

**HUBUNGAN KEPUASAN MUTU HIDANGAN DAN
TINGKAT KECUKUPAN ENERGI TERHADAP STATUS
GIZI SANTRI PUTRI PONDOK PESANTREN
ROUDLOTUL JANNAH KUDUS**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Gizi



**NOR LAILA NOVIYANTI
1607026056**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2021**

LEMBAR PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul Skripsi : Hubungan Kepuasan Mutu Hidangan Dan Tingkat Kecukupan Asupan Energi Terhadap Status Gizi Santri Putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.

Penulis : Nor Laila Noviyanti

NIM : 1607026057

Program Studi: Gizi

Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Telah diujikan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dalam Sidang Munaqosah dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana Gizi.

Semarang, 7 Januari 2022

DEWAN PENGUJI

Dosen Penguji I



Angga Hardiansyah, S.Gz, M.Si
NIP: 198903232019031012



Dosen Penguji II



Dr. H. Darmu'in, M.Ag
NIP: 196404241993031003

Dosen Pembimbing I



Farohatus Solichah, S.KM, M.Gizi
NIP: 199002082019032008

Dosen Pembimbing II



Nur Hayati, M.Si
NIP: 197711252009122001

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nor Laila Noviyanti
NIM : 1607026056
Program Studi : S1 Gizi

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, penyusun menyatakan bahwa naskah skripsi yang berjudul **“Hubungan Kepuasan Mutu Hidangan dan Tingkat Kecukupan Energi terhadap Status Gizi Santri Putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus”** adalah benar hasil karya penyusun sendiri, kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan sebagai bahan rujukan.

Demikian surat pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 7 Januari 2022

Pembuat Pernyataan,



Nor Laila Noviyanti

NIM.1607026056

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kepuasan Mutu Hidangan dan Tingkat Kecukupan Energi terhadap Status Gizi Santri Putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus” Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk meraih gelar Sarjana (S1) Gizi pada Program Studi Gizi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas IslamNegeri Walisongo Semarang.

Penelitian ini dapat diselesaikan berkat bimbingan, arahan, motivasi, semangat, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada pihak-pihak yang telah membantu menyelesaikan penelitian ini. Penulis menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis.
2. Orang tua tercinta, Bapak Sokib dan Ibu Nur Azizah atas dukungan, kasih sayang, serta doa yang tak pernah putus kepada penulis.
3. Kepada kedua saudara penulis, Nabila dan Zahwa yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada penulis.
4. Bapak Prof. Dr. H. Syamsul Ma'arif, M.Ag selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
5. Ibu Dr. Dina Sugiyanti, S.Si, M.Si selaku kepala Program Studi Gizi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
6. Ibu Dwi Hartanti, S.Gz.,M.Gizi, selaku Sekretaris Prodi Gizi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
7. Ibu Farohatus Sholichah, S.KM.,M.Gizi selaku dosen

pembimbing materi yang telah memberikan waktu, tenaga, serta pikiran untuk membimbing dan memberikan bimbingan, arahan, kritik, dan saran yang bermanfaat bagi penulis selama penyusunan skripsi ini.

8. Ibu Nur Hayati, M.Si selaku dosen pembimbing metodologi dan tata tulis yang telah memberikan waktu, tenaga, serta pikiran untuk membimbing dan memberikan bimbingan, arahan, kritik, dan saran yang bermanfaat bagi penulis selama penyusunan skripsi ini.
9. Bapak Angga Hardiansyah, S.Gz., M.Si selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan arahan untuk kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
10. Bapak Dr. H. Darmuin, M.Ag selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan arahan untuk kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
11. Ibu Dwi Hartanti, S.Gz, M.Gizi selaku dosen wali penulis yang selalu memberikan semangat dan saran yang sangat membangun.
12. Kepada Abah Muhammad Imam Baehaqi dan Ummi Hj. Faja Ilfa selaku Pengasuh Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus, terima kasih atas izin, nasihat, serta do'a yang telah diberikan kepada penulis selama melakukan penelitian hingga selesai.
13. Seluruh pengurus dan santriwati Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus, terima kasih atas dukungan dan partisipasinya untuk membantu kelancaran penelitian ini sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian.
14. Segenap sahabat-sahabati Program Studi Gizi 2016, terima kasih atas dukungan, kerjasama, motivasi, pelajaran, dan pengalaman yang telah penulis peroleh, serta menjadi keluarga penulis dari masa studi sampai saat ini.
15. Kepada Saudari Lailatul Mahsusiyah, terima kasih atas dukungan, nasihat, serta do'a yang telah diberikan kepada penulis selama studi dan penelitian hingga selesai.

16. Kepada Nailly, Retno, Vivi sebagai teman-teman dekat penulis yang telah memberikan dukungan dan membantu dalam pengumpulan data pada penelitian ini.
17. Teman seperjuanganku (Diba, Faik, Lu'lu', Miu, Nanda, Barok, Fina, Hesti, Frizka, Restika, Fita, Kiki, Yuli dan lainnya), yang telah memberikan bantuan, dukungan, motivasi, nasihat, serta mendengarkan dan menjadi wadah keluh kesah penulis selama proses penyusunan skripsi.
18. Seluruh pihak yang terlibat dalam memberikan bantuan dan dukungan serta kelancaran selama proses penyusunan skripsijuga penelitian hingga selesai.

Semarang, 7 Januari 2022

Penulis,

Nor Laila Noviyanti

NIM.1607026056

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

Kedua orang tua tercinta, kedua adik tersayang yang selalu memberikan motivasi, dukungan, semangat dan do'a yang tidak pernah putus.

Universitas Islam Negeri Walisongo dan Program Studi Gizi tempat saya menimba ilmu.

MOTTO

“Perbaikilah makananmu pasti engkau menjadi orang yang dikabulkan do'anya” (HR. Thabrani)

“Gaada kata besok jika bisa dilakukan sekarang. Karena kita tidak ada yang tahu apakah besok kita masih hidup atau tidak”
(Syarifah Aisyah BSA)

“Tidak selamanya kesulitan dan kesusahan itu berlangsung lama, kecuali hanya sebenetar” (Ibnu Katsir)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Kepuasan Mutu Hidangan	10
1. Pengertian Kepuasan Mutu Hidangan	10
2. Indikator Kepuasan Muru Hidangan	15
B. Tingkat Kecukupan Energi	19
1. Pengertian Tingkat Kecukupan Energi	19
2. Klasifikasi Tingkat Kecukupan Energi	24
C. Status Gizi	26
1. Pengertian Status Gizi	26
2. Penilaian Status Gizi	30
3. Faktor yang memengaruhi Status Gizi	34
D. Hubungan antara Kepuasan Mutu Hidangan dengan Status Gizi	44
E. Hubungan antara Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi	46

F.	Kerangka Teori	48
G.	Kerangka Konsep.....	53
H.	Hipotesis	53
BAB III METODE PENELITIAN		55
A.	Desain penelitian.....	55
B.	Lokasi dan Waktu Penelitian	55
C.	Populasi dan sampel.....	56
D.	Teknik Pengambilan Sampel	59
E.	Definisi Operasional	60
F.	Prosedur penelitian.....	62
G.	Etika penelitian	65
H.	Pengolahan dan Analisis data	66
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		71
A.	Hasil dan Analisis Data	71
1.	Gambaran Umum Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus	71
2.	Deskripsi Data Penelitian	73
3.	Hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus	76
4.	Hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus	77
B.	Pembahasan.....	78
1.	Gambaran Kepuasan Mutu Hidangan santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.....	78
2.	Gambaran Tingkat Kecukupan Energi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.....	79
3.	Gambaran Status Gizi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.....	80

4. Hubungan antara Kepuasan Mutu Hidangan dengan status gizi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus	81
5. Hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus	84
C. Keterbatasan Penelitian	86
BAB V PENUTUP	87
A. Kesimpulan.....	87
B. Saran.....	88
Reference.....	89
Lampiran.....	95
Daftar Riwayat Hidup.....	125

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kajian Penelitian Sebelumnya.....	8
Tabel 2.1 Kategori Asupan Energi dibandingkan dengan AKG	26
Tabel 2.2 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh pada Anak Usia 5-18 Tahun	34
Tabel 3.1 Sampel Penelitian	59
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	61
Tabel 4.1 Deskripsi Data Kepuasan Mutu Hidangan	73
Tabel 4.2 Deskripsi Data Tingkat Kecukupan Energi.....	74
Tabel 4.3 Deskripsi Data Status Gizi	75
Tabel 4.4 Hubungan antara Kepuasan Mutu Hidangan dengan Status Gizi.....	76
Tabel 4.5 Hubungan antara Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi.....	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Determinan Status Gizi UNICEF.....	35
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	52
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	<i>Form Informed Consent</i>	96
Lampiran 2.	Kisi-kisi Kuesioner Penelitian	97
Lampiran 3.	Kuesioner Kepuasan Mutu Hidangan.....	98
Lampiran 4.	Format Food Recall	103
Lampiran 5.	Lembar Hasil Observasi	105
Lampiran 6.	Lampiran Data Kepuasan Mutu Hidangan	107
Lampiran 7.	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	108
Lampiran 8.	Data Kepuasan Mutu Hidangan Sesudah Uji Validitas dan Reliabilitas.....	112
Lampiran 9.	Data Tingkat Kecukupan Energi	114
Lampiran 10.	Data Status Gizi	116
Lampiran 11.	Deskripsi Data	118
Lampiran 12.	Uji Hubungan Kepuasan Mutu Hidangan dengan Status Gizi	119
Lampiran 13.	Uji Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi	121
Lampiran 14.	Dokumentasi	123

Intisari

Latar Belakang: Penyelenggaraan makanan di pesantren harus memperhatikan kecukupan energi dan kualitas makanan yang disediakan. Kualitas menu makanan yang dikonsumsi dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Berdasarkan hasil observasi awal diketahui masih terdapat santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus yang kurang menyukai beberapa sajian menu makanan pondok, sehingga santri lebih sering membeli makanan di luar pondok.

Tujuan: mengkaji hubungan antara kepuasan mutu hidangan dan tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.

Metode: Metode penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan jumlah responden sebanyak 88 santri putri pesantren Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus, diambil menggunakan *simple random sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan mengukur tinggi badan dan berat badan untuk menilai status gizi. Kuesioner untuk mengukur kepuasan mutu hidangan dan *food recall* 4x24 jam untuk mengetahui tingkat kecukupan gizi. Data dianalisis menggunakan uji *Chi Square* dan uji Kruskal-Wallis.

