

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting. Pada masa ini, terjadi perubahan fisik maupun emosional, seiring meningkatnya kemandirian dan semakin banyaknya pilihan pribadi. Remaja juga merupakan masa perkembangan sikap tergantung terhadap orang tua kearah kemandirian. Seiring meningkatnya kemandirian dan semakin banyaknya pilihan pribadi, pilihan makanan remaja berdampak pada asupan dan status gizi mereka [1][2].

Status gizi pada remaja dapat dipengaruhi oleh perilaku dalam mengkonsumsi makanan [3]. Hal ini seperti yang ditunjukkan pada penelitian Kesuma, dkk.(2019) bahwa variabel yang memiliki hubungan dengan status gizi remaja adalah pengetahuan remaja dan pola makan remaja [4]. Pola makan remaja yang tidak menentu merupakan risiko terjadinya masalah gizi [5].

Masalah gizi yang dapat terjadi pada remaja diantaranya gizi kurang (*under weight*), obesitas (*over weight*), dan anemia [6]. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2013 menunjukkan bahwa secara nasional terdapat 11,1% remaja 13-15 tahun yang berstatus gizi kurus dan sangat kurus, sedangkan yang berstatus sangat gemuk sebesar 2,5% [7]. Pada tahun 2018, di Indonesia presentase sangat kurus dan kurus anak sekolah dan remaja umur 13-15 tahun berdasarkan indeks IMT/U menjadi sebesar 8,7% [8]. Walaupun terjadi penurunan, namun masalah gizi pada remaja perlu diatasi [9].

Masalah gizi kurus pada remaja dapat terjadi karena adanya kekurangan asupan zat gizi atau pola makan dengan gizi yang tidak seimbang [10]. Penelitian Nagari dan Nindya (2017) menunjukkan bahwa asupan energi dan protein memiliki hubungan dengan status gizi. Anak yang memiliki status gizi kurus dan normal, memiliki tingkat asupan energi

dan protein kurang [11]. Hal ini menunjukkan bahwa asupan energi dan protein penting bagi pembentukan status gizi remaja.

Di Indonesia, tingkat kecukupan energi dan protein usia 13-18 tergolong cukup, namun paling rendah dibandingkan dengan kelompok umur lainnya. Hal ini didukung dengan data perbandingan asupan dan kecukupan, bahwa defisit energi terbesar terlihat pada kelompok umur remaja 13-18 tahun [12]. Secara nasional, sekitar separuh remaja mengalami defisit energi dan sepertiga remaja mengalami defisit protein dan mikronutrien [13]. Selain itu, menurut Doddy Izwardi, Direktur Gizi Masyarakat (2018), permasalahan kesehatan dan gizi yang sudah terjadi di remaja berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2013 yang paling tinggi, yaitu kekurangan protein pada usia 13-18 tahun [14].

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan perbaikan gizi penduduk usia remaja [4]. Di sekolah, pendidikan yang berkualitas dikombinasikan dengan intervensi gizi, seperti pemberian makanan di sekolah. Program pemberian makan sekolah ini dapat membantu anak-anak meningkatkan status kesehatan dan gizi mereka. World Bank's 2018, menyatakan bahwa makanan sekolah yang dirancang dengan baik dapat membantu mengarahkan anak-anak menuju pola makan yang lebih sehat [15]. Selain itu, Ishida (2015) melakukan survei mengenai pengaruh asupan makan sekolah pada asupan energi, zat gizi, dan kelompok makanan tertentu, hasilnya layanan makan di sekolah lebih unggul dibandingkan sekolah yang hanya menyarankan siswa membawa bekal dari rumah. Hal tersebut dikarenakan layanan makan sekolah mencerminkan pedoman kebijakan gizi yang sesuai dengan kebutuhan anak sekolah [9].

Penyelenggaraan makan institusi pada dasarnya harus menghasilkan makanan yang berkualitas. Salah satu syarat standar kualitas makanan, yaitu produk (makanan) harus dapat diterima atau sisa makanan rendah [16]. Semakin baik daya terima anak terhadap hidangan yang disajikan maka kebutuhan akan zat gizi akan terpenuhi, sehingga

status gizinya pun akan optimal [17]. Penelitian Lubis (2015) pada santri putri MTS Darul Muttaqien Bogor menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang nyata antara daya terima dengan tingkat kecukupan energi ( $p=0.000$ ;  $r=0.811$ ) dan protein ( $p=0.000$ ;  $r=0.720$ ). Hal ini menunjukkan bahwa semakin banyak makanan yang dihabiskan maka tingkat kecukupan energi dan zat gizi semakin baik dan sebaliknya [18].

Dalam penyelenggaraan makanan, untuk dapat menyediakan makanan dengan daya terima yang baik bagi konsumen maka pihak penyelenggara harus menerapkan prinsip pemenuhan selera dan kepuasan konsumen [16]. Akan tetapi, kepuasan konsumen menjadi permasalahan dalam penyelenggaraan makanan sekolah. Siswa sekolah dan perguruan tinggi merupakan kategori konsumen yang sering mengeluh tentang makanan yang disediakan kantin sekolah sehingga penyelenggaraan makanan di sekolah atau kampus harus mempertimbangkan kepuasan konsumen ini dengan menyediakan menu yang umumnya disukai oleh siswa [19]. Oleh karena itu, menentukan tingkat kesukaan konsumen sangat penting dalam mewujudkan kepuasan konsumen terhadap produk yang dikonsumsinya [20].

Tingkat kesukaan terhadap makanan akan mempengaruhi pilihan terhadap makanan, sehingga daya terima makanan dapat dipengaruhi oleh tingkat kesukaan terhadap makanan [18]. Penelitian Nurhidayati (2015), menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara daya terima dan tingkat kesukaan dari seluruh menu ( $p = 0.001$ ,  $r = 0.486$ ). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesukaan anak terhadap menu, maka daya terimanya akan semakin besar [21].

