

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak- anak menuju ke dewasa, pada usia 9-18 tahun. Pada masa ini terjadi perubahan fisik yang cepat maka dari itu asupan gizi pada remaja perlu diperhatikan. Remaja perempuan merupakan kelompok rentan terhadap pengaruh lingkungan yang mempengaruhi gaya hidupnya, termasuk kebiasaan mengkonsumsi makanan. Kebiasaan mengkonsumsi makanan yang buruk dapat berpengaruh terhadap status gizi remaja terutama remaja perempuan dan dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi. Masalah gizi remaja lainnya yaitu berkaitan dengan pola makan yang kurang teratur disebabkan oleh banyaknya aktivitas fisik terutama pada kegiatan di sekolah sehingga dapat menentukan bagaimana status gizi pada remaja. Semakin banyaknya kegiatan yang dilakukan maka banyak pula energi yang dikeluarkan dan membutuhkan asupan makan yang cukup agar status gizi remaja ideal. Kebutuhan gizi remaja dibagi berdasarkan kelompok usia dan jenis kelamin untuk kategori usia 12 tahun kebutuhan remaja putri sebesar 1900 kkal sedangkan kebutuhan pada usia 13-15 tahun sebesar 2050 kkal.

Status gizi remaja dapat dipengaruhi oleh mutu dan jumlah pangan yang dikonsumsi selain itu keadaan tubuh seseorang juga dapat menyebabkan gangguan gizi. Salah satu indikator yang digunakan untuk mengetahui permasalahan gizi yang ada pada remaja adalah status gizi. Masalah gizi yang ditemukan pada remaja perempuan adalah status gizi lebih dan status gizi

kurang. Keadaan status gizi merupakan hasil keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan zat gizi dan pemanfaatan zat gizi tersebut atau dari kondisi fisiologis akibat tersedianya zat gizi dalam tubuh.

Salah satu institusi penyedia makanan yaitu pesantren, dengan tujuan untuk mengatur dan memberikan makanan yang bergizi agar memenuhi kebutuhan gizi sesuai denganselera anak yang tinggal dipesantren. Jumlah santriwati kelas 1-3 yang tinggal di Pesantren Modern Ta'dib Al-Syakirin Medan berjumlah 37 orang dengan rentang usia 12-15 tahun. Ketika usia ini remaja perempuan membutuhkan asupan gizi yang tercukupi karena dapat berpengaruh terhadap kesehatan dan kecerdasan anak.

Asupan zat gizi yang kurang akan menimbulkan dampak negatif diantaranya yaitu pertumbuhan yang terhambat, aktivitas menurun dan mudah sakit. Asupan zat gizi pada siswa yang tinggal di asrama lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang tidak tinggal di asrama. Asupan zat gizi yang rendah berpengaruh terhadap daya terima makanan siswa itu sendiri, apakah makanan tersebut dapat diterima dengan baik atau tidak. Selain itu usia dan jenis kelamin juga menentukan konsumsi makanan seseorang. Semakin bertambahnya usia maka semakin berkurang juga asupan makanan yang dikonsumsi seseorang.

Menurut pratiwi dkk, (2020) tingkat kesukaan terhadap makanan akan mempengaruhi pilihan terhadap makanan, sehingga makanan yang dikonsumsi dapat dipengaruhi oleh tingkat kesukaan terhadap makanan. Maka dari itu makanan yang disajikan di pesantren sangat berpengaruh terhadap asupan makanan santri di pesantren.

Penerimaan makanan di pondok pesantren perlu mendapat perhatian lebih karena menentukan apakah makanan yang diberikan diterima atau tidak. Semakin besar jumlah makanan yang dikonsumsi maka semakin besar pula kecukupan asupan zat gizinya dan berpengaruh terhadap status gizinya (Budiman & Suyatno, 2020). Berdasarkan hasil IMT yang telah dilakukan oleh 37 santri ditemukan masalah gizi yang terjadi yaitu status gizi normal sebesar 62,2 dan tidak normal sebanyak 37,1%. Formulir *food recall* 3x24 jam dilakukan untuk mengetahui, banyaknya asupan makanan yang mereka konsumsi, dan makanan apa yang mereka makan sebelumnya, sesuai dengan yang di sediakan dan dijadwalkan oleh pesantren itu sendiri.

