

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, dimana seseorang mengalami perkembangan pada berbagai aspek untuk mempersiapkan diri memasuki masa kedewasaan. Pada masa ini, kebutuhan gizi meningkat sehingga pemenuhannya harus diperhatikan untuk menunjang proses pertumbuhan dan perkembangan (Pritasari *et al.*, 2017). Remaja putri termasuk kelompok yang berisiko tinggi mengalami masalah gizi. Hal ini terjadi karena mereka cenderung lebih memperhatikan penampilan fisik yang menarik, namun sering kali menggunakan cara yang tidak tepat seperti menjalani diet ketat serta asupan makanan yang tidak sehat, sehingga menjadi penyebab masalah gizi pada remaja (Yunita *et al.*, 2020).

Masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri adalah gizi kurang (*underweight*), gizi lebih (*overweight*) dan anemia (Margiyanti, 2021). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada 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 8,8% dan status gizi obesitas yaitu 3,3%. Adapun status gizi remaja di Jawa Barat yaitu status gizi sangat kurus sebesar 1,9% status gizi kurus 6,3% status gizi lebih yaitu 8,9% dan status gizi obesitas yaitu 4,2% (Kemenkes, 2023). Di Kabupaten Ciamis, status gizi remaja berdasarkan IMT/U menunjukkan prevalensi status gizi kurus 6,7%, status gizi gemuk 3,8% dan obesitas 4,8% (Kemenkes RI, 2018).

Masalah gizi dan kesehatan pada usia remaja dapat dialami oleh siapa pun, termasuk oleh remaja yang tinggal di lingkungan pondok pesantren (Alyani, 2024). Masalah gizi yang dapat terjadi pada santri remaja putri di pondok pesantren yaitu anemia, *underweight*, *overweight* dan obesitas (Dieny *et al.*, 2025). Pondok pesantren adalah lembaga pendidikan non formal yang berfokus pada pengembangan ilmu dan pendidikan agama Islam serta penerapannya dalam kehidupan sehari-hari dengan menekankan

nilai-nilai moral dalam berperilaku di tengah kehidupan masyarakat (Karimah, 2018).

Berdasarkan Laporan Kementerian Agama menunjukkan bahwa terdapat 42.433 pondok pesantren yang aktif di Indonesia per bulan September tahun 2025. Provinsi Jawa Barat dengan jumlah pesantren terbanyak yaitu 13.005 pesantren (Kementerian Agama, 2025). Berdasarkan Laporan Sekretariat Daerah Jawa Barat tahun 2021 jumlah pondok pesantren yang ada di Ciamis berjumlah 440 pesantren dengan santri sebanyak 38.514 dari total pesantren yang ada di Indonesia (Sekretariat Daerah Jawa Barat, 2021). Pondok pesantren merupakan salah satu instansi yang melaksanakan penyelenggaraan makanan. Dengan demikian, makanan yang disediakan di pondok pesantren sangat berperan dalam memenuhi asupan gizi para santri (Rokhmah *et al.*, 2016).

Permasalahan gizi di lingkungan pondok pesantren banyak dialami oleh santri putri seperti anemia, *underweight*, *overweight* dan obesitas. Masalah gizi tersebut dapat disebabkan karena pola makan yang kurang baik, rendahnya pengetahuan gizi, serta keterbatasan kualitas makanan yang tersedia di pondok pesantren (Dieny *et al.*, 2025). Selain itu, jadwal kegiatan di pesantren yang terlalu padat serta asupan makan yang kurang juga bisa menjadi penyebab masalah gizi (Naufalina *et al.*, 2023). Karena para santri tinggal menetap dan selalu makan di lingkungan pesantren selama masa belajar, pihak pesantren perlu memastikan pelayanan makanan yang baik. Upaya ini penting agar kebutuhan gizi santri terpenuhi dan kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan optimal (Junita *et al.*, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Noviani (2024) di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut menunjukkan hasil bahwa asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat santri putri berada pada kategori kurang (Noviani, 2024). Pada penelitian yang dilakukan oleh Humaira *et al.*, (2022) di Pondok Pesantren Al-Fatah Singkawang menyatakan bahwa penyelenggaraan makanan di pondok pesantren tersebut tidak menetapkan standar makanan dan standar porsi, serta menu yang disajikan tidak bervariasi (Humaira *et al.*, 2022). Hasil Penelitian Alifah