Hasil: Status gizi pada sebagian besar responden adalah baik. Sebagian besar santri menunjukkan sikap puas terhadap mutu hidangan pondok pesantren. Kecukupan energi santri putri dalam kategori normal. Hasil uji statistik hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri diperoleh nilai $p=0,202$. Artinya, kepuasan mutu hidangan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi santri putri. Hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri adalah $p=0,213$. Artinya, tingkat kecukupan energi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi santri putri.

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri. Tidak terdapat hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri.

Kata kunci: Status gizi, kepuasan mutu hidangan, tingkat kecukupan energi, santri putri.

ABSTRACT

Background: The provision of food in Islamic boarding schools must pay attention to the adequacy of energy and the quality of the food provided. The quality of the food consumed can affect a person's nutritional status. Based on the results of initial observations, it is known that there are still female students of the Roudlotul Jannah Kudus Islamic Boarding School who do not like some of the cottage food menus, so that students often buy food outside the cottage.

Objective: to examine the relationship between food quality satisfaction and energy adequacy level with the nutritional status of female students at the Roudlotul Jannah Islamic Boarding School in Kudus.

Methods: This research method uses a cross sectional design with the number of respondents as many as 88 female students of the Roudlotul Jannah Kudus Islamic Boarding School, taken using simple random sampling. Data were collected by measuring height and weight to assess nutritional status. Questionnaire to measure food quality satisfaction and food recall 4x24 hours to determine the level of nutritional adequacy. Data were analyzed using Chi Square test and Kruskal-Wallis test.

Results: The nutritional status of most of the respondents was good. Most of the students showed a satisfied attitude towards the quality of the boarding school food. The energy sufficiency of female students is in the normal category. The results of the statistical test of the relationship between food quality satisfaction and the nutritional status of female students were $p=0.202$. This means that food quality satisfaction does not have a significant relationship with the nutritional status of female students. The relationship between the level of energy adequacy with the nutritional status of female students is $p=0.213$. This means that the level of energy adequacy does not have a significant relationship with the nutritional status of female students.

Conclusion: There is no relationship between food quality satisfaction and the nutritional status of female students. There is no relationship between the level of energy adequacy with the nutritional status of female students.

Keywords: nutritional status, food quality satisfaction, energy adequacy level, female students

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelenggaraan makanan adalah aktivitas sistem yang saling terintegrasi dengan keterkaitan satu dan lainnya (Wayansari, Anwar, & Amri, 2018: 2). Beberapa komponen dalam penyelenggaraan makanan antara lain pembelian dan penyimpanan bahan makanan, proses mengolah makanan, menyajikan makanan dan higiene sanitasi (Kustiyosih, Adriani, & Nindya, 2016: 11). Penyelenggaraan makanan seharusnya memiliki orientasi terhadap kepuasan konsumen. Setiap penyelenggara makanan harus memberikan kualitas makanan yang baik agar terciptanya kepuasan konsumen dan tidak terdapat sisa makanan (Mustika, dkk 2016).

Salah satu institusi yang menerapkan penyelenggaraan makanan yaitu pendidikan pondok pesantren dengan fasilitas asrama. Pondok Pesantren ialah suatu lembaga pembelajaran informal yang melakukan aktivitas pembelajaran. Pondok pesantren merupakan tempat para santri tinggal sambil belajar ilmu Agama Islam (Firdaus, Setiawati, & Nurhayati, 2018: 44). Pada penyelenggaraan pembelajaran pondok pesantren santri diwajibkan menetap dalam pondok selama menjalani pembelajaran. Hal ini artinya selama aktivitas belajar, santri

juga melakukan berbagai kegiatan sehari-hari di dalam pondok, termasuk dalam hal kebutuhan makan. Dengan demikian, maka manajemen pondok pesantren dituntut untuk memberikan layanan yang baik agar kebutuhan gizi para santri terpenuhi (Ningtyas, dkk., 2018: 26).

Penyelenggaraan makanan pada sebuah pondok pesantren diatur oleh institusi makanan, dimana pengolahan makanan sesuai standar yang telah ditentukan. Standar makanan yang ada terkait aspek menu, kecukupan gizi, serta sanitasi. Pemberian hidangan yang berkualitas ditujukan untuk meningkatkan serta menjaga status gizi santri (Purwaningtyas, 2013: 3). Menurut hasil penelitian Wahyuni, dkk. (2018: 2), mayoritas santriwati sangat puas terhadap mutu hidangan. Namun, beberapa santriwati menyatakan bahwa nasi dan sayuran sering disajikan dalam kondisi dingin, menu kurang variatif, porsinya kurang, dan kematangan nasi putihnya tidak konsisten. Oleh karena itu, perlu adanya peningkatan kualitas makanan terutama pada suhu makanan dan konsistensi penyajian makanan. Permasalahan terkait makanan santri di pondok pesantren dapat diatasi dengan alternatif penyelenggaraan makanan yang baik. Penyelenggaraan makanan di pesantren harus memperhatikan kecukupan energi, variasi makanan, dan jumlah makanan yang disediakan (Choiriyah, 2019: 3).

Kuantitas dan kualitas hidangan menjadi beberapa faktor yang turut mempengaruhi tingkat konsumsi energi serta zat gizi (Heidi, 2017: 72). Hasil penelitian Rokhmah, dkk (2016: 94) pada sebuah pondok pesantren di Kota Batu menunjukkan bahwa ada korelasi yang berarti antara tingkat kecukupan energi protein, lemak serta karbohidrat terhadap status gizi santri. Hasil penelitian Kherunnisa (2018: 1) dengan subjek santri putri di Pondok Pesantren Daarul Ahsan menunjukkan terdapat korelasi yang bermakna antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi.

Kualitas menu makanan yang dikonsumsi dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Makanan yang berkualitas terdiri dari dua faktor, yaitu tampilan makanan dan rasa makanan yang dihidangkan. Kepuasan terhadap menu makanan perlu diperhatikan dalam penyelenggaraan makanan. Cita rasa makanan dan minuman yang dihidangkan, serta kesesuaian menu dan selera santri harus diperhatikan agar memenuhi kepuasan santri terhadap makanan (Wulansari, dkk., 2014: 12). Menurut Wayansari, Anwar, & Amri (2018: 48) standar mutu makanan merupakan kualitas akhir yang diharapkan untuk setiap hidangan yang diukur dari nilai gizi, rupa, rasa, tekstur, warna, bahan makanan yang digunakan, standar porsi dan cara penyajiannya.

Salah satu pondok pesantren yang memiliki banyak santri yang berada di Kabupaten Kudus yaitu Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus. Penelitian ini mengambil lokasi di pondok pesantren tersebut atas dasar bahwa pondok pesantren tersebut telah berdiri sejak 1987 dan saat ini memiliki banyak santri dan terdapat sarana dan prasarana yang memadai, termasuk penyelenggaraan makanan bagi para santri.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan pengurus pondok, dapat diketahui bahwa usia santri putri secara keseluruhan berkisar antara 10 – 25 tahun. Diantara total 250 santri putri, terdapat 95 santri (38,0%) yang masih bersekolah di Madrasah Tsanawiyah (MTs). Selanjutnya, santri putri yang bersekolah di Madrasah Aliyah (MA) sebanyak 70 santri (28,0%). Jumlah santri putri yang sudah lulus MA sebanyak 70 santri (28,0%). Sisanya, sebanyak 15 santri (6,0%) masih bersekolah di Sekolah Dasar. Pada masa remaja, manusia mengalami pertumbuhan yang sangat cepat. Atas dasar tersebut, maka kecukupan asupan gizi sangat dibutuhkan agar pertumbuhan santri tetap optimal.

Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus melakukan penyelenggaraan makanan untuk santri sebanyak 3 kali sehari. Dalam sistem penyelenggaraannya, penyajian makanan pokok dan sayur dilakukan secara prasmanan,

sedangkan untuk lauk dan buah sudah diporsikan oleh pihak pondok disajikan melalui pemorsian. Berdasarkan hasil wawancara pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 10 santri putri di Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus, dapat diketahui bahwa terdapat 7 santri putri (70%) yang kurang menyukai beberapa sajian menu makanan pondok. Akibatnya, santri lebih sering membeli makanan di warung makan di luar pondok pesantren. Ketidakpuasan santri terhadap menu dapat disebabkan karena berbagai hal, seperti mutu makanan, keragaman menu, sikap petugas pelayanan makanan, jadwal waktu makan, dan keandalan layanan yang diberikan pondok (Amalia, 2020: 14).

Sesuai dengan uraian latar belakang penelitian yang dipaparkan di atas, dengan ini peneliti memiliki ketertarikan untuk mengkaji mengenai hubungan antara kepuasan mutu hidangan serta tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.

B. Rumusan masalah

Sesuai paparan latar belakang masalah yang diuraikan sebelumnya, maka rumusan permasalahan penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Bagaimana kepuasan mutu hidangan santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus?

2. Bagaimana tingkat kecukupan energi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus?
3. Bagaimana hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus?
4. Bagaimana hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus?

C. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini disusun berdasarkan rumusan masalah yang disajikan di bagian sebelumnya, yaitu:

1. Untuk mengetahui kepuasan mutu hidangan santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.
2. Untuk mengetahui tingkat kecukupan energi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.
3. Untuk mengkaji hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.
4. Untuk mengkaji hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.

D. Manfaat penelitian

Sebuah penelitian dilakukan agar memberikan maanfaat secara teorits maupun praktis. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis

Memberikan tambahan referensi serta bahan pustaka mengenai kepuasan mutu hidangan dalam penyelenggaraan makanan, kecukupan energi bagi santri, serta hubungannya dengan status gizi santri.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahwan informasi bagi masyarakat terkait pelayanan penyenggaraan makan dan status gizi santri putri di Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.

