

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi yang sering terjadi pada remaja khususnya remaja putri adalah anemia. Menurut data hasil Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 48,9% dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15 – 24 tahun dan 25 – 34 tahun (Kemenkes RI, 2018). Data tersebut menunjukkan bahwa anemia merupakan masalah gizi yang sering dialami oleh remaja. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Berdasarkan kelompok umur, penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan sebesar 18,4% pada kelompok umur 15-24 tahun. Kelompok umur tersebut, wanita mempunyai resiko paling tinggi untuk menderita anemia terutama remaja putri (Kemenkes RI, 2013). Emilia (2019) menemukan 63,8% santri putri di Pondok Pesantren Hidayatussalikin Air Itam Kota Pangkalpinang mengalami anemia. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Purwandari (2019) menunjukkan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Darussalam sebesar 80%.

Terjadinya anemia gizi besi apabila kandungan Hb tidak mencapai batas normal yang dapat menyebabkan komplikasi seperti stres dan kelelahan yang berkelanjutan sehingga menimbulkan rasa lelah, letih dan lesu pada organ tubuh dan mengganggu aktifitas kegiatan serta penurunan prestasi belajar (Sulistiyowati, dkk., 2019). Oleh karenanya, penanganan anemia pada remaja putri 10-19 tahun perlu diprioritaskan karena mereka dapat memutus siklus anemia pada ibu hamil dan dampak kelahiran bayi dengan kognitif rendah dan BBLR akibat ibu hamil yang anemia (Asrori dkk., 2020).

Pola konsumsi makanan yang sering tidak teratur, sering jajan, sering tidak sarapan, dan sama sekali tidak makan siang. Kondisi tersebut ditambah juga dengan kebiasaan mengkonsumsi minuman yang menghambat absorpsi zat besi akan mempengaruhi kadar hemoglobin (Muhayati dan Ratnawati, 2019). Salah satu informasi penting yang perlu dipahami untuk mencegah terjadinya anemia gizi besi adalah menu

seimbang. Dengan mengkonsumsi menu seimbang diharapkan kebutuhan zat gizi tubuh akan terpenuhi secara optimal (Mataram dan Antarini, 2020).

Pondok pesantren merupakan salah satu tempat untuk mendidik agar santri-santri menjadi orang berakhlakul mulia dan memiliki kecerdasan yang tinggi. Santri-santri yang berada di pondok pesantren merupakan sumber daya yang menjadi generasi penerus pembangunan yang perlu mendapat perhatian khusus terutama kesehatan dan pertumbuhannya. Maka dari itu pemenuhan kebutuhan gizi bagi para santri merupakan salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam penyelenggaraan makanan di pondok pesantren (Taqui, 2014). Pondok pesantren perlu melakukan upaya dalam menjaga status gizi santri yaitu dengan meningkatkan dan mempertahankan konsumsi agar tetap mencukupi kebutuhan gizi santri selama proses penyelenggaraan makanannya. Selama pelaksanaan tersebut tentunya setiap pondok pesantren memiliki cara pengaturan dan penyelenggaraan makanan yang disesuaikan dengan kemampuan dan keadaan masing-masing (Nurlaela, dkk., 2020). Menurut Roziana dan Fitriani (2021) salah satu landasan dalam menentukan ketepatan pemorsian makanan dan secara tidak langsung dapat mempengaruhi ketersediaan energi dan zat gizi adalah pengetahuan penjamah makanan tentang gizi. Penjamah makanan memiliki peran penting dalam menjamin keamanan pangan pada penyelenggaraan makanan institusi. Pengetahuan, sikap dan perilaku penjamah makanan selama menjalankan tugasnya dapat mempengaruhi kualitas makanan yang dihasilkan (Alwi, dkk., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ningtyias, dkk (2016) yang dilakukan di PP Nurul Islam Antirogo Kabupaten Jember diketahui bahwa dalam penyelenggaraan makanan yang ada di pondok pesantren yaitu belum adanya perencanaan menu yang baik dikarenakan belum adanya siklus menu yang diterapkan oleh pesantren. Penelitian lain yang dilakukan di Pondok Pesantren Kyai Syarifuddin Kota Lumajang juga diketahui bahwa pada penyelenggaraan makanan, menu yang disajikan tidak seimbang, pada pemorsian makanan tidak menggunakan standar porsi sehingga tidak ada acuan yang baku, selain

itu tidak menggunakan siklus menu sehingga tergantung pada ketersediaan pasar (Putri, 2022).

