

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pesantren merupakan salah satu tempat potensial untuk mengembangkan strategi sadar pangan dan gizi. Santri remaja di pesantren adalah sumber daya manusia yang kelak akan menjadi bagian dari kader-kader penerus pembangunan. Sebagai generasi penerus sumber daya manusia para santri perlu ditingkatkan kualitasnya dari segi gizi dan kesehatan. Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah didirikan secara resmi tepat pada peringatan tahun baru Islam 1 Muharram 1403 H, bertepatan dengan tanggal 18 Oktober 1982, diatas tanah wakaf ± 4.432,5 m². Pesantren Ar-Raudhatul memiliki santri 3169 orang. Yang terdiri dari 1588 orang santri putra dan 1581 orang santri putri, umur santri berkisar antara 12 tahun sampai dengan 19 Tahun. Yang dapat digolongkan kedalam usia remaja atau usia pertumbuhan (Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah, 2013).

Makan merupakan kebutuhan pokok bagi semua orang. Tuntutan agar dapat memenuhi kebutuhan akan makanan dirasakan secara naluri mulai pada masa bayi hingga manula atau lansia. Tanpa di ajarkan terlebih dahulu, setiap manusia akan berusaha untuk memenuhi kebutuhannya akan makanan. Sejak bayi makanan disuplai oleh ibu. Namun setelah semakin bertambah usia menjadi anak-anak, mereka sudah dapat memilih sendiri makanan yang akan mereka konsumsi. Demikian pula halnya dengan orang dewasa, makanan yang dikonsumsi, bahkan diolah sendiri dan direncanakan bagaimana cara mendapatkannya dan menyajikan makanan tersebut (Nurkhasanah, 2010).

Makanan merupakan suatu hal yang sangat penting didalam kehidupan manusia, dimana makanan berfungsi sebagai sumber energi manusia agar dapat melaksanakan kegiatan sehari-hari dengan baik, misalnya untuk bekerja, berolahraga, belajar, bermain dan memberikan tenaga atau energi panas pada tubuh, membangun jaringan-jaringan tubuh yang baru, pengatur dan pelindung

tubuh terhadap penyakit serta sebagai sumber bahan pengganti sel-sel tua yang usang dimakan usia. Makanan yang menarik, nikmat, dan tinggi gizinya, tidak akan berarti sama sekali jika tidak aman untuk dikonsumsi.

Makanan yang dapat dikonsumsi harus melalui teknik pengolahan yang baik. Pengolahan makanan adalah suatu kegiatan atau memasak bahan makanan mentah menjadi makanan yang siap dimakan, berkualitas dan aman untuk dikonsumsi. Proses pemasakan pada institusi berbeda dengan pemasakan jumlah porsi sedikit. Pada system penyelenggaraan makanan institusi, dimana bahan yang sudah dipersiapkan dalam porsi banyak. Oleh karena itu, agar tercipta rasa hidangan dapat dipertahankan kualitasnya, maka diperlukan tahap-tahap yang berbeda bila pemasakan dalam jumlah sedikit (Supriasa, 2001).

Mekanisme teknik pengolahan makanan yaitu mulai dari persiapan, pengolahan dan penyajian. Persiapan memasak terdiri dari dua hal yaitu persiapan bahan yang akan dimasak dan persiapan alat memasak. Persiapan bahan meliputi penimbangan (*weighing*), pencucian (*washing*), penyiangan (*triming*), pemotongan (*cut process*), memeras (*squeeze*), menyaring (*shift*), mengocok (*whisk*), mencampur (*toss*), pencecaman (*marinate*), pengisian (*stuffing*), adonan penggoreng (*frying butter*), menggiling (*grind*), *barde & larde*, pembumbuan (*seasoning*), panir, dan adonan *butter-flour (roux)*. Persiapan alat memasak terdiri dari tungku memasak, *hot plate*, oven, *fryer*, *boiler*, *salamander* dan *steamer* (Barth ph, 1981).

Pengolahan merupakan metode memasak yang terdiri dari metode memasak basah dan metode memasak kering. Metode memasak basah terdiri dari merebus (*boiling*), *simmering*, *poaching*, *stewing*, *braising*, *steaming*, *blancing*. Metode memasak kering terdiri dari *grilling*, *baking*, *roasting*, *deep frying*, dan *shallow frying* (Richard, 2000).

Berdasarkan observasi awal pada bulan November 2013, teknik pengolahan makanan di Pesantren yang dilakukan mulai dari proses, pencucian, penyiangan, pemotongan, metode memasak dan penyajian. Proses persiapan pengolahan dilakukan mulai dari pemotongan bahan makanan lalu pencucian. Penyiangan dilakukan pada bahan makanan seperti ikan. Metode

masak yang dilakukan di pesantren seperti merebus (*boiling*), merebus dengan cairan lebih sedikit (*braising*), menumis (*stewing*) dan menggoreng dalam minyak banyak (*deep frying*). Metode memasak tersebut paling sering dilakukan karena metode tersebut dapat dilakukan untuk memasak dalam jumlah banyak. Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah memproduksi makanan lebih kurang 3500 porsi makanan untuk setiap kali makan. Pengolahan makanan yang dilakukan di pesantren yang memenuhi persyaratan kesehatan akan menjamin terwujudnya kualitas gizi dan kemampuan anak-anak untuk hidup lebih sehat.

Berdasarkan catatan BBPOM Pekanbaru, pada tanggal 20 April 2011 kasus keracunan makanan di pondok pesantren Dar El Hikmah. Dan kasus ini merupakan kasus besar karena menimbulkan korban hingga berjumlah 161 orang, meski tidak ada yang meninggal.