E. Keaslian penelitian

Hasil penelitian terdahulu terkait faktor yang mempengaruhi status gizi telah banyak dipublkasikan. Beberapa peneliti sebelumnya dan hasil yang dilaporkan berkaitan dengan topic penelitian ini dapat ditampilkan sebagai berikut:

Tabel 1.1 Kajian Penelitian Sebelumnya

No	Nama Peneliti, Judul, dan Tahun	Metode Penelitian			Hasil
		Desain Penelitian	Variabel	Sampel Penelitian	
1	Neni Rahmawati. 2018. Tingkat Kepuasan Santri Terhadap Kualitas dan Layanan Makanan di Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta	Penelitian survey dengan pendekatan deskriptif kuantitatif	V. Bebas Tingkat kepuasan santri V. Terikat Kualitas Makanan dan Layanan Makanan	323 santri putra dan putri kelas VII, VIII, IX, X, XII dan XII di Muhamm adiyah Boarding School Yogyakarta	- Hasil analisis menunjukkan Sebagian besar santri tidak puas dengan kualitas makanan di MBS Yogyakarta
2	Endah Nurwulan, dkk. 2017. Hubungan Asupan Zat Gizi, Pola Makan, dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Yatim At- Thayyibah Sukabumi	<i>Cross Sectional</i>	V. Bebas - Asupan Zat Gizi - Pola Makanan - Pengetahuan Gizi V. Terikat - Status Gizi	Santri yang berumur 13-18 tahun yang mukin (menetap) di pesantren, dan bersedia terlibat dalam penelitian	- Asupan zat gizi tidak berhubungan secara signifikan dengan status gizi - Pola makan tidak berhubungan secara signifikan dengan status gizi santri - Pengetahuan gizi tidak berhubungan dengan status gizi santri
3	Amanda Nurqisthy. 2016. Hubungan Kepuasan Pelayanan Makanan dengan	<i>Cross Sectional</i>	V. Bebas Kepuasan Pelayanan Makanan	Pasien Rumah Sakit Universita	- Pasien menunjukkan rasa puas pada pelayan

Tingkat Kecukupan Energi dan Protein Pasien di Rumah Sakit Universitas Airlangga Surabaya	V. Terikat Kecukupan Energi dan Protein	s Airlangga dengan diet TETP	makanan dirumah sakit - Selama 3 hari, tingkat kecukupan energi dan protein termasuk adekuat - Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar pasien (64,7% dan 61,8%) yang mengatakan puas mempunyai tingkat kecukupan energi dan protein yang adekuat.
---	---	------------------------------	--

Berdasarkan tabel 1.1 diketahui bahwa penelitian sebelumnya mempunyai perbedaan dengan penelitian ini. Penelitian ini menguji dua variabel bebas yaitu kepuasan mutu hidangan dan kecukupan energi yang dihubungkan dengan status gizi santri. Objek dan subjek penelitian ini juga berbeda dengan penelitian sebelumnya, sehingga diharapkan hasil didapatkan akan berbeda pula karena adanya perbedaan faktor individu.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kepuasan Mutu Hidangan

1. Pengertian Kepuasan Mutu Hidangan

Kepuasan adalah apa yang dirasakan oleh seseorang konsumen dari hasil perbandingan antara kinerja atau layanan yang dirasakan dengan apa yang menjadi harapan konsumen (Semedi, Kartasurya, & Hagnyonowati, 2013). Kepuasan merupakan gambaran dari respon konsumen secara emosional terhadap pengalamannya dalam mengkonsumsi sebuah produk, serta disisi lain merupakan tanggapan atas ketidaksesuaian antara kenyataan produk yang dirasakan dengan harapan konsumen sebelumnya.

Kepuasan pelanggan adalah tanggapan atau penilaian konsumen terhadap pemenuhan kebutuhan yang diterima dari fitur sebuah produk atau jasa. Kepuasan pelanggan merupakan kondisi yang menunjukkan tingkat yang menyenangkan atas pemenuhan kebutuhan dari konsumsi sebuah produk, termasuk didalamnya yaitu tingkat di bawah dan di atas level pemenuhan kebutuhan konsumen (Evirasanti, Rahyuda, & Yasa, 2016: 4331).

Menurut Tjiptono dalam Surbakti (2017: 84), kualitas pelayanan merupakan ukuran seberapa baik layanan dari

sebuah produk atau jasa dapat memenuhi harapan konsumen. Kualitas pelayanan merupakan keunggulan dari sebuah layanan dalam memenuhi kebutuhan atau ekspektasi pelanggan. Kualitas makanan (*food quality*) adalah aspek-aspek kualitas makanan yang bisa diterima oleh pelanggan, mencakup bentuk, konsistensi, ukuran, warna, rasa dan tekstur (Adinugraha & Michael, 2018: 33).

Terkait dengan kualitas hidangan, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas makanan yaitu mencakup cita rasa makanan, terdiri dari rasa makanan dan penampilan. Selain rasa makanan saat diolah, tampilan makanan saat dihidangkan menjadi salah satu aspek yang turut mempengaruhi persepsi konsumen pada cita rasa makanan. Tampilan makanan yang tersaji dapat menimbulkan rangasangan bagi saraf dari indera penglihatan. Hal ini dapat membangkitkan selera konsumen terhadap makanan.

Selain rasa makanan dan tampilan makanan pemilihan makanan dan minuman harus memperhatikan yang halal dan thayyib. Konsep halalan thayyiban merupakan sebuah konsep tentang makanan dan minuman yang akan menyehatkan fisik manusia, karena dalam makanan dan minuman yang halalan thayyiban hanya terdapat yang

menyehatkan badan, dan menenangkan jiwa manusia (Nuraini, 2018: 83).

Kementrian Agama RI (2013: 109) menjelaskan pengharaman suatu makanan oleh Allah dan rasul-Nya didasarkan pada kepentingan dan kondisi manusia itu sendiri. Yang demikian ini karena ada beberapa makanan yang dapat berdampak negatif terhadap jasmani maupun rohani mereka. Makanan-makanan yang diharamkan menurut ketetapan syariat dapat ditemukan dalam berbagai ayat, diantaranya Surah al-An‘ām: 145 berikut:

قُلْ لَا أُجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَىٰ طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ
 دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ
 اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: “Katakanlah, “Tidak kudapati di dalam apa yang diwahyukan kepadaku, sesuatu yang diharamkan memakannya bagi yang ingin memakannya, kecuali daging hewan yang mati (bangkai), darah yang mengalir, daging babi—karena semua itu kotor— atau hewan yang disembelih bukan atas (nama) Allah.”

Ayat di atas menjelaskan perintah Allah kepada Nabi Muhammad untuk mengkritik sikap orang-orang musyrik yang tidak benar tentang makanan. Pada saat itu mereka sering menetapkan kehalalan atau keharaman makanan berdasarkan keinginansendiri; sesuatu yang mestinya merupakan hak prerogatif Tuhan. Dalam ayat ini Rasulullah

diminta untuk menyampaikan, sesuai dengan wahyu yang diterimanya, bahwa makanan yang diharamkan itu terdiri dari empat macam, yaitu:

1. Hewan mati (bangkai), yakni hewan yang tidak disembelih sesuai dengan aturan syariat, misalnya hewan yang mati karena sakit, tercekik, terpukul, terjatuh, dan sebagainya.
2. Darah yang mengalir, atau yang keluar dari tubuh hewan yang disembelih, atau karena luka, dan lain sebagainya.
3. Daging babi, demikian pula semua bagian tubuhnya, seperti bulu, kulit, tulang, susu, dan lemak.
4. Binatang yang disembelih dengan tidak menyebut nama Allah, seperti yang disembelih dengan menyebut nama berhala atau yang dipersembahkan kepada selain Allah

Ayat senada yang juga menjelaskan perihal makanan-makanan yang diharamkan adalah firman Allah dalam Surah al-Mā'idah: 3 berikut:

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْفُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبْعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَامِ ۗ ذَلِكُمْ فِسْقٌ ۗ الْيَوْمَ يَبْسُ الدِّينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلَا تَحْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنَ ۗ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيْتُ لَكُمْ الْإِسْلَامَ دِينًا ۗ فَمَنْ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمِهِ ۗ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: "Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi, dan (daging) hewan yang

disembelih bukan atas (nama) Allah, yang tercekik, yang dipukul, yang jatuh, yang ditanduk, dan yang diterkam binatang buas, kecuali yang sempat kamu sembelih. Dan (diharamkan pula) yang disembelih untuk berhala.”

Ayat ini menerangkan hewan apa saja yang diharamkan untuk dikonsumsi. Ditilik secara saksama, sesungguhnya yang disebut pada ayat ini adalah unsur-unsur yang telah dipaparkan pada ayat sebelumnya. Dengan demikian, tuntunan agama ini telah sedemikian jelas dan terinci menerangkan jenis-jenis makanan, terutama yang berasal dari hewan yang diharamkan.

Makanan dan minuman yang *halal* lagi *thayyib* jangan asal masuk ke perut karena makanan dan minuman yang *halal* lagi *thayyib* sangat besar pengaruhnya pada ketenangan jiwa. *Halal* adalah makanan dan minuman yang bukan haram sedangkan *thayyib* adalah makanan dan minuman yang diterima selera, tidak menjijikan karena itu sangat dipengaruhi oleh kebiasaan dan kemajuan suatu bangsa (Nuraini, 2018: 88).Aspek-aspek itu menjadi penting untuk diperhatikan, supaya dapat memberikan kepuasan kepada konsumen terkait makanan tersebut (Wahyuni, Sabaria Battung, & Salam, 2016: 4).

Berdasarkan penjelasan teori yang dijabarkan di atas, maka kesimpulan yang dapat ditarik bahwa kepuasan mutu

hidangan adalah respon individu dalam memberikan penilaian terhadap kualitas makanan yang disajikan pada sebuah penyelenggaraan makanan.

2. Indikator Kepuasan Mutu Hidangan

Kepuasan terhadap mutu hidangan makan dapat ditentukan oleh kualitas dari makanan itu sendiri. Menurut West, Wood, dan Harger dalam Adinugraha & Michael (2018: 34) menyebutkan terdapat beberapa aspek kualitas makanan (*food quality*) yaitu sebagai berikut:

a. Rasa makanan

Pengolahan dan proses memasak makanan ditujukan untuk mendapatkan makanan dengan rasa yang ingin dirasakan pelanggan. Hidangan makanan harus disajikan secara enak dan aroma yang sedap. Rasa yang nikmat menjadi salah satu aspek utama bagi kualitas makanan, meskipun rasa bersifat relatif.

b. Aroma makanan

Reaksi konsumen terhadap suatu makanan dapat dipengaruhi oleh aroma dari makanan tersebut. Konsumen dapat mencium makanan sebelum konsumen menikmati makanan itu. Selera makan konsumen dapat dipengaruhi oleh aroma yang muncul dari makanan yang dihidangkan.

c. Tekstur

Tekstur makanan merupakan karakteristik dari sebuah makanan seperti, cair atau padat, halus atau tidak, kering atau lembab keras atau lembut,. Melalui tekanan dan gerakan di dalam mulut akan dapat merasakan tipis dan halus nya makanan.

d. Temperatur

Temperatur makanan memberikan pengaruh rasa makanan, misal rasa manis menjadi sangat terasa ketika makanan dalam kondisi hangat, sedangkan rasa asin terasa kurang ketika sup dalam keadaan panas.

e. Penampilan

Penampilan makanan adalah cara dalam menyajikan makanan kepada pelanggan untuk dikonsumsi. Sajian makanan disesuaikan dengan tampilan warna dan disusun secara lebih menarik untuk dapat menambah selera makan. Tampilan merupakan kesan pertama pelanggan saat akan mengonsumsi. Sajian makanan yang menarik akan mendorong indera pengecap agar segera mengonsumsi makanan tersebut.

f. Kematangan

Tekstur dari makanan dapat dipengaruhi oleh tingkat kematangan makanan. Tingkat kematangan setiap makanan berbeda-beda. Makanan sebelum dihidangkan terlebih dahulu dimasak atau diolah dengan baik dan higienis agar

dapat dikonsumsi dengan aman. Apabila pemasakan makanan tidak matang, maka bakteri yang ada dalam bahan makanan tidak mati, sehingga beresiko menimbulkan penyakit saat dikonsumsi.

g. Warna

Bagian penyaji makanan perlu memiliki keterampilan untuk dapat memberikan kombinasi warna bahan-bahan makanan agar tidak terlihat pucat, sehingga selera makan konsumen dapat tergugah.

h. Porsi

Standar porsi perlu ditentukan dalam penyajian makanan. Standar porsi merupakan kuantitas item sajian makanan yang diberikan kepada konsumen dalam setiap kali penyajian.

i. Bentuk

Perhatian konsumen saat akan mengonsumsi makanan akan tertarik dari melihat bentuk makanan. Variasi cara pemotongan makanan akan membuat bentuk makanan lebih menarik.

