

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Saat ini Indonesia mengalami masalah gizi berupa kekurangan ataupun kelebihan gizi, salah satu kelompok yang mengalami masalah gizi yaitu remaja, berdasarkan data survei kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, status gizi remaja menurut IMT/U usia 16-18 tahun di Indonesia adalah status gizi sangat kurus yaitu 1,7% status gizi kurus 6,6% status gizi lebih yaitu 8,8% dan status gizi obesitas yaitu 3,3%. Adapun status gizi di Jawa Barat yaitu status gizi sangat kurus yaitu 1,9% status gizi kurus 6,3% status gizi lebih yaitu 8,9% dan status gizi obesitas yaitu 4,2% (Kemenkes RI, 2023).

Dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 remaja adalah usia 10-18 tahun (Permenkes, 2014). Pada masa remaja, berbagai masalah dapat muncul dan berdampak negatif terhadap kesehatan serta status gizi. Kekurangan gizi pada remaja biasanya dipengaruhi oleh pola makan yang tidak teratur dan dapat berdampak pada penurunan daya tahan tubuh terhadap penyakit. Sedangkan faktor terkait dengan kelebihan berat badan pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti rendahnya aktivitas fisik, dan perilaku diet yang tidak sehat (Rahayu, 2020).

Masalah gizi pada remaja dapat terjadi pada berbagai lembaga pendidikan, termasuk pesantren. Menurut laporan Kementerian Agama yang bersumber dari data Jawa Barat tahun 2024/2025, tercatat sebanyak 42.433 pondok pesantren aktif di Indonesia dengan jumlah santri mencapai 1.378.687 orang. Provinsi Jawa Barat menjadi provinsi dengan jumlah pesantren terbanyak, yaitu 13.005 pondok pesantren dengan total 248.689 santri (Saha, 2025) Sementara itu, menurut laporan Sekretariat Daerah Provinsi Jawa Barat tahun 2021, terdapat 440 pondok pesantren di Kabupaten Ciamis dengan jumlah santri sebanyak 38.514 orang, yang merupakan bagian dari keseluruhan pesantren yang ada di Indonesia (Sekretariat Daerah, 2021). Pada lingkup anak remaja khususnya pesantren dapat ditemukan masalah-masalah spesifik yang berkaitan dengan status gizinya. Remaja putri yang belajar di pondok pesantren mungkin mengalami masalah gizi. Hal ini karena

banyak dari mereka yang kekurangan gizi karena jadwal kegiatan yang padat dan pola makan yang tidak sehat (Naufalina *et al.*, 2023).

Pada usia remaja, masalah gizi biasanya berhubungan dengan gaya hidup dan kebiasaan makan. Masalah tersebut berkaitan erat dengan kebutuhan energi remaja. Beberapa masalah gizi yang sering ditemui pada remaja ialah kegemukan, kurang energi kronis (KEK) (Oktafiani *et al.*, 2019). Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya KEK pada remaja putri di pondok pesantren adalah rendahnya pemahaman tentang bahaya KEK akibat terbatasnya akses informasi. Kurangnya pengetahuan ini memengaruhi perilaku dan gaya hidup, termasuk kebiasaan makan dan aktivitas fisik. Di pesantren, pola makan cenderung tidak beragam dan tidak sesuai kebutuhan, padatnya aktivitas juga membuat jadwal makan sering terlewat, sehingga meningkatkan risiko terjadinya KEK (Apriana, 2025)

Penyelenggaraan makanan di pondok pesantren berperan penting sebagai sumber utama pemenuhan kebutuhan gizi santri. Jika pengelola pesantren mampu menerapkan prinsip-prinsip dasar penyelenggaraan makanan dengan memperhatikan mutu, nilai gizi, cita rasa, serta aspek kebersihan dan sanitasi, maka kebutuhan gizi santri dapat terpenuhi secara optimal melalui penyediaan makanan yang sehat dan seimbang. Selain itu, manajemen penyelenggaraan makanan memiliki fungsi strategis dalam memastikan tersedianya hidangan yang berkualitas, bervariasi, bergizi, serta dapat memberikan kepuasan bagi para konsumennya (Wulandari *et al.*, 2024a).

Penelitian yang dilakukan Atmadja *et al.*, (2024) di Pondok Pesantren Muara Bantarkalong, Tasikmalaya masih terdapat santri dengan gizi kurang, hal ini diduga dipengaruhi oleh rendahnya pemahaman gizi sehingga santri lebih memilih jajanan luar yang kurang sehat. Penyelenggaraan makanan juga belum optimal karena penjamah makanan kurang mendapat pelatihan.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan, diketahui bahwa Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis menampung 123 santri putri yang seluruhnya mendapatkan layanan penyelenggaraan makanan dari pihak pesantren. Pelaksanaan penyelenggaraan makanan dilakukan dua kali sehari, yaitu pada waktu pagi dan sore. Daftar menu yang dimiliki pesantren, terlihat bahwa variasi makanan yang

disajikan belum sepenuhnya mencerminkan prinsip gizi seimbang. Selain itu, pengakuan dari salah satu santri juga menyampaikan bahwa higiene penjamah makanan masih kurang terjaga, yang dapat berdampak pada kualitas dan keamanan makanan yang dikonsumsi santri.

Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro dan status gizi santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis dikarenakan belum ada penelitian yang dilakukan di pesantren tersebut.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka terdapat pertanyaan yang akan dijawab dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro dan status gizi santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro dan status gizi santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- a. Mengetahui gambaran umum Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.
- b. Mengetahui Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan yaitu (*input, proses, dan output*) di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.
- c. Mengetahui gambaran higiene dan sanitasi sistem penyelenggaraan makanan di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.
- d. Mengetahui gambaran karakteristik santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.
- e. Mengetahui gambaran asupan makan zat gizi makro santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.
- f. Mengetahui gambaran status gizi santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis berdasarkan IMT/U.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian tentang gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro dan status gizi santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis ini bermanfaat bagi pihak-pihak terkait, antara lain:

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada pembaca untuk memahami gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro, dan status gizi santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Santri**

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi dan dijadikan sebuah gambaran untuk memperhatikan konsumsi pangan sehingga meminimalisir santri putri yang kekurangan asupan zat gizi makro di Pesantren Pesatuan Islam 109 Kujang.

#### **b. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro, dan status gizi santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis.

#### **c. Bagi Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran bagi institusi mengenai sistem penyelenggaraan makanan, higiene sanitasi, serta status gizi santri putri di Pesantren Persatuan Islam 109 Kujang, Ciamis. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan acuan dalam upaya peningkatan kualitas penyelenggaraan makanan di pesantren agar lebih baik, dengan memperhatikan aspek daya terima makanan sehingga dapat mendukung tercapainya status gizi santri yang optimal.