

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelenggaraan makanan institusi dapat dijadikan sarana untuk meningkatkan keadaan gizi warganya bila institusi tersebut dapat menyediakan makanan yang memenuhi prinsip-prinsip dasar penyelenggaraan makanan institusi. Prinsip itu antara lain menyediakan makanan yang sesuai dengan macam dan jumlah zat gizi yang diperlukan konsumen, disiapkan dengan cita rasa yang tinggi serta memenuhi syarat hygiene dan sanitasi (Irianto, 2007).

Menurut Setyowati (2010), penyelenggaraan makanan di sekolah adalah suatu rangkaian kegiatan dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan pada siswa, dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian makanan pagi, siang dan malam. Penyelenggaraan makanan disekolah yang telah disesuaikan berdasarkan standar yang ada (menu, kecukupan zat gizi dan sanitasi), yang dihidangkan secara menarik dan menyenangkan untuk siswa (dan aparat sekolah) bertujuan untuk memperbaiki dan menjaga status gizi anak sekolah, meningkatkan kehadiran disekolah, serta memperbaiki prestasi akademik siswa.

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik, mental, dan aktivitas sehingga, kebutuhan makanan yang mengandung zat-zat gizi menjadi cukup besar. Remaja putri banyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi makanan sehari-harinya. Kekurangan zat besi dianggap penyebab paling umum dari anemia secara global, tetapi beberapa lainnya kekurangan gizi (termasuk folat, vitamin B12 dan vitamin A), akut dan peradangan kronis, parasit infeksi dapat menyebabkan anemia (Stang dkk, 2005).

Remaja putri pada umumnya memiliki karakteristik kebiasaan makan tidak sehat. Antara lain kebiasaan tidak makan pagi, malas minum air putih, diet tidak sehat karena ingin langsing (mengabaikan sumber protein, karbohidrat, vitamin dan mineral), makan seadanya, kebiasaan makan

makanan rendah gizi dan makan makanan siap saji. Sehingga remaja tidak mampu memenuhi keanekaragaman zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuhnya. (Desri dkk, 2015)

Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, sehingga merupakan faktor kunci dalam pembangunan suatu bangsa. Gizi sangat berpengaruh juga terhadap produktivitas manusia. (Sholiha, 2013). Adanya penyelenggaraan makanan di sekolah, akan memudahkan siswanya untuk memenuhi kebutuhan pangan dan energi serta zat gizi, namun penyelenggaraan makanan di sekolah sering dihadapkan dengan keterbatasan, yang mengakibatkan kelemahan antara lain kualitas bahan makanan yang digunakan sering tidak begitu baik karena keterbatasan dana, cita rasa makanan kurang diperhatikan, makanan kurang bervariasi dan porsi makanan tidak sesuai dengan kebutuhan konsumen. (Nursafitri, 2013)

Menurut penelitian Sudrajat dan Sinaga (2016) di Pondok Pesantren Darul Arqam Garut menunjukkan bahwa ketersediaan energi dan zat gizi belum memenuhi angka kecukupan gizi. Tingkat kecukupan energi, protein, vitamin, dan mineral sampel tergolong defisit berat. Tingkat kecukupan lemak tergolong lebih, dan tingkat kecukupan karbohidrat berada pada kategori normal.

Pada penelitian Nursafitri (2013) di asrama sekolah *Smart Ekselensia Indonesia*, Parung, Bogor, menunjukkan bahwa tingkat ketersediaan zat gizi menu sehari yang sudah terpenuhi adalah Vitamin A dan Fe sedangkan tingkat ketersediaan energi dan zat gizi yang tidak terpenuhi adalah energi 92,4%, protein 98,8%, vitamin B 72,6%, vitamin C 62,7%, kalsium 81,2% dan fosfor 97%. Kebutuhan karbohidrat baru mencapai 53.3% dan kebutuhan lemak sudah lebih 23.8%.

SMA Al-Izzah Kota Batu merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan makanan bagi siswi yang tinggal di asrama. Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada bulan Desember 2019 diperoleh bahwa penyelenggaraan makanan di SMA Al-Izzah Kota Batu melayani 211 siswi dan menyajikan ± 220 porsi makan siang yang dikelola

langsung oleh SMA Al-Izzah Kota Batu. Tenaga pelaksana penyelenggaraan makanan tersebut berjumlah 5 orang dengan lulusan Sekolah Menengah Pertama sebanyak 3 orang dan Sekolah Atas sebanyak 2 orang yang memiliki keahlian memasak. Penyelenggaraan makanan di SMA Al-Izzah Kota Batu memiliki siklus menu 5 hari, menu yang dibuat belum direncanakan dengan baik, standar porsi belum sesuai dengan standar yang dianjurkan dan ketersediaan energi dan zat gizi yang diperlukan untuk remaja belum terpenuhi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti kualitas makanan dan standar porsi dalam pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi pada penyelenggaraan makanan SMA Al-Izzah Kota Batu.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana kualitas makanan dan standar porsi serta pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi siswi SMA Al-Izzah Kota Batu?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui kualitas makanan dan standar porsi serta pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, vitamin C, zat besi dan serat) siswi SMA Al-Izzah Kota Batu.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis kualitas makanan meliputi warna, aroma, rasa, tekstur, suhu, dan bentuk pada makan siang bagi siswi kelas 10 pada di SMA Al-Izzah Kota Batu
- b. Menganalisis standar porsi pada makan siang bagi siswi kelas 10 pada SMA Al-Izzah Kota Batu
- c. Menganalisis pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, vitamin C, zat besi, dan serat) bagi siswi kelas 10 pada SMA Al-Izzah Kota Batu

D. Manfaat

1. Manfaat Keilmuan

Menambah pengetahuan mengenai kegiatan penyelenggaraan makanan sekolah yang meliputi kualitas makanan, standar porsi, serta pemenuhan

kebutuhan energi dan zat gizi (karbohidrat, lemak, protein, vitamin C, zat besi, dan serat) di SMA Al-Izzah Kota Batu.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi evaluasi dan masukan dalam upaya memperbaiki dan meningkatkan kualitas makanan dan standar porsi pada penyelenggaraan makanan di SMA Al-Izzah Kota Batu.