Nasution (2017: 23) dalam penelitian mengenai kepuasan pasien terhadap pelayanan makanan menggunakan beberapa indikator dalam pengukurannya, yaitu:

a. Waktu Makan

Secara ilmiah manusia akan lapar setelah 3-4 jam. Oleh karena itu manusia harus mendapatkan makanan setelah waktu tersebut. Makanan yang dikonsumsi bisa makanan ringan atau makanan berat. Antara makan malam dan bangun pagi terdapat jarak waktu selama kurang lebih 8 jam. Metabolisme tubuh tetap berlangsung selama waktu tidur, sehingga ketika pagi hari perut kosong maka kebutuhan energi akan mengambil cadangan lemak tubuh.

b. Penampilan Makanan

Dalam proses penyelenggaraan makanan, penyajian makanan merupakan faktor akhir yang sangat menentukan. Faktor yang mempengaruhi penampilan makanan waktu disajikan, antara lain yaitu penyajian makanan, warna makanan, bentuk makanan, konsistensi, dan porsi makanan.

c. Rasa Makanan

Setelah penampilan makanan, rasa makanan juga menjadi faktor yang mempengaruhi cita rasa makanan. Aspek-aspek yang memiliki peran dalam menentukan rasa makanan yaitu: bumbu masakan dan bahan penyedap, aroma makanan, kematangan, kerenyahan, temperatur.

d. Kebersihan Alat dan Makanan

Kebersihan peralatan masak dan sajian makan sangat mempengaruhi kualitas makanan dan minuman yang dihidangkan. Kondisi peralatan makan yang tidak higienis beresiko munculkan bakteri dan organisme penyakit berkembang biak. Hal ini dapat mengkontaminasi makanan yang dihidangkan.

e. Variasi menu makanan

Penyajian menu makanan yang bervariasi dapat dihasilkan dari penggunaan bahan makanan yang bermacam-macam dan cara pengolahan yang beraneka ragam. Variasi menu tersebut dapat menghilangkan rasa bosan bagi penerima makanan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa indikator kepuasan terhadap mutu hidangan dalam penelitian ini diadaptasi dari penelitian Nasution (2017: 23), yaitu waktu makan, rasa makanan, penampilan makanan, variasi menu makanan dan kebersihan alat dan makanan.

B. Tingkat Kecukupan Energi

1. Pengertian Tingkat Kecukupan Energi

Asupan zat gizi menjadi salah satu indikator dalam menilai status kesehatan santri. Sesuai Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019

Tentang angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia, bahwa Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang disarankan bagi masyarakat Indonesia adalah ukuran nilai yang menunjukkan kebutuhan rata-rata zat gizi tertentu yang harus dipenuhi setiap hari untuk hidup sehat. Penilaian gizi ditujukan bagi seluruh kalangan dengan karakteristik meliputi usia, gender, kondisi fisiologis, dan level aktivitas fisik. AKG digunakan pada level konsumsi yang meliputi kecukupan energi, karbohidrat, lemak, protein, air, serat, vitamin, dan mineral.

Tingkat kecukupan zat gizi merupakan rata-rata asupan gizi harian yang ditujukan dalam pemenuhan kebutuhan gizi orang sehat yang berlaku pada kelompok jenis kelamin, umur, dan fisiologis tertentu. Permasalahan gizi, yaitu gizi kurang ataupun gizi lebih dapat muncul akibat ketidakseimbangan tingkat kecukupan zat gizi (Rokhmah, Muniroh, & Nindya, 2016: 95).

Kecukupan energi individu dapat dipengaruhi konsumsi makanan yang dilakukan. Makanan yang dikonsumsi mampu memberikan sumbangan energi yang selanjutnya akan menjadi tenaga yang dapat digunakan untuk beraktivitas. Hasil metabolisme protein, lemak dan karbohidrat adalah sebuah energi. Energi berfungsi sebagai

zat tenaga dalam mengatur suhu tubuh, pertumbuhan, metabolisme, dan aktivitas fisik (Ramayulis, 2017: 87).

Keperluan energi menjadi kebutuhan dasar makhluk hidup untuk dapat melakukan berbagai kegiatan. Energi didapatkan dari protein, karbohidrat, dan lemak yang terdapat pada makanan yang dikonsumsi. Kandungan karbohidrat, protein, dan lemak sangat menentukan nilai energi (Irianto, 2017: 65).

Menurut FAO/WHO, kebutuhan energi seseorang adalah konsumsi energi berasal dari makanan yang diperlukan sesuai dengan pengeluaran energinya. Kebutuhan energi juga bergantung pada ukuran dan komposisi tubuh, serta aktivitas yang sesuai dengan kesehatan jangka panjang. Konsumsi energi memungkinkan pemeliharaan aktivitas fisik yang dibutuhkan secara sosial dan ekonomi. Metabolisme basal, efek makanan dan aktivitas fisik sangat menentukan kebutuhan energi seseorang (Almatsier, 2009: 77).

Sumber energi dengan konsentrasi tinggi dapat ditentukan dari bahan makanan sumber lemak, seperti, biji – bijian, kacang – kacangan, lemak dan minyak. Sumber lainnya yaitu makanan dengan kandungan karbohidrat, misalnya seperti padi, gula murni dan umbi. Sumber energi dapat didapatkan dari konsumsi bahan yang dibuat dari atau menggunakan bahan makanan tersebut. Keseimbangan

energi akan tercapai apabila energi dari masukan makanan dalam tubuh sama dengan banyaknya energi keluar saat melakukan aktivitas (Almatsier, 2009: 79).

Asupan energi adalah konsumsi seorang individu setiap hari terhadap asupan zat lemak, protein dan karbohidrat yang didapatkan dari konsumsi makanan (Watania, Mayulu, & Kawengian, 2016: 44).

Surah dalam Al – Qur'an yang menjelaskan tentang makanan dan minuman yaitu terdapat pada Surah Al-A'raf: 31 berikut :

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

Artinya : Hai anak Adam, pakailah pakaian kalian yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.

Pada ayat ini Allah memerintahkan agar memakai pakaian yang baik dalam beribadah, baik ketika salat, tawaf, dan ibadah lainnya. Allah juga memerintahkan manusia untuk makan dan minum secukupnya tanpa berlebih-lebihan. Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus yaitu pakaian yang dapat menutupi aurat kalian atau bahkan yang lebih dari itu ketika kalian beribadah, sehingga kalian bisa melakukan salat dan tawaf dengan nyaman, dan

lakukanlah itu pada setiap memasuki dan berada di dalam masjid atau tempat lainnya di muka bumi ini. Dalam rangka beribadah, Kami telah menyediakan makanan dan minuman, maka makan dan minumlah apa saja yang kamu sukai dari makanan dan minuman yang halal, baik dan bergizi, tetapi jangan berlebihan dalam segala hal, baik dalam beribadah dengan menambah cara atau kadarnya, ataupun dalam makan dan minum. Karena sungguh, Allah tidak menyukai, yakni tidak melimpahkan rahmat dan ganjaran-Nya kepada orang yang berlebih-lebihan dalam hal apa pun.

Penggalan ayat ini merupakan salah satu prinsip yang diletakkan agama menyangkut kesehatan. Perintah makan dan minum lagi tidak berlebih-lebihan, yakni tidak melampaui batas merupakan tuntunan yang harus disesuaikan dengan kondisi setiap orang. Karena kadar tertentu yang dinilai cukup untuk seseorang bisa jadi telah dinilai melampaui batas atau belum cukup buat orang lain. Atas dasar itu, kita dapat berkata bahwa penggalan ayat diatas menjelaskan sikap proporsional dalam makan dan minum (Shihab, 2005:76)

Hal ini dapat dilihat dari ayat-ayat yang telah dikemukakan sebelumnya dan dapat juga dilihat dalam firman Allah SWT berikut ini (QS. Al-Maidah: 87)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتٍ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu haramkan apa-apa yang baik yang telah Allah halalkan bagi kamu, dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas.”

Ayat di atas memerintahkan untuk bertakwa kepada Allah swt. karena orang-orang mukmin selalu bertakwa kepada-Nya, dengan mengikuti apa yang diperintahkan-Nya, menjauhi larangan-Nya, menghalalkan apa yang halal dan mengharamkan yang haram.

Makanan yang baik untuk manusia tak terbatas mencakup semua rezki yang telah Allah SWT halalkan baik dari hewan, tumbuh-tumbuhan maupun buah-buahan. Banyak ayat-ayat Al-Quran yang mengizinkan umat manusia untuk mengkonsumsi segala apa yang telah Allah SWT ciptakan kecuali yang telah jelas di larangnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecukupan energi adalah konsumsi energi berasal dari asupan lemak, protein dan karbohidrat yang didapatkan dari konsumsi berbagai makanan oleh seseorang setiap hari.

2. Klasifikasi Tingkat Kecukupan Energi

Tingkat kecukupan energi diperoleh dari rerata energi yang dikonsumsi setiap hari dibandingkan dengan anjuran

angka kecukupan gizi (AKG) dikali dengan angka 100% sesuai dengan berat badan aktual. WNPG (2012: 43) menyebutkan ada lima kategori tingkat kecukupan zat gizi makro, yaitu defisit berat (kurnag dari 70 persen), defisit ringan (70 – 79 persen), cukup (80 – 89 persen), normal (90 – 110 persen), dan kelebihan (lebih dari 110 persen).