(2024) yang dilakukan di Pondok Pesantren Darussalam Ciamis menunjukkan bahwa nilai yang diperoleh dalam penilaian higiene dan sanitasi penyelenggaraan makanan adalah sebesar 74, sehingga belum memenuhi syarat laik higiene sanitasi yang telah ditetapkan sesuai Permenkes No. 1096 Tahun 2011 (Alifah, 2024).

Hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada hari Minggu, 02 November 2025 di pondok pesantren Al-Hasan Ciamis terdapat indikasi masalah dalam penyelenggaraan makanan untuk santrinya. Berdasarkan hasil wawancara dengan 5 orang santri putri didapatkan bahwa menu yang disajikan kurang bervariasi. Selain itu, berdasarkan keterangan dari salah seorang santri putri menyatakan bahwa di pondok pesantren Al-Hasan Ciamis ini jarang dilakukan pemantauan dan pengukuran status gizi santri. Di pesantren ini tersedia praktik dokter mandiri yang memberikan layanan kesehatan bagi para santri, namun belum melaksanakan kegiatan pemantauan status gizi santri.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji sistem penyelenggaraan makanan dan status gizi santri di pondok pesantren dengan judul penelitian "Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan, Asupan Zat Gizi Makro, dan Status Gizi Santri Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin memastikan dan melihat gambaran penerapan sistem penyelenggaraan makanan termasuk melihat asupan dan status gizi santri putri, maka terdapat pertanyaan yang akan dijawab pada penelitian ini yaitu "Bagaimana Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan, Asupan Zat Gizi Makro, dan Status Gizi Santri Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro, dan status gizi santri remaja putri Pondok Pesantren Al-Hasan di Kabupaten Ciamis.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui gambaran umum pondok pesantren Al-Hasan Ciamis.
- b) Mengetahui gambaran sistem penyelenggaraan makanan (*Input, Process, Output*) dan higiene sanitasi di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis.
- c) Mengetahui gambaran karakteristik santri remaja putri di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis (nama, umur, kelas, asal daerah).
- d) Mengetahui gambaran asupan zat gizi makro santri remaja putri di pondok pesantren Al-Hasan Ciamis.
- e) Mengetahui gambaran status gizi santri remaja putri di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis berdasarkan IMT/U.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian tentang gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro, dan status gizi santri putri di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis ini bermanfaat bagi pihak-pihak terkait, antara lain:

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai gambaran status gizi yang baik. Selain itu, dapat dijadikan sebagai gambaran untuk memperhatikan status gizi yang baik pada santri remaja putri di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai prasyarat untuk memenuhi Tugas Akhir Program Studi Diploma Tiga Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan, Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Santri Remaja Putri di pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis.

3. Bagi Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai gambaran bagi institusi mengenai sistem penyelenggaraan makanan, higiene sanitasi, status gizi dan asupan zat gizi makro pada santri remaja putri di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis. Selain itu, dapat dijadikan sebagai bahan untuk meningkatkan kegiatan penyelenggaraan makanan di pondok agar lebih baik dan memperhatikan menu, supaya daya terima makanan baik sehingga tercapainya status gizi baik.

4. Bagi Poltekkes Tasikmalaya Prodi Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai tambahan referensi bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Prodi Gizi dari hasil penelitian mengenai gambaran sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro dan status gizi santri putri di Pondok Pesantren Al-Hasan Ciamis.