

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pola makan merupakan suatu gambaran yang memberikan informasi mengenai macam jumlah makanan yang dimakan setiap hari pada setiap orang atau sekelompok masyarakat (Sulistyoningsih,2011). Menurut Khumaidi (2007) pola makan ialah tingkah laku manusia atau sekelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan makan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pemilihan makanan, dan pola makan memiliki tiga komponen yang terdiri dari: jumlah, frekuensi, dan jenis.

Sedangkan menu adalah suatu rangkaian yang beberapa macam hidangan atau masakan yang disajikan dalam sekelompok orang untuk setiap makan yang dapat berupa hidangan pagi, siang, dan malam. Hidangan tersebut terdiri dari tiga kali makan dan dua kali makanan selingan atau snack.(Sulistyoningsih,2012).

Pola makan akan menentukan status gizi seseorang atau sekelompok orang. sttus gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi yang diinfikasikan oleh berat badan dan tinggi badan anak.

Status gizi juga didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrien. Penelitian status gizi juga merupakan pengukuran yang didasarkan pada data antropometri (Beck, 2009: 1).

Status gizi juga diartikan sebagai keadaan kesehatan akibat interaksi antara makanan, tubuh manusia dan lingkungan hidup manusia selain itu status gizi ialah ekspresi dari keadaan keseimbangan tubuh yang dipengaruhi oleh zat-zat gizi dalam bentuk variabel tertentu. Dan Status gizi merupakan keadaan. Keadaan kesehatan tubuh seseorang atau

sekelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan (absorpsi) dan penggunaan (utilization) zat gizi makanan.

Pangan sebagai sumber zat gizi menjadi landasan manusia untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan sepanjang siklus kehidupan. Pangan dan gizi sebagai kebutuhan dan modal dasar pembangunan terdapat pada pendapatan, agama, dan adat kebiasaan di masyarakat. Konsumsi pangan yang keliru akan mengakibatkan timbulnya gizi salah baik gizi kurang maupun gizi lebih (Fakultas Teknologi Pertanian IPB, 2011).

Lingkungan yang terhadap pada pembentukan perilaku makanan setiap hari yang berupa lingkungan keluarga serta adanya promosi melalui media elektronik maupun cetak kebiasaan makan dalam keluarga yang sangat berpengaruh besar terhadap pola makan seseorang dan kesukaan seseorang terhadap makanan terbentuk dari kebiasaan makanan yang terdiri dari dalam keluarga.

Lingkungan sekolah, teman sekolah atau teman sebaya dan keberadaan tempat jajan yang mempengaruhi terbentuk pola makan yang mengamburkan informasi tentang makanan sehat yang mempengaruhi oleh keterbiasaan makan seseorang dalam adanya kesediaan kantin atau tempat penjual makanan yang telah membentuk pola makan yang baik pada sekelompok atau individu orang.

Makanan merupakan jenis makanan yang terbentuk macam aneka ragam yang banyak mengandung zat tenaga dan zat pembangun yang merupakan gizi seimbang dan sebagai sumber energi dalam makanan mengandung nilai gizi seperti: vitamin, mineral, karbohidrat, protein, lemak dan air.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat dirumuskan masalah sebagai berikut
“Bagaimana Gambaran Pola Makan Dan Status Gizi Mahasiswa Baru Program Studi Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui Gambaran Pola Makan Dan Status Gizi Mahasiswa Baru Program Studi Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang.

2. Tujuan khusus

- a. Mendiskripsikan jenis makanan yang dikonsumsi Mahasiswa Baru Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang.
- b. Mendiskripsikan frekuensi makan Mahasiswa Baru Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang.
- c. Mendiskripsikan jumlah makanan yang dikonsumsi Mahasiswa Baru Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang.
- d. Mendeskripsikan Status Gizi Mahasiswa Baru Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang Gambaran Pola Makan Dan Status Gizi Mahasiswa Baru Program Studi Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang.

2. Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi tentang Gambaran Pola Makan Dan Status Gizi Mahasiswa Baru Program Studi Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang.