

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan adalah segala yang kita makan atau masukkan ke dalam tubuh yang membentuk atau mengganti jaringan tubuh, memberi tenaga atau mengatur semua proses di dalam tubuh. Tetapi umumnya akan terjadi hubungan antara kebutuhan psikis dan kebutuhan fisiologis tubuh. Makanan akan mempunyai sifat lezat disamping mempunyai nilai gizi yang tinggi (Jauhari, 2013). Untuk masyarakat yang berpendidikan dan cukup pengetahuan tentang nilai gizi, pertimbangan dan kebutuhan fisiologik lebih menonjol dibandingkan dengan kebutuhan kepuasan psikis. 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 (Maryati, 2009). Hal ini sesuai dengan

pendapat (Sinaga, 2006) mengemukakan bahwa satu jenis bahan makanan tidak dapat memenuhi keperluan tubuh untuk berbagai zat makanan, karena masing-masing bahan makanan mengandung zat-zat makanan yang berbeda.

Pemenuhan gizi tanpa disertai dengan pengetahuan gizi yang baik dari para pengelola makanan dalam menyediakan makanan cenderung akan menyediakan makanan secara sembarangan dan mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi tidak seimbang (Buku kader pangan 2010). Oleh karena itu, pengetahuan akan pentingnya konsumsi pangan beragam, bergizi, seimbang dan aman (B2SA) perlu diberikan sampai ke tingkat terkecil dalam masyarakat, yaitu keluarga.

Berdasarkan pengalaman selama 3 bulan berada di tanah karo sebagai mahasiswa PPL yang ditugaskan untuk melakukan pelayanan masyarakat di posko pengungsian. Makanan yang dikonsumsi di posko pengungsian berbeda dengan syarat yang ditentukan dalam pangan beragam, bergizi, seimbang dan aman (B2SA) karena makanan yang dikonsumsi berulang saat sarapan pagi seperti mie instan, nasi, telur setiap harinya jarang divariasikan dengan makanan yang lain (BNPB 2014). Akibat dari sarapan pagi yang berulang setiap hari menyebabkan selera makan pengungsi berkurang, pikiran dan keadaan yang ramai, stres, bosan, pasokan makanan/bantuan yang datang tidak menentu, jumlah makanan yang terbatas, makanan kurang sehat dan kurang bervariasi. Berdasarkan hasil observasi awal dengan pihak pegawai dan ibu juru masak posko pengungsian, diperoleh informasi bahwa jumlah keseluruhan anak remaja yang tinggal di tempat pengungsian adalah berjumlah 166 orang yang berasal dari empat desa antara lain yang terdiri dari 8 kelas, yaitu kelas VIII ada 4 kelas, kelas IX ada

4 kelas, dengan latar belakang yang berbeda-beda diantaranya anak PNS, wirausaha, petani (Staf Tata Usaha SMP N 1 Simpang Empat Tigaserangkai 2014). Setiap anak difasilitasi segala kebutuhan pokok seperti kebutuhan akan makanan, pendidikan agama dan pendidikan formal (sekolah) dengan memanfaatkan seoptimal mungkin bantuan dana dari para donatur, dari pemerintah dan dinas sosial dan bantuan dari masyarakat sekitar daerah posko pengungsian. Bantuan yang datang adalah beras bulog, sayuran, ikan kalengan, mie instan, peralatan mandi, berbagai jenis bahan makanan, dan lain-lain. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan dengan juru masak di posko pengungsian, mereka memasak sesuai dengan persediaan bantuan yang ada di gudang dengan secukupnya agar cukup digunakan dihari yang akan datang. Menu makanan merupakan menu makanan bersama, porsinya sama dan antara anak-anak, remaja, orang tua dan lanjut usia. Anak remaja 13- 15 tahun yang ada di posko pengungsian jarang minum susu dan memperoleh buah karena bantuan yang datang jarang berupa buah-buahan dan susu hanya kadang-kadang mereka minum teh manis saja. Menurut hasil observasi yang dilakukan peneliti menu makanan anak SMP di posko pengungsian kurang teratur dan kurang sesuai dengan B2SA (beragam, bergizi, seimbang, dan aman) karena tergantung pada ketersediaan bahan makanan dan bantuan dari donatur. Menu makanan B2SA adalah aneka ragam bahan pangan baik sumber karbohidrat (nasi, ubi, jagung, gandum), protein (ikan, telur), lemak (minyak) vitamin (sayuran dan buah) dan mineral (air) yang bila dikonsumsi dalam jumlah yang seimbang dapat memenuhi kecukupan energi, dengan pengertian beragam yaitu; bergizi, yaitu memenuhi

kebutuhan akan macam-macam kompoen gizi yang diperlukan; seimbang yaitu jumlah masing-masing bahan sesuai dengan kebutuhan; aman yaitu bebas dari kontaminasi fisik kimia dan mikrobiologis atau tidak mengandung zat yang berbahaya (Suryani, 2013).

Dari uraian-uraian diatas penulis tertarik untuk menganalisis menu makanan yang dikonsumsi dan tingkat kecukupan energi makanan kurang baik dan kurang sesuai dengan menu makanan beragam, bergizi, seimbang dan aman(B2SA) mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian dengan mengambil satu judul yaitu “Analisis menu makanan dan tingkat kecukupan energi remaja (umur 13-15 tahun) korban bencana erupsi Gunung Sinabung di tempat pengungsian SMP Negeri 2 Simpang Empat Kabanjahe.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Bagaimana mengidentifikasi karakteristik keluarga pengungsi (usia ayah dan ibu, besar keluarga, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan ayah dan ibu).
2. Bagaimana menu makanan sehari-hari remaja ?
3. Bagaimana makanan yang dikonsumsi remaja ?
4. Bagaimana Tingkat kecukupan Energi remaja ?
5. Bagaimana ketersediaan makanan bagi remaja ?
6. Bagaimana jam makan yang ditentukan bagi remaja ?
7. Bagaimana analisis menu makanan dan tingkat kecukupan energi remaja ?

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Karakteristik keluarga pengungsi (usia ayah dan ibu, besar keluarga, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan ayah dan ibu).
2. Menu makanan remaja pengungsi.
3. Tingkat kecukupan energi anak remaja
4. Objek penelitian adalah anak remaja siswa SMP usia 13- 15 tahun.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana karakteristik keluarga (usia ayah dan ibu, besar keluarga, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan ayah dan ibu) ?
2. Bagaimana menu makanan anak remaja ?
3. Bagaimana tingkat kecukupan energi anak remaja ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk :

1. Mengidentifikasi karakteristik keluarga pengungsi (usia ayah dan ibu, besar keluarga, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan ayah dan ibu).
2. Mengetahui menu makanan anak remaja pengungsi.
3. Mengetahui tingkat kecukupan energi anak remaja pengungsi.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai masukan bagi pemerintah dan penyedia makanan di tempat pengungsian dalam meningkatkan kualitas menu makanan dan tingkat kecukupan energi remaja. Bagi peneliti sebagai media untuk mendapat pengalaman langsung dalam penelitian sehingga dapat menerapkan ilmu yang diperoleh dalam perkuliahan di lapangan.