Selain menyediakan menu yang umumnya disukai oleh siswa, variasi makanan juga harus diperhatikan pada saat menyusun menu untuk penyelenggaraan makanan sekolah karena salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya daya terima adalah variasi menu [19][17]. Makanan dan menu yang bervariasi mencerminkan preferensi (kesukaan) konsumen [22]. Variasi menu akan merangsang selera makan, makanan

bervariasi akan menambah gairah untuk makan, akibatnya makanan yang disajikan akan dapat dihabiskan [23]. Namun, hasil penelitian Nazahah (2018) pada siswa kelas 4, 5, 6 di SDIT Flowing Qur'an Jakarta Timur menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara variasi menu dengan daya terima makanan [24]. Perlu dilakukan penelitian mengenai variasi menu dan daya terima pada siswa dengan kelompok usia remaja untuk mendukung penelitian-penelitian sebelumnya.

Remaja yang belajar di sekolah *full day* lebih banyak beraktivitas di sekolah, maka asupannya di sekolah menjadi salah satu hal yang harus diperhatikan untuk mendukung kesehatan dan prestasi belajarnya [26]. Dengan adanya program makan siang bersama dapat membiasakan anak memiliki pola makan teratur, memenuhi kebutuhan biologis pencernaan dengan mengonsumsi makanan bergizi, tidak hanya asal kenyang dengan jajanan [25]. Salah satu *full day school* yang mengadakan program makan siang untuk siswanya, yaitu SMP Mutiara Bunda Bandung. Untuk menunjang pembelajaran yang efektif, sekolah mengadakan penyelenggaraan makan bagi siswanya karena waktu belajar di sekolah yang melewati jam makan siang. Penyelenggaraan makanan di sekolah ini berasal dari *Catering De Terrace*, yang lokasinya tidak jauh dari sekolah dan sudah melibatkan ahli gizi dalam prosesnya.

Dalam penyusunan menunya, *catering De Terrace* memakai siklus menu 20 hari. Namun, masih terdapat siswa yang menilai bosan dengan menunya. Hal ini didukung oleh hasil evaluasi pada bulan April 2019 yang menunjukkan bahwa 10% konsumen tidak puas dengan variasi makanannya. Dengan pelayanan *buffet service*, siswa dapat mengambil porsi nasi dan sayur sesuai selera yang belum tentu sesuai dengan kecukupannya. Bahkan, terkadang terdapat siswa yang tidak mengonsumsi golongan makanan tertentu, seperti lauk nabati atau sayuran sehingga sisa makanan sayuran pada konsumen siswa SMP ini paling tinggi dibandingkan dengan siswa SD dan SMA Mutiara Bunda Bandung.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Luthfiyya (2018) di SMP dan SMA Mutiara Bunda menunjukkan bahwa tingkat asupan energi makan siang siswa paling banyak berada pada kategori kurang (50%), dan masih terdapat siswa dengan asupan energi makan siang sangat kurang yaitu 16,7%. Namun, tingkat asupan protein makan siang paling banyak berada pada kategori normal yaitu 66,6% [26].

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara tingkat kesukaan makanan, variasi menu, daya terima, yang mempengaruhi tingkat kecukupan energi dan protein makan siang siswa SMP Mutiara Bunda.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan antara tingkat kesukaan makanan, variasi menu, daya terima, dengan tingkat kecukupan energi dan protein makan siang siswa SMP Mutiara Bunda?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara tingkat kesukaan makanan, variasi menu, dan daya terima makanan, dengan tingkat kecukupan energi dan protein makan siang siswa SMP Mutiara Bunda.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Memperoleh data karakteristik sampel (umur dan jenis kelamin) siswa SMP Mutiara Bunda.
2. Mengetahui tingkat kesukaan makanan pada siswa SMP Mutiara Bunda.
3. Mengetahui variasi menu pada penyelenggaraan makan siang SMP Mutiara Bunda.
4. Mengetahui daya terima makanan anak remaja di SMP Mutiara Bunda.

5. Mengetahui tingkat kecukupan energi makan siang siswa SMP Mutiara Bunda.
6. Mengetahui tingkat kecukupan protein makan siang siswa SMP Mutiara Bunda.
7. Menganalisa hubungan tingkat kesukaan makanan dengan daya terima siswa SMP Mutiara Bunda.
8. Menganalisa hubungan variasi menu dengan daya terima siswa SMP Mutiara Bunda.
9. Menganalisa hubungan daya terima dengan tingkat kecukupan energi makan siang siswa SMP Mutiara Bunda.
10. Menganalisa hubungan daya terima dengan tingkat kecukupan protein makan siang siswa SMP Mutiara Bunda.

#### **1.4 Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini meliputi tingkat kesukaan makanan, variasi menu, daya terima, dengan tingkat kecukupan energi dan protein makan siang siswa di SMP Mutiara Bunda.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti dalam hal penyelenggaraan makanan institusi dan bermanfaat sebagai bekal apabila peneliti bekerja pada pelayanan makanan di institusi.

##### **1.5.2 Bagi Catering di Mutiara Bunda**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai masukan bagi penyempurnaan penyelenggaraan makanan dimasa yang akan datang.

##### **1.5.3 Bagi Poltekkes Kemenkes Bandung Jurusan Gizi**

Diharapkan hasil penelitian dapat bermanfaat bagi institusi sebagai referensi di bidang gizi institusi.

#### **1.5.4 Bagi Siswa SMP Mutiara Bunda**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan subjek dalam mengkonsumsi makan siang sesuai kecukupan gizi.