

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu fase kehidupan yang berada diantara fase anak dan dewasa yang diawali dari usia 9 tahun hingga usia 18 tahun. Pada fase remaja ini terjadi proses pertumbuhan fisik dan pematangan fungsi-fungsi tubuh yang cepat sehingga asupan gizi pada remaja perlu diperhatikan agar remaja dapat tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai usianya. Remaja putri merupakan kelompok manusia yang mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar sehingga dapat memengaruhi gaya hidup termasuk kebiasaan dalam mengonsumsi makanan (Sutyawan dan Setiawan, 2013). Pengaruh yang sering dialami remaja terkait kebiasaan makan seperti makan kudapan, jarang mengonsumsi buah-buahan dan sayuran, sering mengonsumsi makanan cepat saji, melewatkan jam makan terutama sarapan, melakukan diet ketat, serta makan yang tidak teratur. Kebiasaan makan seperti ini membuat remaja kurang dalam mengonsumsi makanan yang seimbang dan bergizi sehingga mengakibatkan terjadi ketidakseimbangan status gizi remaja (Kartika dan Tinambunan, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi status gizi kurus dan sangat kurus pada remaja usia 13-15 tahun terdapat 8,7% dan pada usia 16-18 tahun sebanyak 8,1%. Sedangkan prevalensi remaja dengan berat badan lebih dan obesitas pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 16,0% dan pada usia 16-18 tahun sebesar 13,5% (Kemenkes, 2018). Setiap remaja dapat mengalami masalah gizi tanpa terkecuali pada remaja yang menuntut ilmu di Pondok Pesantren atau yang biasa disebut dengan santri.

Jumlah pondok pesantren di Indonesia tahun 2022 sebanyak 26.975 pondok dan provinsi Jawa Barat memiliki pondok pesantren terbanyak yaitu 8.343 lembaga. Kabupaten Garut merupakan salah satu daerah di Jawa Barat dengan populasi pesantren tertinggi ketiga setelah Bogor dan Tasikmalaya dengan jumlah pesantren hingga 1.030 lembaga (Kementerian Agama, 2022).

Pondok pesantren seharusnya perlu melakukan pemantauan status gizi santri secara berkala pihak pondok memiliki tanggung jawab secara penuh atas kesehatan dan pertumbuhan santrinya karena kondisi santri yang tinggal jauh dari keluarga. Terdapat beberapa faktor yang dapat memungkinkan seorang remaja memiliki status gizi kurang salah satunya adalah asupan atau pola konsumsi yang kurang. Selain menimbulkan status gizi kurang, pola konsumsi yang kurang pada remaja bisa menyebabkan status gizi lebih bahkan obesitas (Amalia, 2020).

Asupan gizi pada kelompok remaja putri ini perlu diperhatikan lebih lagi khususnya bagi mereka yang bersekolah di pondok atau asrama. Menurut Luo *et al.* (2009), asupan zat gizi pada siswa yang tinggal di pondok lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang tidak tinggal di pondok. Oleh sebab itu, penting untuk dilakukan pengkajian mengenai sistem penyelenggaraan makanan yang menyediakan makanan bagi santri dengan tujuan untuk memperbaiki dan menjaga status gizi santriwati, meningkatkan kehadiran di sekolah (tidak sering sakit), dan memperbaiki prestasi akademik (Purwaningtiyas, 2013).

Berdasarkan penelitian Adhani (2022), daya terima makanan di Pondok Pesantren Persatuan Islam 67 Tasikmalaya pada tahun 2022 menunjukkan hasil yang kurang baik dari segi warna, rasa dan aroma makanan yang disajikan. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Amalia (2016), sistem penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Daarul Rahman Jakarta dikelola sendiri oleh pihak pondok dan bersifat non komersial. Pada penelitian tersebut menyatakan bahwa tidak adanya standar porsi, standar resep, standar bumbu dan variasi menu serta teknik pengolahan pangan yang tidak beragam menyebabkan asupan zat gizi santri tidak seimbang sehingga menyebabkan status gizi santri tidak normal. Selain pengkajian mengenai penyelenggaraan makanan, higiene tenaga penjamah dan sanitasi lingkungan pengolahan makanan juga merupakan hal penting pada penyelenggaraan makanan di Pondok.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan ketua asrama putri Pondok Pesantren Persatuan Islam Tarogong Garut diperoleh bahwa kegiatan penimbangan berat badan di pondok jarang dilakukan bahkan tidak pernah dilakukan. Sehingga status gizi santri putri tidak terpantau dengan baik. Selain hal tersebut, pemantauan terhadap asupan makan santri juga belum terpantau dengan baik. Sebagian besar santri yang tinggal di pondok masih makan makanan selain yang disediakan di pondok. Terdapat beberapa sebab, salah satunya adalah kurangnya ketertarikan dan daya terima santri pada menu makan. Alasan tersebut diakui oleh ketua asrama putri, dimana ada beberapa menu makanan yang daya terimanya kurang sehingga makanan menjadi bersisa dan santri memilih untuk tidak makan atau makan di luar.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran sistem penyelenggaraan makanan dan status gizi santri putri di Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan di atas, adanya daya terima makanan yang kurang terhadap beberapa menu makan serta tidak adanya pemantauan status gizi rutin pada santri putri di Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut. Pertanyaan yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran sistem penyelenggaraan makanan dan status gizi santri putri di Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut tahun 2023?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengidentifikasi bagaimana gambaran sistem penyelenggaraan makanan dan status gizi santri putri di Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut tahun 2023.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini antara lain sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi gambaran umum Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut tahun 2023.

- b. Mengidentifikasi gambaran sistem penyelenggaraan makanan (input, proses, dan *output*) di Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut tahun 2023.
- c. Mengidentifikasi praktik higiene dan sanitasi penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut tahun 2023.
- d. Mengidentifikasi karakteristik santri putri Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut tahun 2023 (umur, kelas dan asal daerah).
- e. Mengidentifikasi status gizi santri putri Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut berdasarkan IMT/U.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian tentang gambaran sistem penyelenggaraan makanan dan status gizi santri putri di Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut pada tahun 2023 ini bermanfaat bagi pihak-pihak terkait, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi pembaca untuk mengetahui gambaran sistem penyelenggaraan makanan dan status gizi santri putri di Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi santri

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan dijadikan sebagai sebuah gambaran untuk memperhatikan konsumsi pangan dengan melihat daya terima makanan sehingga dapat tercapainya status gizi yang baik pada santri putri Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut.

b. Bagi peneliti

- 1) Sebagai prasyarat untuk memenuhi tugas akhir Program Studi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
- 2) Sebagai bahan kajian atau awal untuk melakukan penelitian lebih lanjut terhadap sistem penyelenggaraan makanan dan status gizi

pada santri putri Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut.

- c. Bagi Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut
 - 1) Sebagai gambaran bagi institusi mengenai sistem penyelenggaraan makanan dan status gizi pada santri putri Pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Tarogong Garut.
 - 2) Sebagai sebuah wacana untuk meningkatkan kegiatan penyelenggaraan makanan di pondok yang lebih baik dari segi variasi menu dan daya terima makanan agar tercapainya asupan sesuai kebutuhan santri putri dengan pedoman gizi seimbang sehingga dapat mencegah masalah gizi kurang atau lebih.