

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan selain untuk memuaskan rasa lapar dan dahaga juga berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mental. Untuk masyarakat yang berpendidikan dan cukup pengetahuan tentang nilai gizi, pertimbangan dan kebutuhan fisiologik lebih menonjol dibandingkan dengan kebutuhan kepuasan psikis. Tetapi umumnya akan terjadi kompromi antara kebutuhan psikis dan kebutuhan fisiologis tubuh. Maka makanan akan mempunyai sifat lezat disamping mempunyai nilai gizi yang tinggi (Jauhari, 2013). Hal ini diperkuat oleh Santoso, (2004) gizi merupakan bahan dasar penyusunan bahan makanan yang mempunyai fungsi sumber energi atau tenaga, menyokong pertumbuhan badan, memelihara dan mengganti jaringan tubuh, mengatur metabolisme dan berperan dalam mekanisme pertahanan tubuh. Semua yang berhubungan dengan penyediaan makanan seperti waktu yang digunakan di dapur dan uang yang digunakan untuk membeli makanan lebih dahulu melalui suatu perencanaan.

Daftar makanan (menu) lebih baik direncanakan lebih dahulu sebelum membelanjakan bahan-bahan makanannya dengan tujuan untuk menghindarkan masyarakat dari ketergantungan kepada hanya satu jenis bahan pangan, dapat memvariasikan bahan makanan sehingga dapat dipertahankan menu makanan yang sehat dan mengandung gizi seimbang

(<http://www.menumakananbergiziseimbang.blogspot.com>). Hal ini sesuai dengan pendapat (Sinaga, 2006) mengemukakan bahwa satu jenis bahan makanan tidak dapat memenuhi keperluan tubuh untuk berbagai zat makanan, kerana masing-masing bahan makanan mengandung zat-zat makanan yang berlainan baik macam maupun banyaknya.

Dari uraian diatas, diperlukan pengetahuan gizi yang baik dari para pengelola makanan dalam menyediakan makanan bergizi sesuai dengan kebutuhan para penghuni yayasan yang dilayani. Susunan menu hendaknya disesuaikan dengan selera makan sehingga tidak akan menimbulkan kebosanan. Timbulnya kebosanan anak mengkonsumsi makanan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor makanan (warna, bau, bentuk dan rasa dari menu makanan yang disajikan), suasana makan serta cara memperkenalkan makanan atau memberi makan pada anak (Sinaga, 2006).

Menurut Dr. agr. Wahyudi David (2013) makan adalah proses mencerna makanan untuk mendapatkan gizi dari zat yang dimakan. Ada dua alasan terciptanya pola makan secara alamiah. Pertama, alasan kesehatan, manusia akan otomatis memilih makanan yang sehat dan menghindari makanan yang meracuni tubuhnya. Dengan porsi yang tepat dapat memenuhi asupan gizi mereka. Kedua adalah karena “pengalaman menikmati makanan”, sensasi yang ditimbulkan saat makan memberikan kepuasan sendiri terhadap pelakunya. Alasan inilah yang membuat seseorang untuk makan melebihi porsinya. Bukan sekedar pemenuhan kebutuhan gizi namun lebih kepada pemenuhan kepuasan “psikologis”. Salah satu studi yang dilakukan oleh

Eldredge dan Agrs (1996) menunjukkan bahwa, orang gemuk cenderung akan makan lebih banyak apabila mereka dalam keadaan stress.

Berdasarkan hasil observasi awal dengan pihak yayasan Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit, diperoleh informasi bahwa anak yang tinggal dipanti asuhan berjumlah 94 orang dengan latar belakang yang berbeda (anak yatim, anak piatu dan fakir miskin). Setiap anak diasuh, dididik dan dibesarkan serta dipenuhi segala kebutuhannya seperti kebutuhan akan makanan, pendidikan agama dan pendidikan formal (sekolah) dengan memanfaatkan seoptimal mungkin bantuan dana dari para donatur. Di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit menu makanan merupakan menu makanan bersama, hanya saja porsi yang berbeda. Untuk sarapan pagi, menu makanan yang disajikan merupakan menu yang praktis dan seadanya seperti, mie instan, nasi goreng, bubur kacang hijau dengan susu. Untuk menu makan siang dan malam biasanya berbeda sedangkan untuk menu makanan selingan diberikan pada saat-saat tertentu disesuaikan dengan keadaan keuangan. Anak panti asuhan diberi minum susu setiap pagi.

Setiap anak mempunyai kesukaan tersendiri terhadap makanan, ada anak yang menyukai rasa manis, ada anak yang tidak menyukai rasa manis, serta ada anak yang menyukai daging dan ada sebagian lagi yang tidak menyukai sayuran. Adanya kesenjangan antara pemberian menu makanan dengan selera makan anak panti asuhan di atas, mendorong semangat peneliti untuk mengadakan penelitian dengan mengambil satu judul yaitu **“Analisis**

Menu Makanan dan Tingkat Kesukaan Anak di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, dapat dilihat beberapa permasalahan antara lain :

1. Bagaimana susunan menu makanan di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit?
2. Bagaimana tingkat kesukaan makan anak di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit?
3. Bagaimana ketersediaan makanan selingan di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit?
4. Bagaimana jam makan (waktu) yang sudah ditentukan di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit?
5. Bagaimana kesesuaian porsi makan yang diberikan di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit?
6. Bagaimana suasana ketika jam makan di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit?
7. Bagaimana status gizi anak di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit?

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini berjalan sesuai arahnya dan tidak menyimpang dari tujuan penelitian, maka penulis membuat batasan masalah, yaitu:

1. Menu makanan pokok sehari-hari meliputi makan pagi, makan siang, makan malam, serta makanan selingan.
2. Tingkat kesukaan terhadap menu makanan pokok.
3. Remaja yang diteliti adalah remaja pria dan wanita berusia 12-19 tahun.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan :

1. Bagaimana menu makanan di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit ?
2. Bagaimana tingkat kesukaan makan anak remaja di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui menu makanan di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit.
2. Mengetahui tingkat kesukaan anak terhadap menu makan di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Bahan masukan dan sekaligus pemikiran bagi pihak Yayasan dalam upaya penyediaan menu makanan yang dapat meningkatkan selera makan anak di Panti Asuhan Gelora Kasih Sibolangit.
2. Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa dalam meneliti masalah yang sama pada lokasi yang berbeda.
3. Untuk menambah pengetahuan dan meningkatkan wawasan berfikir peneliti khususnya dalam bidang penelitian.