Jadwal pemberian makan di pesantren Modern Ta'dib Al-Syakirin Medan yaitu sehari 3 kali dengan pemberian makan pagi pukul 07.00 WIB, makan siang pukul 13.00 WIB dan makan malam pukul 19.00 WIB. Pesantren tidak menerapkan siklus menu sehingga untuk makanan yang mereka konsumsi bergantung pada pengantaran bahan makanan dari vendor. Untuk lauk yang biasa mereka konsumsi di pesantren yaitu Tempe, ayam, telur, batagor, mie instan, sayur kol campur telur, dan sayur labu siam. Kurangnya keragaman makanan yang disajikan oleh pesantren dikarenakan dalam satu minggu mereka bisa mengulang kembali menu makanan yang sama. Pengambilan makanan santri dibagi sama rata terlebih dahulu untuk mengantisipasi kekurangan makanan pada santri yang lain, apabila masih cukup santri boleh mengambil makanan kembali.

Menurut uraian diatas terdapat santri yang tinggal di pesantren masih memiliki asupan makanan dan status gizi yang kurang, dilihat dari hasil recall yang telah dilakukan, hal ini menggambarkan adanya hubungan konsumsi makanan dengan status gizi. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu oleh Mahardini (2021) Mengatakan terdapat hubungan yang signifikan ( $p < 0,05$ ) atau korelasi pada level sedang antara kecukupan zat gizi berupa energi, lemak dan karbohidrat dengan status gizi santriwati serta hasil korelasi tinggi antara kecukupan protein dengan status gizi santriwati, tingkat ketersediaan energi dan zat gizi oleh pondok masih tergolong rendah dengan ketersediaan tertinggi oleh karbohidrat yaitu 74,6% sedangkan sisanya dibawah 60%. Dari hasil survey yang telah dilakukan belum pernah diadakan penelitian tentang gizi di pesantren Modern Ta'dib Al-Syakirin Medan. Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik meneliti hubungan konsumsi makanan dengan status gizi pada santriwati di pesantren Modern Ta'dib Al-Syakirin Medan.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah yang muncul sebagai berikut.

1. Kurangnya keragaman makanan yang di sajikan oleh pesantren
2. Tidak tersedia siklus menu yang digunakan untuk makanan yang disediakan.
3. Rendahnya status gizi santri dilihat dari hasil IMT santriwati.
4. Berlebihnya Konsumsi makanan santriwati dilihat dari hasil *Food Recall 3x24 jam*.

*Recall 3x24 jam.*

### 1.3. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Konsumsi makanan santri dibatasi pada *Food Recall* 3x24 jam.
2. Status gizi santri dibatasi pada pengukuran IMT (BB, TB, U) dengan menggunakan *Z-score*
3. Subjek penelitian dibatasi santriwati dengan usia 12-15 tahun

### 1.4. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Karakteristik keluarga santriwati ?
2. Bagaimana konsumsi makanan santriwati ?
3. Bagaimana status gizi santriwati ?
4. Bagaimana hubungan konsumsi makanan dengan status gizi santriwati di pondok pesantren ?

### 1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui :

1. Karakteristik keluarga santriwati
2. Konsumsi makanan santriwati (energi, protein, lemak, karbohidrat)
3. Status gizi-santriwati
4. Hubungan konsumsi makanan dengan status gizi santriwati di pesantren

### 1.6. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi dinas terkait, dan masyarakat dengan situasi terkait gizi dan pangan di pesantren tersebut. Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini digunakan sebagai bahan referensi, bahan bacaan dan sumber ilmu dalam menambah pengetahuan dan wawasan khususnya tentang konsumsi makanan dengan status gizi di pesantren.

