

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelenggaraan makanan khusus melayani pusat pelatihan atau lembaga khusus, contohnya pusat pelatihan olahraga. Pusat pelatihan olahraga ini mencakup beberapa macam olahraga dengan menampung berbagai golongan usia, namun sebagian besar adalah golongan remaja. Pusat pelatihan olahraga dapat dijadikan salah satu sarana untuk mencukupi gizi remaja melalui asupan makan yang diberikan. Pusat olahraga menyediakan asrama bagi atlet untuk tempat tinggal hingga mendapat makanan secara teratur dan berkelanjutan. Penyediaan pelayanan makanan di asrama ditujukan kepada penghuni asrama sesuai dengan kebutuhan gizi.

Masa remaja yaitu 10-18 tahun merupakan periode terjadinya rentan gizi karena pertumbuhan fisik dan perkembangan tubuh memerlukan gizi dalam prosesnya. Menurut Giritjijoyo (2012), bahwa remaja dengan kebutuhan khusus seperti atlet ataupun calon atlet, asupan gizi menjadi sangat penting terutama saat latihan. Jika diabaikan, akan terjadi gangguan atau ketidakseimbangan proses latihan sehingga penampilan yang diharapkan tidak maksimal dan tidak sesuai potensi. Sejak pembinaan di tempat pelatihan sampai saat pertandingan, faktor gizi sangat perlu diperhatikan (Andhini, 2017).

Faktor kebugaran atlet atau calon atlet akan mempengaruhi performa saat bertanding. Mempertahankan kebugaran memerlukan asupan gizi yang tepat. Namun, sebagian besar atlet ataupun calon atlet di Indonesia masih belum sesuai dengan yang diharapkan. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Penggalih dkk., (2019), bahwa pola konsumsi atlet sepakbola remaja untuk zat gizi energi dan karbohidrat belum memenuhi kebutuhan standar ataupun standar AKG atau Angka Kecukupan Gizi. Banyak beberapa factor yang menyebabkan hal tersebut. Penyebab tersebut menurut Kemenkes RI (2013), yaitu kurangnya edukasi gizi tentang pentingnya asupan gizi.

Edukasi dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan membantu merubah perilaku seseorang. Hasil penelitian oleh Indah (2020), bahwa

edukasi penyelenggaraan kantin sehat di sekolah mampu meningkatkan pengetahuan pengelola kantin di wilayah Kecamatan Depok, Sleman. Edukasi tersebut diberikan kepada pengelola kantin mengenai perubahan perilaku penyelenggaraan kantin di Sekolah. Kegiatan edukasi dilakukan melalui metode ceramah dan tanya jawab mengenai keamanan makanan jajanan sekolah. Pada penelitian Nadina, dkk (2021), bahwa edukasi mengenai hygiene personal penjamah makanan terdapat peningkatan skor sikap pada hasil sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media celemek.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rahmawati, dkk (2020), bahwa keberhasilan penyuluhan dengan menggunakan media booklet sebagai alat bantu, sarana, dan sumber daya pendukung penyampaian pesan, dapat meningkatkan pengetahuan dan praktek penjamah makanan secara signifikan. Dalam penelitian tersebut, penyuluhan yang dilakukan satu kali dengan waktu 45 menit kepada penjamah makanan sebanyak 12 orang sebagai subyek penelitian mengenai peningkatan pengetahuan sikap, dan praktik hygiene perorangan.

ASIFA atau *Aji Santoso International Football Academy* Kota Malang merupakan salah satu sekolah bola bertaraf internasional dan berorientasi untuk memperoleh prestasi tinggi untuk mencetak pemain sepakbola. Sekolah ini terletak di Lapangan Mojolangu, Kompleks Griyashanta Blok J Mojolangu, Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang dan didirikan oleh Aji Santoso pada tahun 2013. Terdapat asrama dan penyelenggaraan makanan untuk asupan sehari-hari calon atlet dengan frekuensi makan tiga kali yaitu pagi, siang, dan malam.

Penelitian Putri (2020) yang dilakukan di ASIFA, bahwa rata-rata pada tingkat sisa makanan yaitu jenis sayuran dengan 31,4% dari jumlah porsi penyajian. Putri menyebutkan bahwa siswa memilih makanan tertentu dikarenakan siswa merasa bosan dan hanya memilih makanan yang disukai. Sebagian besar makanan yang dipilih yaitu makanan pokok, lauk hewani, dan lauk nabati. Siswa berpendapat bahwa sayur dan buah tidak memiliki rasa dan kebiasaan tidak mengonsumsinya.

Berdasarkan hasil proses wawancara dan observasi langsung di ASIFA pada tahun 2023, bahwa sistem di ASIFA memiliki beberapa jenis hidangan

yaitu makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, buah, dan snack atau selingan. Makanan pokok yang diberikan contohnya nasi putih dan spaghetti bolognese. Lauk hewani yang diberikan contohnya daging sapi bulgogi, ikan gurame goreng, dan ayam taliwang. Lauk nabati yang diberikan contohnya oseng tahu, tempe goreng, dan tahu fantasy. Buah yang diberikan contohnya smoothies strawberry dan jus jeruk. Sayur yang diberikan contohnya sayur asem jawa, bening bayam, dan capjay. Snack atau selingan yang diberikan contohnya donat, lumpur kentang, bolu panggang, dan kue pukis.

