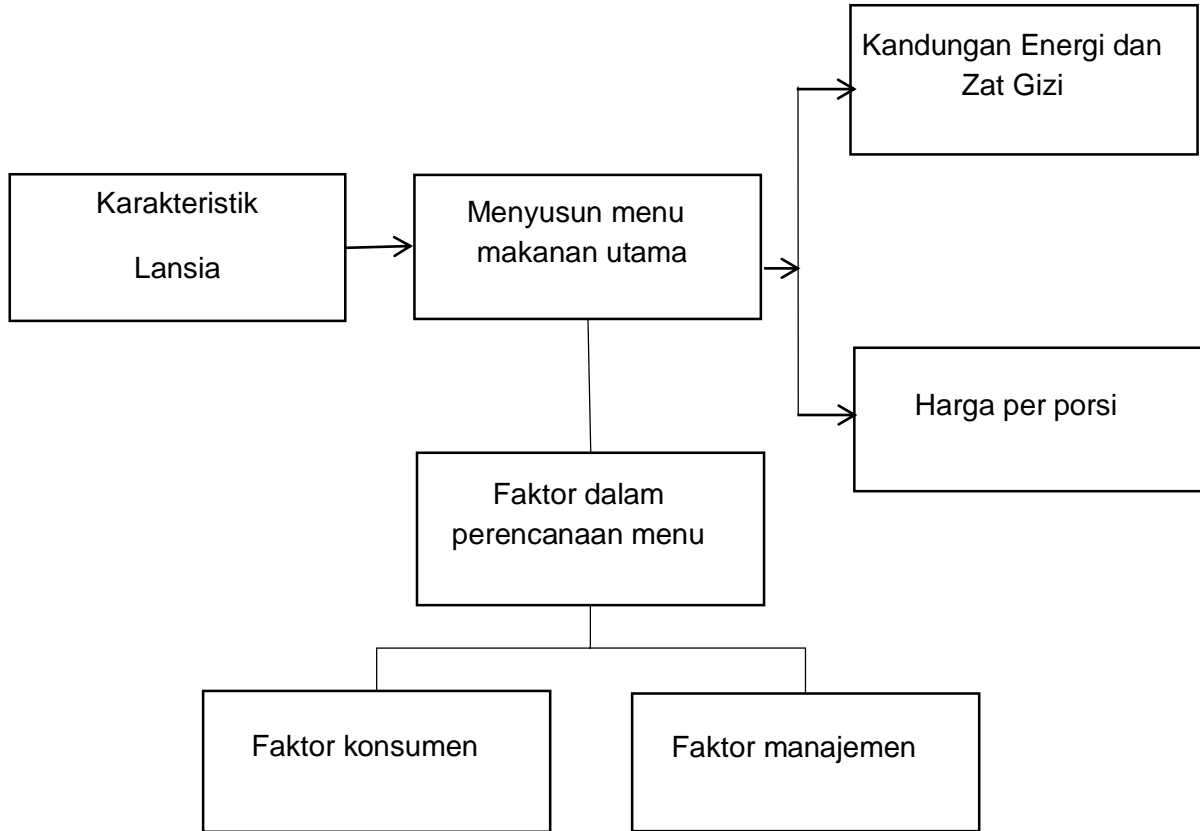
#### 1. Bagi institusi

- a. Sebagai bahan masukan bagi institusi sosial dalam memberikan menu makanan utama yang sesuai dengan kebutuhan energi dan zat gizi (protein, lemak, karbohidrat) untuk lansia
- b. Sebagai bahan pertimbangan anggaran untuk institusi sosial

#### 2. Bagi peneliti

- a. Menambah keterampilan dalam merencanakan siklus menu makanan utama untuk lansia
- b. Menambah ketrampilan dalam menghitung kebutuhan bahan makanan utama untuk lansia

## E. Kerangka Penelitian



### Keterangan:

Untuk memudahkan penyelenggaraan makanan sesuai dengan karakteristik lansia di Pondok Lansia Al-Ishlah maka diperlukan perencanaan menu makanan utama dengan memperhatikan faktor konsumen dan faktor manajemen. Sehingga dapat dihitung kandungan energi dan zat gizi dari menu makanan utama serta harga tiap porsi menu makanan utama.