Untuk menunjang proses pertumbuhan dan melakukan aktivitas harian dan mempertahankan hidup, maka manusia membutuhkan energi untuk. Energi dari makanan yang masuk ke tubuh harusimbang dengan kebutuhan energi yang diperlukan individu. Apabila terjadi kelebihan konsumsi energi, maka akan menimbulkan kelebihan berat badan atau obesitas. Namun, kurangnya asupan energi akan dapat menimbulkan permasalahan berat badan lebih rendah dari normal.

Proses pertumbuhan jasmani pada masa remaja terjadi sangat pesat. Selain itu, pertumbuhan bentuk dan susunan jaringan tubuh, dan aktivitas fisik juga lebih banyak. Pada masa remaja kebutuhan atau kecukupan zat gizi sangat tinggi, sehingga faktor gizi sangat mempengaruhi “*posture*” dan “*performance*” seseorang pada usia dewasa. Jika asupan energi kurang, maka protein akan diambil untuk pembentukan energi.

Tabel 2.1. Kategori Asupan Energi dibandingkan dengan AKG

No	Kategori	Ambang batas
1	Defisit berat	<70%
2	Defisit ringan	70-79%
3	Cukup	80-89%
4	Normal	90-109%
5	Kelebihan	>110%

Sumber : Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) (2012: 796).

C. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Gizi menjadi salah satu yang berperan pada pencapaian kondisi kesehatan yang prima dan optimal. Almatsier (2009: 54), menyebutkan gizi merupakan ikatan kimia yang dibutuhkan manusia guna melaksanakan fungsi tubuh, antara lain memelihara jaringan, menciptakan tenaga serta mengendalikan aktivitas individu.

Gizi yang baik ialah aspek bernilai untuk mempertahankan hidup, kesehatan, serta pertumbuhan seseorang saat ini serta maupun waktu yang akan datang. Kondisi gizi seorang bisa ditafsirkan dengan status gizi individu (Widyastari & Setiowati, 2015: 46).

Status gizi ialah sebuah ukuran terkait keadaan tubuh manusia yang dilihat dari konsumsi makanan serta asupan zat gizi yang ada dalam tubuh manusia (Almatsier, 2009: 56).

Status gizi merupakan kondisi tubuh yang merupakan dampak dari makanan yang dikonsumsi dan asupan nutrisi dalam tubuh seseorang (Saputo, Fazrin, & Yalastyarini, 2020). Tiap orang memerlukan konsumsi zat gizi yang berbeda-beda, yaitu bergantung pada karakteristik umur, jenis kelamin, kegiatan individu setiap harinya, serta berat tubuh (Par'I, Holil M. dkk, 2017: 32).

Atas dasar kajian teori yang telah disebutkan di atas, maka didapatkan kesimpulan bahwa status gizi adalah suatu ukuran tubuh individu yang terlihat dari kondisi yang seimbang antara zat gizi dari asupan makanan dengan zat gizi yang dibutuhkan dalam proses metabolisme dan aktivitas tubuh.

Tidak sedikit ayat-ayat al-Quran yang berbicara tentang makanan. Diantaranya tercantum dalam QS. al-Baqarah: 168 sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

Artinya: “Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu.”

Dilihat dari kandungan surah al-Baqarah ayat 168 di atas maka ayat tersebut mempunyai korelasi dengan surah al-Ma'idah: 88 berikut:

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ

Artinya: “Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezezikikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya.”

Ayat di atas menegaskan perintah memakan yang halal, dan dengan demikian, melalui ayat ini yang menghasilkan makna larangan dan perintah bolehnya memakan segala yang halal. Dengan perintah ini tercegah pulalah praktek-praktek keberagamaan yang melampaui batas. Dan makanlah makanan yang halal, yakni yang bukan haram lagi baik, lezat, bergizi dan berdampak positif bagi kesehatan dari apa yang Allah telah rezezikikan kepada kamu, dan bertakwalah kepada Allah dalam segala aktivitas kamu yang kamu terhadap-Nya adalah mu'minin, yakni orang-orang yang mantap keimanannya. Yang dimaksud dengan kata makan dalam ayat ini, adalah segala aktivitas manusia. Pemilihan kata makan, disamping karena ia merupakan kebutuhan pokok manusia, juga karena makanan mendukung aktivitas manusia. Tanpa makan, manusia lemah dan tidak dapat melakukan aktivitas. (Shihab, 2005: 26)

Makanan yang sehat adalah yang memiliki zat gizi yang cukup dan seimbang. Proporsional dalam arti sesuai dengan kebutuhan pemakan, tidak berlebih dan tidak berkurang. Ada makanan buat anak, ada juga buat orang dewasa. Sedang aman, adalah yang mengakibatkan rasa aman jiwa dan kesehatan pemakannya, karena ada makanan yang sesuai buat kondisi si A dan ada juga yang tidak. Di sisi lain, kata aman juga di samping mencakup rasa aman dalam kehidupan dunia, juga aman dalam kehidupan akhirat. Dari sini lahir anjuran untuk meninggalkan makanan-makanan yang mengandung syubhat (keraguan tentang kehalalannya). (Shihab, 2005: 26).

Selain makanan yang halal, Islam sangat menganjurkan supaya kita menjaga kesehatan fisik, salah satu caranya adalah dengan memakan makanan dan minuman yang bergizi. Makanan bergizi mengandung zat-zat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh kita, seperti protein, zat besi, karbohidrat, dan zat-zat lainnya. Makanan bergizi sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh, dan menghindarkan kita dari berbagai macam jenis penyakit. Tidak salah jika dikatakan bahwa makanan bergizi merupakan cerminan atau manifestasi dari makanan yang *ṭayyib*. Karena itu, Islam sangat menganjurkan jenis makanan tersebut dan menyuruh

kita menjauhi makanan yang haram. Baik haram karena zatnya, maupun cara mendapatkannya (Anshori, 2020: 70).

2. Penilaian Status Gizi

Penilaian atau evaluasi status gizi merupakan pengukuran terhadap aspek yang bisa jadi penanda evaluasi status gizi, setelah itu dibanding dengan standar baku yang ditetapkan.

1) Penilaian secara langsung

Terdapat empat penilaian status gizi secara langsung yaitu antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik. Adapun penjelasan dari setiap penilaian yaitu (Supariasa, dkk, 2016: 41):

a. Antropometri

Antropometri memiliki makna umum yaitu ukuran tubuh manusia. Antropometri gizi terkait dengan beberapa bentuk model ukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari sesuai dengan tingkat umur dan gizi. Parameter antropometri yang diukur diantaranya yaitu TB, BB, LLA, Lingkar dada, Lingkar kepala, dan Lemak subkutan.

b. Klinis

Metode klinis didasarkan atas perubahan yang muncul akibat adanya ketidakcukupan zat gizi. Kondisi itu dapat diketahui dari jaringan epitel, misalnya mata, rambut, kulit,

dan mukosa oral, serta organ-organ yang berada dekat dengan permukaan tubuh, misalnya kelenjar tiroid.

c. Biokimia

Merupakan sesuatu pengecekan spesimen yang diuji secara laboratoris yang dicoba pada bermacam berbagai jaringan badan. Jaringan badan yang digunakan antara lain: urine, tinja, darah, sebagian jaringan badan lain semacam hati serta otot

d. Biofisik

Penentuan nutrisi atau gizi biofisik merupakan metode untuk menentukan status gizi yang dilakukan melalui ukuran kemampuan fungsi jaringan, serta mengetahui perubahan dalam struktur jaringan.

2) Penilaian secara tidak langsung

Status gizi dapat dinilai secara tidak langsung yang terbagi menjadi 3 bentuk yaitu: survei konsumsi makanan, statistik vital, dan faktor ekologi (Supariasa, dkk., 2016: 42).

a. Survei konsumsi makanan

Survei konsumsi makanan ialah konsep penentuan status gizi seseorang dengan cara tidak langsung melalui pemeriksaan pada banyaknya makanan serta jenis zat gizi yang telah dikonsumsi.

b. Statistik vital

Statistik vital adalah penilaian status gizi yang dilakukan melalui cara analisis data pada parameter statistik kesehatan, misalnya angka kematian berdasarkan usia, angka kesakitan dan kematian karena sebab tertentu, maupun data lain berkaitan dengan gizi.

c. Faktor ekologi

Malnutrisi merupakan masalah ekologi yang disebabkan oleh hubungan pada berbagai faktor fisik, biologis, dan lingkungan budaya. Sebagai contoh, ketersediaan jumlah makanan bergantung kepada faktor ekologi, diantaranya yaitu faktor tanah, iklim, irigasi, dan sebagainya.

Pengukuran antropometri merupakan salah satu cara untuk menentukan status gizi seseorang. Status gizi individu dapat digolongkan berdasarkan penggunaan jenis indeks antropometri. Indeks berat badan menurut umur (BB/U) menentukan klasifikasi gizi sangat buruk, gizi buruk, gizi baik, dan gizi lebih. Pada indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) menentukan klasifikasi pendek, normal, dan tinggi. Parameter lain seperti indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) dipakai dalam penggolongan status gizi individu menjadi sangat kurus, kurus, normal, kelebihan berat badan, dan obesitas (Regar & Sekartini, 2013: 185).

Status gizi remaja yang terkait dengan kekurangan dan kelebihan berat badan salah satunya dapat dipantau dengan menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) (Irianto, 2017:84). Indeks Massa Tubuh pada remaja dapat ditentukan dari berat badan (kilogram) dibagi tinggi badan (meter), sehingga diperoleh ukuran kg/m^2 . Rumus perhitungan IMT dapat dituliskan berikut ini:

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

Penilaian IMT/U terhadap anak dan remaja dapat dilihat berdasarkan usia dan jenis kelamin (Irianto, 2017:84). IMT pada balita, anak-anak, dan remaja dapat dihitung dengan menggunakan z-score berdasarkan kategori umur IMT/U. Perhitungan nilai Z-score yaitu sebag berikut:

$$z - score = \frac{\text{Nilai IMT subjek} - \text{Nilai Median Baku Rujukan}}{\text{Nilai Simpang Baku Rujukan}}$$

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 02 Tahun 2020 memberikan pedoman dalam menilai status gizi melalui standar antropometri. Untuk kategori usia remaja klasifikasi IMT terlihat sebagai berikut:

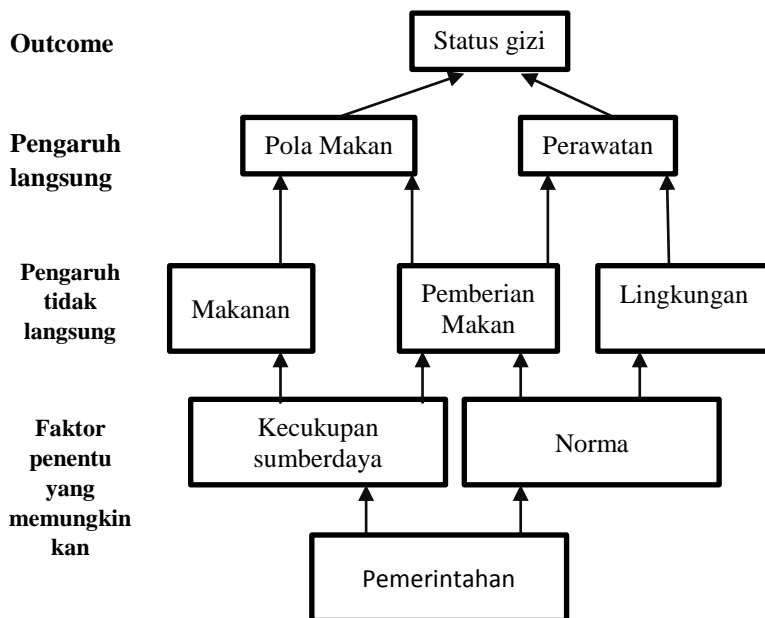
Tabel 2.2 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh pada Anak Usia 5-18 Tahun

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) anak usia 5 – 18 tahun	Gizi buruk (severely thinness)	<-3 SD
	Gizi kurang (thinness)	- 3 SD sd <- 2 SD
	Gizi baik (normal)	-2 SD sd +1 SD
	Gizi lebih (overweight)	+ 1 SD sd +2 SD
	Obesitas (obese)	> + 2 SD

Sumber : Kemenkes RI (2020: 78)

3. Faktor yang Memengaruhi Status Gizi

UNICEF (2020: 33) memberikan kerangka konsep mengenai faktor-faktor yang memengaruhi status gizi anak. Gambaran konsep tersebut dapat disajikan pada gambar berikut:



Gambar 2.1. Kerangka Determinan Status Gizi
(UNICEF, 2020: 33)

Model kerangka di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor penentu yang memungkinkan (*enabling determinants*)

Penentu yang memungkinkan terkait dengan faktor politik, keuangan, sosial, budaya dan lingkungan kondisi yang memungkinkan kebaikan nutrisi untuk anak. Terdapat tiga kategori faktor penentu yaitu:

- a. Pemerintahan: Tata kelola yang baik mengacu pada politik, keuangan, sosial dan tindakan sektor publik dan

swasta yang diperlukan untuk memungkinkan anak-anak dan hak perempuan atas gizi.

- b. Sumber daya: Sumber daya yang cukup mengacu pada lingkungan, keuangan, sumber daya sosial dan manusia yang diperlukan untuk memungkinkan anak-anak dan perempuan hak atas nutrisi.
- c. Norma: Norma positif mengacu pada tindakan gender, budaya dan sosial untuk memungkinkan hak anak-anak dan perempuan atas gizi.

2. Pengaruh tidak langsung (*underlying determinants*)

Faktor penentu tidak langsung adalah praktik layanan makanan dan gizi yang tersedia dalam rumah, masyarakat dan lingkungan yang memungkinkan anak mendapatkan nutrisi yang baik. Pengaruh tidak langsung disusun menjadi tiga kategori:

- a. Makanan, yang terdiri dari makanan kaya nutrisi yang sesuai dengan usia – termasuk ASI dan makanan pendamping ASI untuk anak dalam dua tahun pertama kehidupan – dengan air minum yang aman dan ketahanan pangan rumah tangga untuk semua anak-anak dan wanita.
- b. Pemberian makan, yang terdiri dari praktik diet sesuai usia – termasuk menyusui, pemberian makan yang responsif dan stimulasi pada anak usia dini – dengan

persiapan makanan yang memadai, konsumsi makanan dan kebersihan praktik untuk semua anak dan wanita.

- c. Lingkungan, yang terdiri dari lingkungan makanan sehat, gizi yang memadai, pelayanan kesehatan dan sanitasi, dan lingkungan hidup yang sehat yang mencegah penyakit dan mempromosikan pola makan dan aktivitas fisik yang baik.

3. Pengaruh langsung (*immediate determinants*)

Penentu langsung gizi adalah pola makan dan perawatan, yang saling mempengaruhi satu sama lain. Terjadinya pola makan yang baik dan perawatan yang baik mengarah pada nutrisi yang memadai.

- a. Pola makan. Pola makan yang baik didorong oleh makanan yang cukup dan makanan untuk mendukung nutrisi yang baik untuk anak-anak dan wanita.
- b. Perawatan. Perawatan yang baik didorong oleh layanan dan praktik yang memadai untuk mendukung nutrisi yang baik untuk anak-anak dan wanita.

4. Hasil akhir (*outcomes*)

Hasil yang diperoleh dari perbaikan status gizi bermanifestasi dalam pendek dan jangka panjang. Di masa kanak-kanak dan remaja, akan terjadi peningkatan kelangsungan hidup, kesehatan, fisik pertumbuhan, perkembangan kognitif, kesiapan sekolah dan prestasi di

sekolah. Di masa dewasa dan untuk masyarakat, peningkatan kelangsungan hidup, kesehatan, produktivitas dan upah pada orang dewasa, dan peningkatan kesejahteraan sosial masyarakat.

Beberapa sumber memberikan berbagai faktor yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang, yaitu sebagai berikut:

a. Faktor langsung

1) Keadaan infeksi

Supriasa (2016: 44) menjelaskan bahwa infeksi oleh bakteri, virus maupun dan parasite berkorelasi dengan kejadian malnutrisi. Kejadian malnutrisi berhubungan secara sinergi dengan penyakit menular. Mekanisme patologis bervariasi secara individu maupun bersamaan, yaitu kurang nafsu makan dapat menurunkan asupan gizi, menurunkan penyerapan dan kebiasaan mengurangi makan selama terjangkit penyakit, meningkatkan kehilangan cairan / nutrisi akibat diare, rasa mual, adanya perdarahan terus menerus dan meningkatkan rasa sakit, serta peningkatan parasit di tubuh.

2) Konsumsi makan

Ukuran status gizi masyarakat diketahui dari perilaku atau pola konsumsi makanan yaitu mengetahui makanan apa saja yang masuk ke dalam tubuh. Melalui tindakan tersebut akan terlihat jenis diet mana yang mungkin bisa menjadi penyebab gizi buruk.

b. Faktor tidak langsung

1) Pengaruh budaya

Keadaan yang menjadi pertimbangan terkait pengaruh budaya termasuk sikap terhadap makanan, penyebab penyakit, kelahiran anak, dan produksi pangan. Konsumsi makanan menjadi rendah karena adanya sikap yang dipengaruhi kebiasaan atau budaya di masyarakat. Asupan gizi dalam keluarga juga dapat dipengaruhi terlalu dekatnya jarak kelahiran anak serta banyaknya jumlah anak. Selain itu, produksi pangan yang masih menggunakan teknologi tradisional menyebabkan lambatnya hasil pertanian, sehingga konsumsi nutrisi keluarga juga menjadi rendah.

2) Pola pemberian makanan

Pola pemberian makanan tambahan adalah program untuk menambah nutrisi pada balita, hal ini dapat

diperoleh ketika mengikuti Posyandu. Penyediaan makanan tambahan sebagai pengganti ASI biasa dapat diperoleh dari pusat layanan kesehatan setempat (Almatsier, 2009: 45).

3) Faktor sosial ekonomi

Faktor sosial ekonomi terdiri dari dua data, yaitu:

- a) Data sosial. Data sosial terdiri dari kondisi penduduk pada suatu masyarakat, pendidikan, kondisi keluarga, lokasi tempat tinggal, penyimpanan makanan dan air, serta tempat pembuangan.
- b) Data ekonomi. Data ekonomi terdiri dari pendapatan keluarga, pekerjaan, serta kekayaan, sebagai contoh tanah, perahu, jumlah ternak, kendaraan, mesin jahit, dan sebagainya. Selain itu, faktor harga makanan yang dipengaruhi oleh variasi musim dan pasar. Penduduk Indonesia sebagian besar jumlah pendapatan penduduknya termasuk golongan rendah dan menengah. Hal ini dapat berpengaruh terhadap terpenuhinya bahan-bahan makanan yang bergizi (Almatsier, 2009: 45).

4) Pola Asuh Keluarga

Pola asuh merupakan pola orang tua dalam memberikan pengajaran bagi anak-anaknya. Cinta dan kasih sayang orang tua kepada anak-anaknya dapat berdampak pada perkembangan fisik maupun emosional anak.

5) Produksi pangan

Produksi pangan sangat mempengaruhi penyediaan makanan keluarga. Produksi pangan sangat relevan dengan sistem pertanian, tanah, perikanan dan peternakan.

6) Pelayanan kesehatan dan pendidikan

Pelayanan kesehatan dapat dilihat dari tersedianya pusat layanan kesehatan, seperti rumah sakit, tenaga kesehatan, staf dan lainnya. Fasilitas pendidikan terdiri dari jumlah anak sekolah, remaja dan organisasi karang taruna, serta media massa yaitu radio dan televisi. Perilaku yang berhubungan dengan perilaku meningkatkan dan memelihara kesehatan (*health promotion behaviour*). Sebagai contoh, makan makanan bergizi dan olah raga teratur. Selain itu, perilaku pencegahan penyakit (*health prevention behavior*) juga termasuk didalamnya, yaitu respon individu pada saat

melakukan pencegahan penyakit (Almatsier, 2009: 45)

Status gizi menjadi indikator atau ukuran pemenuhan kebutuhan gizi. Konsep keadaan gizi yang ideal dapat dipengaruhi oleh berbagai dimensi yang cukup kompleks. Terdapat banyak faktor yang berpengaruh pada status gizi seseorang, diantaranya yaitu tingkat kesehatan dan konsumsi makanan. Konsumsi makanan ditentukan oleh faktor lain seperti pendapatan, asupan makanan, dan ketersediaan bahan makanan (Rahmi, Yoza, & Rahmy, 2017: 15). Semedi, dkk (2013: 34) dalam penelitiannya menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara kepuasan layanan makanan pada sebuah Rumah Sakit dengan peningkatan status gizi pasien.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi status gizi individu pada usia remaja, yaitu sanitasi lingkungan, kejadian infeksi, pengetahuan gizi, status ekonomi keluarga, dan pola makan (Doloksaribu, 2019: 28). Pada penelitian yang dilakukan oleh Ruslie & Darmadi (2012: 116) dapat diketahui beberapa hal yang berpengaruh terhadap status gizi remaja, antara lain:

- 1) Asupan makan

Asupan makan memiliki hubungan yang bermakna dan bersifat positif dengan status gizi remaja. Artinya, semakin tinggi asupan makan, maka semakin *overweight*.