Penyajian makanan yang digunakan di ASIFA yaitu sistem prasmanan, dimana pemorsian dan pengambilan makanan dilakukan oleh siswa. Siswa diperbolehkan bebas memilih dan mengambil makanan yang diinginkan sesuai selera. Namun, Ada beberapa jenis hidangan yang diporsikan seperti hidangan dengan bahan makanan daging sapi dan ayam dikarenakan penyesuaian kebutuhan per orang.

ASIFA memiliki ahli gizi yang selalu memantau proses penyelenggaraan makanan dan mengingatkan siswa untuk mengonsumsi makanan yang beragam, terutama sayur dan buah. Namun, beberapa siswa masih belum mengetahui dan menerapkan hal tersebut dipengaruhi karena selera dan kondisi siswa.

Penelitian Putri (2020), menyarankan dalam penelitiannya bahwa dapat dilakukan edukasi gizi terutama mengenai gizi seimbang pada siswa sekolah bola agar asupan zat gizi memenuhi standar angka kecukupan gizi, asupan gizi yang baik akan menciptakan prestasi yang unggul dan bermutu dalam mengonsumsi makanan yang beragam.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin mengetahui bagaimana Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Jenis Makanan Siswa di Sekolah Bola ASIFA (*Aji Santoso International Football Academy*) Kota Malang.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Jenis Makanan Siswa pada Penyelenggaraan Makanan di Sekolah Bola ASIFA (*Aji Santoso International Football Academy*) Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Jenis Makanan Siswa di Sekolah Bola ASIFA (*Aji Santoso International Football Academy*) Kota Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis karakteristik siswa sekolah bola ASIFA meliputi usia, jenis kelamin, dan lama bersekolah
- b. Menganalisis tingkat pengetahuan siswa sekolah bola ASIFA
- c. Menganalisis sikap pemilihan jenis makanan siswa sekolah bola ASIFA
- d. Menganalisis pengaruh edukasi gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan siswa sekolah bola ASIFA
- e. Menganalisis pengaruh edukasi gizi seimbang terhadap sikap pemilihan jenis makanan siswa sekolah bola ASIFA

D. Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat yang dapat diperoleh dan diharapkan dalam penelitian secara teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai gizi seimbang, khususnya bagi siswa.

2. Manfaat Praktis

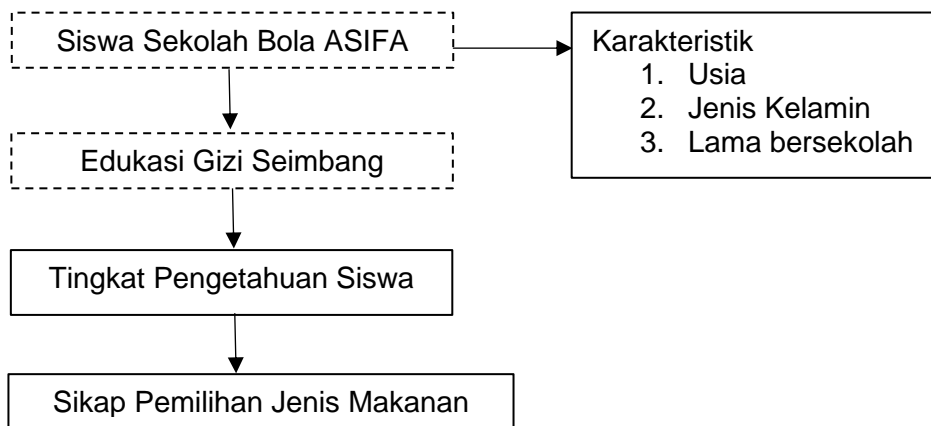
a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan saran dan masukan kepada institusi dalam meningkatkan pengetahuan, melakukan penyelenggaraan makanan, dan memperhatikan asupan makan calon atlet.

b. Bagi Peneliti

Mampu menambah pengetahuan dan wawasan mengenai gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pemilihan jenis makanan siswa di Sekolah Bola ASIFA (*Aji Santoso International Football Academy*) Kota Malang.

E. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan::

: Variabel yang diteliti

: Variabel yang tidak diteliti

Keterangan :

Berdasarkan gambar 1. bahwa menganalisis karakteristik siswa meliputi usia dan lama bersekolah di ASIFA. Kemudian diberikan edukasi gizi seimbang untuk menganalisis tingkat pengetahuan pengetahuan dan sikap pemilihan jenis makanan siswa.

F. Hipotesis Penelitian

1. H0 : Tidak Ada Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Jenis Makanan Siswa di Sekolah Bola ASIFA (*Aji Santoso International Football Academy*) Kota Malang.
2. H1 : Ada Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Jenis Makanan Siswa di Sekolah Bola ASIFA (*Aji Santoso International Football Academy*) Kota Malang.