

ABSTRAK

ANNISA KUSUMA WARDHANI. NIM 509142005. Analisis Teknik Pengolahan Makanan dan Pola Makan Santri di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah. Skripsi : Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan. 2014.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) Mengetahui teknik pengolahan makanan santri di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah. (2) Mengetahui pola makan yang dikonsumsi santriwati di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah. Populasi dalam penelitian ini adalah santriwati kelas 1 Mts. yang berjumlah 382 orang. Sampel dalam penelitian dilakukan secara *proportional random sampling* maka berjumlah 79 orang. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk melihat gambaran tentang teknik pengolahan makanan dan pola makan di pesantren.

Data penelitian ini dijarah dengan menggunakan lembar observasi untuk mengetahui teknik pengolahan makanan yang dilakukan di dapur pesantren dan lembar *food frequency* pada makanan selingan, buah dan minuman. Berdasarkan hasil analisis data, maka diperoleh hasil penelitian teknik pengolahan makanan mulai dari persiapan, pencucian, penyiangan, pemotongan, dan metode memasak menunjukkan hasil yang belum sesuai dengan prosedur pelaksanaan. Persiapan bahan makanan didahului dengan memotong dilanjutkan dengan mencuci. Metode memasak yang paling sering dilakukan di pesantren yaitu metode merebus (*boilling*), *braising*, dan *deep frying*. Susunan menu terjadi pengulangan dalam minggu yang sama membuat kurangnya variasi makanan yang disajikan. Hasil pola makan santri di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah terhadap makanan selingan tahu goreng frekuensi tiap hari sebanyak 49 orang termasuk dalam kategori kurang dan dirata-ratakan dalam angka sebesar 62.02%, frekuensi 1x/minggu pada buah-buahan adalah sebanyak 72 orang termasuk dalam kategori tinggi dan dirata-ratakan dalam angka sebesar 91.13% dan frekuensi 2-3x/minggu pada minuman adalah susu sebanyak 45 orang termasuk dalam kategori kurang dan dirata-ratakan dalam angka 56.96%. Dilihat dari rata-rata kalori yang dikonsumsi santriwati pada makanan pokok adalah 1910 kalori. Hal ini menunjukkan bahwa teknik pengolahan makanan yang diolah oleh dapur pesantren masih kurang sesuai dengan yang diharapkan dengan demikian harus ada peningkatan kedepannya agar pengolahan makanan pada santri di pesantren menjadi lebih baik lagi.