2) Aktifitas fisik

Aktifitas fisik pada remaja umumnya lebih banyak sehingga dibutuhkan kecukupan zat gizi dalam menunjang pertumbuhan dan pembentukan jaringan.

3) *Body image*

Remaja dengan *body image* negatif akan memiliki persepsi bahwa ia memiliki berat badan yang kurang ideal. Kondisi tersebut membuat remaja selalu berupaya agar berat badannya turun sampai menjadi berat badan ideal dalam pandangannya. Remaja tersebut akan menghindari makan berlebih dan selalu merasa takut saat konsumsi makanan yang kalorinya tinggi.

4) Jenis kelamin

Remaja putri lebih perhatian terhadap bentuk tubuh daripada remaja putra, sehingga remaja putri akan cenderung mempunyai *body image* yang negatif. Remaja putri dengan *body image* negatif akan cenderung pemenuhan asupan makan yang rendah.

5) Pola konsumsi

Remaja cenderung mengkonsumsi makanan dengan jumlah yang sedikit dan memiliki pola konsumsi yang kurang bervariasi, sehingga menyebabkan asupan energi, lemak, karbohidrat dan protein kurang sesuai dengan standar kecukupan gizi bagi remaja (Insani, 2019: 77). Pemilihan

makanan pada remaja dipengaruhi oleh perubahan perilaku (Faradila, Kuswari, dan Ghifari 2019:104). Pengetahuan dalam memilih makanan dapat ditingkatkan dengan cara memberikan edukasi gizi (Anesty dan Muwakhidah, 2018:35).

D. Hubungan Kepuasan Mutu Hidangan dengan Status Gizi

Status gizi adalah sebuah kondisi atau keadaan tubuh yang merupakan hasil dari konsumsi makanan dan asupan zat gizi ke dalam tubuh seseorang. Status gizi yang baik akan terwujud jika tubuh mendapatkan asupan zat gizi yang cukup untuk digunakan dengan efisien. Adanya asupan gizi tersebut mendukung lebih optimal bagi pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja, dan kesehatan (Istiany & Rusilanti, 2013: 56). Apabila tubuh mendapatkan cukup zat gizi yang dipakai secara efisien maka akan terjadi status gizi yang optimal, sehingga pertumbuhan dan perkembangan individu, serta secara umum kesehatan berada pada level yang tinggi (Almatsier, 2009: 48).

Status gizi seseorang salah satunya dapat dipengaruhi oleh kualitas menu makanan yang dikonsumsi. Makanan yang berkualitas mencakup dua aspek utama, yaitu rasa makanan saat dimakan dan penampilan makanan. Dalam penyelenggaraan makanan, kepuasan konsumen tidak hanya

dinilai dari macam makanan yang disajikan, tetapi juga ditentukan dari cara menampilkan hidangan, rasa makan, tempat, waktu makan, jenis makanan dan besar porsi. Penurunan status gizi seseorang dapat diakibatkan dari kurangnya asupan makanan dan telah berlangsung dalam waktu yang lama.

Kepuasan santri terhadap sajian makanan dari Pondok Pesantren menunjukkan bahwa menu yang dihidangkan telah sesuai dengan keinginan santri. Status gizi santri akan lebih baik apabila sajian makanan yang diberikan telah memenuhi asupan gizi yang dibutuhkan santri.

Kualitas makanan dan nutrisi penting dalam promosi dan pemeliharaan kesehatan sepanjang masa hidup dan termasuk di antara berbagai faktor penentu kronis penyakit. Makanan yang bermutu sangat penting dalam pencegahan penyakit dan promosi kesehatan (Moblely & Marshall, 2005: 63). Dengan kualitas makanan yang baik dan cukupnya asupan energi, maka status gizi seseorang akan lebih baik.

Hasil penelitian sebelumnya oleh Nurqisthy, dkk (2016: 32) diketahui bahwa kepuasan pelayanan makanan yang diberikan rumah sakit berhubungan signifikan dengan tingkat kecukupan energi dan kecukupan protein pasien. Pasien yang memiliki tingkat kecukupan energi dan protein yang lebih baik menunjukkan sikap lebih puas terhadap layanan makanan dari rumah sakit. Semedi, dkk (2013: 34) dalam penelitiannya

menunjukkan bahwa faktor pelayanan makanan di Rumah Sakit memiliki hubungan bermakna dengan perubahan status gizi pasien. Tingkat kepuasan pelayanan makanan rumah sakit yang lebih tinggi, maka semakin tinggi pula asupan energi dan protein. Keadaan ini selanjutnya memperkecil resiko penurunan status gizi pasien.

Berdasarkan tinjauan pustaka dan hasil-hasil penelitian sebelumnya yang dipaparkan di atas, maka kesimpulan yang diambil yaitu terdapat hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi. Semakin puas dengan kualitas hidangan yang dikonsumsi, maka seorang santri akan memiliki status gizi lebih baik.

E. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi

Tingkat kecukupan zat gizi merupakan rerata asupan gizi manusia setiap hari yang cukup, sehingga kebutuhan gizi orang sehat dapat terpenuhi berdasarkan kelompok jenis kelamin, umur, dan fisiologis tertentu (Rokhmah, Muniroh, & Nindya, 2016: 96). Kebutuhan energi individu dapat dipengaruhi oleh aktivitas fisik, metabolisme basal, serta asupan makanan. Jika energi dari makanan yang masuk ke tubuh sama dengan energi yang digunakan untuk beraktivitas, maka keseimbangan energi akan tercapai (Almatsier, 2009: 54).

Status gizi berhubungan dengan asupan energi. Energi yang diperoleh melalui konsumsi karbohidrat, protein dan lemak. Permasalahan gizi salah satunya penyebabnya adalah asupan zat gizi yang rendah, baik pada waktu yang lalu maupun saat ini (Regar & Sekartini, 2013: 96). Terkait dengan penelitian ini, subjek santri tergolong remaja. Kelompok remaja menjadi salah satu kelompok rentan gizi. Hal ini berarti bahwa remaja membutuhkan zat gizi yang baik dari segi kualitas dan kuantitas. Permasalahan gizi akan timbul akibat ketidakseimbangan asupan dan kebutuhan.

Kesimpulan yang dapat disusun dari penjelasan di atas yaitu tingkat kecukupan energi memiliki hubungan dengan status gizi. Semakin baik tingkat kecukupavn energi yang diperoleh seseorang, maka status gizinya akan cenderung lebih baik.

Terkait dengan perintah mengonsumsi makanan yang halal, Allah SWT juga berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 172 yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezeki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah."

Ayat Al-Qur'an tersebut di atas menunjukkan makanan yang halal dan *tayyib* atau baik harus menjadi pilihan bagi

manusia. Makanan disebutkan sebanyak 48 kali dalam Al-Qur'an, yaitu disebutkan dengan lafal *ta'am* yang artinya makanan dan minuman yang bisa dirasakan dan dicicipi. Makanan halal adalah makanan yang menurut hukum Islam dapat dikonsumsi. Kriteria baik (*tayyib*) berkaitan dengan kebutuhan fisik manusia, diantaranya yaitu kebutuhan kesehatan dan energi. Makanan yang baik adalah makanan yang mampu memberi kecukupan energi (kalori) dan menjaga kesehatan dan pertumbuhan, sehingga tubuh lebih kebal dari munculnya penyakit, baik dalam jangka pendek atau panjang. Dalam Surah al-Baqarah:168 Allah menghimbau manusia agar tidak mengikuti langkah setan. Perintah ini bermakna bahwa makanan atau minuman dapat memengaruhi faktor spiritual. Hal ini berarti, makanan dan minuman yang dikonsumsi manusia sangat berperan dalam pembentukan moral, sifat dan karakter seseorang. Dalam Surah al-Baqarah:172, Allah mengisyaratkan bahwa karakter jiwa manusia yang baik dapat dibentuk dari konsumsi makanan yang baik (Kemenag RI, 2013: 2).

F. Kerangka Teori

Status gizi individu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor tidak langsung maupun faktor langsung. Faktor yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi status gizi diantaranya

yaitu faktor budaya, sosial ekonomi, pendidikan, lingkungan dan karakteristik individu.

Faktor budaya, yaitu hal-hal yang menjadi kebiasaan pada suatu kelompok masyarakat. Sebagai contoh, sikap terhadap makanan. Konsumsi makanan menjadi rendah karena adanya sikap masyarakat yang telah menjadi kebiasaan di wilayah tersebut. Jika kebiasaan konsumsi makanan yang kurang bergizi, maka asupan gizi masyarakatnya juga kurang baik.

Faktor sosial ekonomi, mencakup berbagai hal, diantaranya pola asuh keluarga, pendapatan, serta kepuasan seseorang terhadap kualitas makanan. Jika seseorang merasa kurang puas dengan hidangan makanan yang sering disajikan, maka akan berdampak pada pola konsumsi makanan. Pola konsumsi makanan yang kurang baik dapat mempengaruhi status gizi seseorang.

Pendidikan seseorang dapat mempengaruhi pengetahuan tentang gizi. Individu dengan pengetahuan yang baik akan lebih memiliki perilaku yang bertujuan untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan. Sebagai contoh, makan makanan bergizi dan olah raga teratur. Hal ini dapat membuat individu lebih baik dalam hal status gizi.

Faktor lingkungan, diantaranya yaitu kondisi lingkungan yang tersedia makanan sehat, serta layanan kesehatan dan sanitasi

yang memadai. Kondisi tersebut turut berperan dalam meningkatkan status gizi masyarakat.

Karakteristik individu, terdiri dari beberapa hal, seperti jenis kelamin, *body image*, dan aktivitas fisik. Jenis kelamin wanita cenderung memiliki *body image* yang negatif, sehingga lebih banyak menghindari makanan berkalori agar memiliki tubuh ideal. Hal ini berdampak pada asupan makanan yang rendah, sehingga gizi yang diserap tubuh juga berkurang. Pada faktor aktivitas fisik, pada remaja umumnya lebih banyak kegiatan fisik, sehingga dibutuhkan kecukupan zat gizi dalam menunjang pertumbuhan dan pembentukan jaringan. Remaja yang memiliki aktivitas fisik lebih banyak akan lebih banyak membutuhkan makanan bergizi.

Faktor-faktor di atas dapat berdampak pada faktor langsung yaitu pola konsumsi makanan seseorang. Baik buruknya pola konsumsi makanan tersebut akan mempengaruhi status gizi seseorang. Pola konsumsi makanan seseorang akan berdampak pada asupan makanan yang diterima. Faktor asupan makanan terdiri dari kecukupan karbohidrat, kecukupan protein, kecukupan lemak, dan kecukupan energi.

