

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Makanan adalah kebutuhan utama manusia yang diperlukan setiap saat dan memerlukan pengolahan yang baik agar bermanfaat bagi tubuh, karena makanan sangat diperlukan untuk tubuh (Departemen Kesehatan RI, 2000). Makanan adalah semua bahan dalam bentuk olahan yang dimakan manusia kecuali air dan obat-obatan. Makanan merupakan salah satu kebutuhan utama manusia untuk dapat melangsungkan kehidupan selain kebutuhan sandang dan perumahan. Makanan selain mengandung nilai gizi juga merupakan media untuk dapat berkembang biaknya mikroba atau kuman terutama makanan yang mudah membusuk. Kemungkinan lain masuknya atau beradanya bahan-bahan berbahaya seperti bahan kimia, residu pestisida serta bahan lainnya antara lain debu, tanah, rambut manusia dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan manusia (DepkesRI, 2010). Keadaan gizi yang baik dapat di peroleh dengan memperhatikan pola konsumsi makanan terutama energi, protein, dan zat gizi mikro. Pola konsumsi makanan harus memperhatikan nilai gizi makanan dan kecukupan zat gizi yang dianjurkan. Hal tersebut dapat ditempuh dengan penyajian hidangan bervariasi dan kombinasi.

Penyelenggaraan makanan institusi adalah serangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu, penyediaan atau pembelian bahan makanan, penerimaan, penyimpanan dan penyaluran bahan makanan, persiapan dan pemasakan bahan makanan, pencatatan dan pelaporan serta evaluasi yang dilaksanakan dalam rangka penyediaan makanan bagi kelompok masyarakat di sebuah institusi. Selain untuk memenuhi kebutuhan gizi, penyelenggaraan makanan bertujuan untuk menyediakan makanan yang baik dari segi mutu, jenis maupun jumlahnya (Depkes RI, 2006)

Menu adalah satu rencana paling berpengaruh dalam operasi pelayanan makanan. Menu yang terencana dengan baik berfungsi sebagai katalisator yang mendorong semua fungsi operasional: pembelian, produksi dan servis. Ini juga merupakan pengendalian manajemen yang mempengaruhi perolehan dan

pemanfaatan sumber daya. Sumber daya ini meliputi makanan, tenaga kerja, peralatan, waktu, uang dan fasilitas.(Payne *et al*, 2012) .

Perencanaan menu adalah suatu kegiatan penyusun menu yang akan diproses untuk memenuhi selera konsumen dan kebutuhan zat gizi yang memenuhi prinsip gizi seimbang. Tujuan perencanaan menu adalah tersedianya siklus menu sesuai klasifikasinya (Irianton, 2014).

Salah satu hal penting dalam penyelenggaraan makanan yaitu jumlah bahan makanan dan standar porsi yang dihasilkan, hal ini dikarenakan jumlah bahan makanan berpengaruh terhadap standar porsi yang dihasilkan. Jumlah bahan makanan harus ditetapkan secara teliti agar didapat standar porsi sesuai dengan yang telah direncanakan sebelumnya sehingga dapat memenuhi kebutuhan klien(Mukrie, 1990).

Standar porsi dapat diartikan sebagai jumlah makanan yang disajikan dan ukuran porsi untuk setiap individu. Dalam suatu penyelenggaraan makanan, standar porsi sangat berkaitan dengan perhitungan kebutuhan bahan makanan dan perencanaan standar porsi. Pengawasan standar porsi dibutuhkan untuk mempertahankan kualitas suatu makanan yang dihasilkan. Hal ini tentu akan mempengaruhi terhadap nilai gizi setiap hidangan (Puckett, 2004)

Menu seimbang adalah konsumsi makanan untuk memenuhi kebutuhan tubuh akan zat gizi. Kekurangan gizi pada salah satu makanan dengan pemberian menu seimbang dapat dicukupi oleh makanan lain. Untuk itu pemberian menu seimbang dengan makanan yang beraneka ragam sangat dibutuhkan dalam memenuhi kecukupan gizi (Almaster 2005).

Anak panti asuhan adalah mereka yang masih dalam tahap pertumbuhan dan berkembang. Usia remaja menunjukkan fase pertumbuhan yang sangat pesat. Anak panti asuhan memiliki hak yaitu mendapat kesejahteraan terutama dalam pemberian makanan untuk menunjang ketersediaan energi dan protein. Dari hasil pengambilan data awal pada Panti Asuhan Baitul Falah Semarang menunjukkan bahwa Indeks Massa Tubuh 68,4% remaja masuk kategori kurus ini merupakan indikator bahwa remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang mengalami masalah pada tingkat kecukupan energi dan protein. Hal ini sesuai teori bahwa kebutuhan konsumsi

energi dan protein pada usia remaja (10-18 tahun mengalami kenaikan sejalan dengan proses pertumbuhan yang pesat. Dengan kata lain kebutuhan energi dan protein berbanding lurus dengan kenaikan berat badan seseorang. Jika konsumsi energi dan protein yang diperoleh dari makanan memenuhi angka kecukupan energi dan protein yang dianjurkan, maka akan diperoleh status gizi yang baik (Amelia, Andi, *et al*, 2013) . Asupan Energi dan protein dapat diperoleh dengan baik jika pengadaan makanan dapat terstruktur dengan baik seperti kesesuaian siklus menu dan besar porsi pada makanan. Saat siklus menu dan besar porsi tidak sesuai dengan pedoman gizi, maka akan berpengaruh pada asupan makan pada remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang. Sehingga tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengkaji lebih dalam kesesuaian siklus menu, besar porsi hingga tingkat kecukupan energi dan protein pada Panti Asuhan Baitul Falah Semarang.

Secara finansial panti asuhan mendapat kontribusi dari para donatur namun donatur yang ada bersifat tidak tetap sehingga dana yang didapat juga tidak dapat diperkirakan. Kondisi finansial yang tidak pasti ini dapat mempengaruhi siklus menu, besar porsi pada penyelenggaraan makanan, berpengaruh pada anak yang tinggal di panti asuhan Baitul Falah hal ini akan berimplikasi terhadap ketersediaan energi dan protein.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang tersebut dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “ Bagaimana Gambaran Kesesuaian Siklus Menu, Besar Porsi, Tingkat kecukupan Energi dan Protein pada Remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang ?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :
Mengetahui Gambaran Kesesuaian Siklus Menu, Besar Porsi, Tingkat kecukupan Energi dan Protein Pada Remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang.
2. Tujuan Khusus :
 - a. Mendiskripsikan Kesesuaian Siklus Menu Remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang.

- b. Mendiskripsikan Kesesuaian Besar Porsi (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur) Remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang.
- c. Mendiskripsikan Tingkat Kecukupan Energi Remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang.
- d. Mendiskripsikan Tingkat Kecukupan Protein Remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti :

Untuk meningkatkan pemahaman dan mendapatkan pengalaman tentang penyelenggaraan makanan di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang beserta pemersalahannya terutama mengenai gambaran siklus menu, besar porsi, tingkat kecukupan energi dan protein pada remaja putra yang tinggal di panti asuhan.

2. Bagi Panti Asuhan :

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada Panti Asuhan Baitul Falah Semarang dan dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan mutu penyelenggaraan makanan.

3. Bagi Responden :

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi pada remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang mengenai Tingkat Kecukupan Energi dan Protein yang dianjurkan sesuai dengan jenis kelamin dan umur responden.