Hasil penelitian Putri A.M (2022) yang dilakukan di Pondok Pesantren Kyai Syarifuddin Kota Lumajang, hasil kegiatan penyuluhan dengan media *booklet* dan dengan menggunakan kuesioner *pre-post* test, diketahui dapat meningkatkan pengetahuan penjamah makanan. Selain itu, dalam penelitian Hatijah, dkk (2021) menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan penjamah makanan yang dilakukan di Pondok Pesantren An-Nur Ar-Murtadlo Kecamatan Bululawang dengan kegiatan edukasi menggunakan kuesioner *pre-post* test.

Pondok Pesantren Minhajurrosyidin merupakan salah satu institusi pendidikan islam di Kabupaten Gresik yang diasuh oleh Kyai tersohor yakni Alm. Kh. Kasmudi Asshidiqie. Pondok Pesantren tersebut bergerak dibidang keagamaan dalam membina generasi muda, terutama dibidang tauhid, ibadah, akhlak, ilmu pengetahuan umum dan keterampilan/kemandirian, sehingga diharapkan generasi muda menjadi generasi yang tangguh, berilmu, berakhlakul karimah dan mandiri. Pada penyelenggaraan makanan, Pondok Pesantren Minhajurrosyidin memiliki tenaga penjamah makanan yang berjumlah 10 orang. Tenaga Penjamah Makanan belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai menu seimbang sebagai upaya pencegahan anemia.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 2 Januari 2023 di Pondok Pesantren Minhajurrosyidin, didapatkan hasil penyelenggaraan makanan di pondok pesantren belum memiliki perencanaan menu makan yang baik, hal ini terlihat dari menu yang disediakan tidak seimbang, karena menu makan yang disajikan hanya terdiri dari nasi, lauk nabati, dan sayur atau nasi dan lauk nabati saja, sedangkan buah tidak disediakan. Selain itu, tidak menggunakan standar porsi dalam pemorsian makanan sehingga tidak ada standar atau acuan yang baku.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Penyuluhan Pola Menu dan Standar Porsi Sebagai Upaya Pencegahan Anemia terhadap Pengetahuan Penjamah Makanan di Pondok Pesantren Minhajurrosyidin Kabupaten Gresik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh penyuluhan pola menu dan standar porsi sebagai upaya pencegahan anemia terhadap pengetahuan penjamah makanan di Pondok Pesantren Minhajurrosyidin Kabupaten Gresik”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan pola menu dan standar porsi sebagai upaya pencegahan anemia terhadap pengetahuan penjamah makanan di Pondok Pesantren Minhajurrosyidin Kabupaten Gresik.

2. Tujuan Khusus.

- a. Menganalisis pola menu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di Pondok Pesantren Minhajurrosyidin Kabupaten Gresik
- b. Menganalisis standar porsi menu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di Pondok Pesantren Minhajurrosyidin Kabupaten Gresik
- c. Menganalisis tingkat pengetahuan penjamah makanan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di Pondok Pesantren Minhajurrosyidin Kabupaten Gresik

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam bidang kesehatan, khususnya tentang pencegahan anemia dengan menu seimbang di pondok pesantren serta menambah literatur untuk melakukan kajian pada penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Responden

Menambah wawasan dan pengetahuan penjamah makanan serta pengurus kebijakan terkait pencegahan anemia dengan menu seimbang.

b. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi pengalaman ilmiah yang berharga dan dapat menambah wawasan terkait pengaruh penyuluhan pola menu gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia terhadap perbaikan menu dan pengetahuan penjamah makanan serta pengurus kebijakan di Pondok Pesantren Minhajurrosyidin Kabupaten Gresik.

c. Manfaat Bagi Peneliti Lain

Sebagai bahan referensi dan informasi tambahan untuk melakukan penelitian selanjutnya.