Tahun 2007 lalu sebanyak 54 santri pesantren Alfalah Abu Lamu di Kecamatan Ingin Jaya, Aceh Besar, Nanggroe Aceh Darussalam, dilarikan ke rumah sakit. Mereka diduga keracunan makanan yang disajikan pihak pesantren. Dan masih banyak lagi kejadian keracunan makanan yang terjadi di berbagai pesantren-pesantren akibat dari pengolahan makanan yang tidak sesuai dengan prinsip higiene dan sanitasi makanan (Metronews, 2007).

Pengolahan makanan yang kurang baik akibat proses pemasakan terlalu lama akan mengurangi kandungan gizi dalam bahan makanann. Dalam pengolahan bahan makanan harus diketahui bagaimana cara pengolahan bahan makanan, sehingga tidak terjadi kesalahan dalam pengolahan bahan makakanan tidak hanya mekanisme pengolahan bahan makanan tetapi juga harus memerhatikan bagaimanan jenis dan perlakuan dalam pengolahan bahan makanan. Pengolahan makanan juga harus mempertimbangkan perubahan akibat perlakuan dalam pengolahan berbagai perubahan yang mungkin terjadi pada komponen makro.

Untuk dapat hidup sehat dan produktif, setiap individu perlu mengatur makanan sehari-harinya. Pola makan atau pola konsumsi pangan merupakan susunan jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok

orang pada waktu tertentu. Pola makan harus disesuaikan dengan kebutuhan tubuh akan zat gizi mulai dari jenis makanan yang akan dikonsumsi, waktu makan, susunan menu, hingga kualitas makanan yang terkait dengan kandungan zat gizinya (Yusuf, 2008).

Pola konsumsi makanan para santri menggambarkan perilaku makan para santri dipesantren. Dipesantren biasanya santri tinggal di asrama atau pondok dan jauh dari orangtua. Mereka dituntut untuk mampu hidup mandiri terutama dalam memenuhi kebutuhan makanannya. Kesehatan tergantung pada tingkat konsumsi makan. Tingkat konsumsi makan ditentukan oleh kualitas serta hidangan. Susunan hidangan harus memenuhi kebutuhan tubuh. Baik dari sudut kualitas maupun kuantitasnya (Sediaoetama, 2004)

Pelajar merupakan sumber daya manusia yang produktif bagi suatu negara tidak terkecuali bagi negara Indonesia. Menurunnya kualitas sumber daya manusia suatu negara dapat menurunkan kualitas suatu negara. Lembaga pendidikan di Indonesia sangat beragam salah satunya adalah lembaga pendidikan pesantren. Pesantren atau pondok pesantren (biasanya juga disebut pondok saja) adalah sekolah Islam berasrama (*Islamic boarding school*). Para santri (pelajar pesantren) belajar pada sekolah ini sekaligus tinggal pada asrama yang disediakan pesantren. Umumnya para santri yang menghuni pondok pesantren adalah mereka yang masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan atau dalam usia remaja (13-18 tahun).

Berdasarkan hasil observasi Pelaksanaan pemberian makanan oleh pihak pesantren dilakukan 3 kali sehari, yaitu makan pagi pukul 06.30 WIB, makan siang pukul 13.30 WIB, dan makan malam pukul 19.30 WIB. Putaran menu dilakukan dalam 7 hari dengan pola menu makanan pokok, lauk hewani, sayur dan buah diberikan 1 sampai 2 kali dalam seminggu dan susu diberikan 1 bulan sekali. Pelaksanaan pemberian makanan pada satri di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah sudah baik hanya saja pengolahan makanan yang dilakukan oleh pihak dapur pesantren lebih diperhatikan agar makanan yang dihasilkan dapat terjaga mutu dan kualitas makanannya.

Berdasarkan permasalahan yang diungkapkan, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Teknik Pengolahan Makanan dan Pola Makan Santri di Pesantren Ar Raudhatul Hasanah”.

B. Identifikasi Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah penelitian yaitu :

1. Keberadaan pelajar pesantren yang kurang mendapat perhatian terutama dari segi kesehatan, tempat tinggal dan konsumsi makanannya.
2. Pengolahan makanan yang kurang bervariasi.
3. Menu makanan yang kurang bervariasi.
4. Pola makan pada santriwati di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini terarah, ruang lingkup yang diteliti dibatasi pada hal-hal sebagai berikut :

1. Penelitian ini membahas teknik pengolahan makanan meliputi persiapan memasak seperti pencucian, penyiangan, dan pemotongan di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah.
2. Penelitian ini Membahas tentang pelaksanaan memasak seperti merebus (*boiling*), *braising*, *stewing* dan menggoreng (*deep frying*) di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah.
3. Pola makan yang di analisis yaitu makan pagi, siang, dan malam (makanan utama dan makanan selingan) dan diketahui energi pada santriwati di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah yang diangkat di dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah teknik pengolahan makanan santriwati di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah?

2. Bagaimanakah pola makan yang dikonsumsi santriwati di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui teknik pengolahan makanan santriwati di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah.
2. Mengetahui pola makan yang dikonsumsi santriwati di pesantren Ar-Raudhatul Hasanah.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi pengembangan ilmu dan pengetahuan terutama pada santri pesantren Ar-Raudhatul Hasanah.
2. Bagi peneliti sebagai media untuk mendapatkan dan pengalaman langsung dalam penelitian, sehingga dapat menerapkan ilmu yang diperoleh peneliti dalam perkuliahan.
3. Dapat digunakan sebagai bahan acuan dalam penelitian lanjutan dimasa yang akan datang.