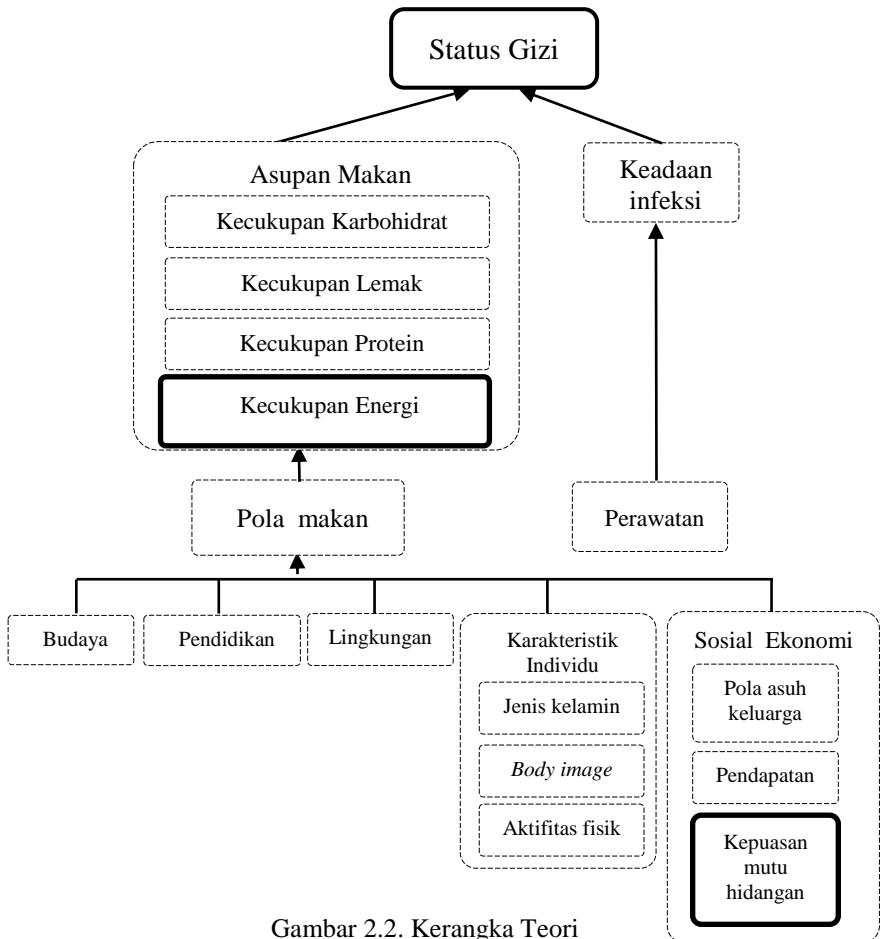
Faktor pemberian makan dan lingkungan dapat berpengaruh terhadap perawatan diri seseorang. Apabila seseorang tidak dapat merawat diri dengan baik, maka akan beresiko terinfeksi bakteri, virus, maupun parasit, sehingga lebih

mudah terserang penyakit. Hal ini dapat berdampak pada status gizinya. Seperti dijelaskan Supariasa (2016: 44) bahwa infeksi oleh bakteri, virus maupun dan parasite berkorelasi dengan kejadian malnutrisi.

Dalam penelitian ini, fokus faktor yang diteliti adalah faktor kepuasan mutu hidangan dan faktor kecukupan energi. Pemilihan faktor ini disesuaikan dengan subjek yang diteliti yaitu santri putri pada pondok pesantren. Santri mendapatkan sajian makanan dari pondok, persepsi mengenai mutu hidangan dan kecukupan energi yang diperoleh diduga dapat mempengaruhi status gizi para santri.

Kecukupan energi dan kepuasan mutu hidangan dalam hal ini digunakan sebagai variabel bebas yang dapat mempengaruhi status gizi. Hal ini dimaksudkan untuk melihat pengaruh penyelenggaraan makanan di pondok bagi status gizi santri.

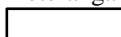
Berdasarkan kajian pustaka yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya, maka kerangka teori penelitian ini dapat digambarkan berikut ini:



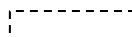
Gambar 2.2. Kerangka Teori

Sumber : UNICEF (2020: 33), Rahmi, dkk (2017:13), Rusli (2012:69)

Keterangan:



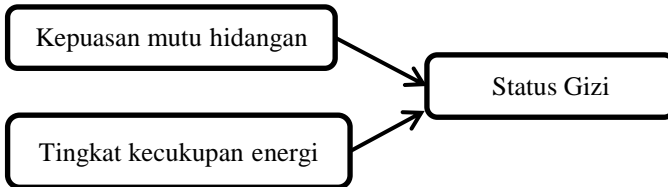
= diteliti



= tidak diteliti

G. Kerangka Konsep

Berdasarkan uraian tersebut, kerangka konsep penelitian ini dapat disajikan sebagai berikut:



Gambar 2.2. Kerangka Konsep

H. Hipotesis

Sesuai dengan kajian pustaka dan uraian mengenai hasil penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian ini, maka dapat diajukan hipotesis penelitian sebagai berikut:

a. Hipotesis pertama:

Ho1: Tidak ada hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus.

Ha1: Ada hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus.

b. Hipotesis kedua:

Ho2: Tidak ada hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus.

Ha2: Ada hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan desain atau rancangan penelitian observasi dengan menerapkan pendekatan *cross sectional*. Menurut Notoadmodjo (2010:37), dalam penelitian *cross sectional*, peneliti dapat melakukan kajian terhadap dinamika hubungan antara faktor-faktor resiko yang diduga memiliki pengaruh, melalui pendekatan, pengamatan serta pengumpulan data yang dilaksanakan dalam satu waktu sekaligus. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* karena pengambilan data dan pengamatan dikerjakan dalam satu waktu untuk mengetahui hubungan antara beberapa variabel yang diteliti. Dalam hal ini, variabel yang diamati yaitu hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi, serta hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan selama 8 bulan yang dimulai pada bulan Maret 2021 hingga bulan November 2021 melalui tahapan penelitian sebagai berikut:

Tahap Peyusunan Proposal : Maret 2021 – Juli 2021

Tahap Pengambilan Data : Agustus 2021 – September 2021

Tahap Penyusunan Laporan: Oktober 2021 – November 2021

C. Populasi dan sampel

1. Populasi

Penelitian ini dilakukan pada populasi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus. Pada tahun 2021, jumlah populasinya sebanyak 130 santri putri, yang terdiri dari dua kelompok yaitu, santri usia sekolah Madrasah Tsanawiyah sebanyak 70 santri dan santri usia sekolah Madrasah Aliyah sebanyak 60 santri.

2. Sampel

Jumlah sampel dalam penelitian ini diperoleh menggunakan rumus Lemeshow (1997). Perhitungan jumlah sampel untuk santri usia sekolah Madrasah Tsanawiyah adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{(z_{1-\alpha/2})^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{d^2(N-1) + (z_{1-\alpha/2})^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 \times 0,5 \times 0,5 \times 70}{(0,1)^2(70-1) + (1,96)^2 \times 0,5 \times 0,5}$$

$$n = \frac{3,8416 \times 0,5 \times 0,5 \times 70}{0,01 \times (69) + (3,8416 \times 0,5 \times 0,5)}$$

$$n = \frac{67,228}{0,69 + 0,9604}$$

$$n = \frac{67,228}{1,6504}$$

$$n = 40,74 \sim 41$$

Keterangan:

- p : Nilai proporsi kasus tertentu terhadap populasi (harga proporsi kasus adalah 50%, karena belum ada hasil penelitian sebelumnya, sehingga menggunakan proporsi sebesar 0,5)
- q : $1 - p = 1 - 0,5 = 0,5$
- $Z_{1-\alpha/2}$: Nilai Z pada kurva normal untuk $\alpha = 0,05 = 1,96$
- d : Tingkat kesalahan = 0,1
- N : Jumlah populasi keseluruhan (N=80)
- n : Jumlah sampel

Atas dasar perhitungan sampel tersebut di atas, maka jumlah sampel diperoleh sebanyak 40,74 atau dibulatkan menjadi 41 sampel. Melalui pertimbangan

estimasi *drop out* 10 % (Notoadmodjo, 2010: 129), maka jumlah sampel seluruhnya menjadi sebanyak 46 sampel.

Perhitungan jumlah sampel untuk santri usia sekolah Madrasah Aliyah adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{(z_{1-\alpha/2})^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{d^2(N-1) + (z_{1-\alpha/2})^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 \times 0,5 \times 0,5 \times 60}{(0,1)^2(60-1) + (1,96)^2 \times 0,5 \times 0,5}$$

$$n = \frac{3,8416 \times 0,5 \times 0,5 \times 70}{0,01 \times (59) + (3,8416 \times 0,5 \times 0,5)}$$

$$n = \frac{57,624}{0,59 + 0,9604}$$

$$n = \frac{57,624}{1,5504}$$

$$n = 37,17 \sim 38$$

Keterangan:

p : Nilai proporsi kasus tertentu terhadap populasi (harga proporsi kasus adalah 50%, karena belum ada hasil penelitian sebelumnya, sehingga menggunakan proporsi sebesar 0,5)

q : $1 - p = 1 - 0,5 = 0,5$

$Z_{1-\alpha/2}$: Nilai Z pada kurva normal untuk $\alpha = 0,05 = 1,96$

d : Tingkat kesalahan = 0,1

N : Jumlah populasi keseluruhan (N=70)

n : Jumlah sampel

Atas dasar perhitungan sampel tersebut di atas, maka jumlah sampel diperoleh sebanyak 37,17 atau dibulatkan menjadi 38 sampel. Melalui pertimbangan estimasi *drop out* 10 % (Notoadmodjo, 2010: 129), maka jumlah sampel seluruhnya menjadi sebanyak 42 sampel. Hasil perhitungan selengkapnya dapat disajikan pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1 Sampel Penelitian

No	Sekolah	Jumlah santri	Sampel
1	Mts	70	46
2	MA	60	42
	Jumlah	130	88

c. Teknik Pengambilan Sampel

Prosedur pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *simple random sampling*. Caranya adalah dengan menandai responden yang telah memenuhi kriteria, kemudian dipilih secara acak sesuai dengan banyaknya sampel yang dibutuhkan. Berikut adalah kriteria responden yang terdiri atas kriteria inklusi dan eksklusi:

1. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi terjangkau yang akan diteliti

(Notoatmodjo, 2010:130). Kriteria inklusi bagi sampel penelitian ini terdiri dari :

- a. Subjek penelitian bersedia menjadi responden
- b. Berusia 13 – 15 tahun
- c. Bersedia mengikuti prosedur penelitian
- d. Santri putri di Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus
- e. Bersedia mengisi kuesioner secara lengkap.

2. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah suatu keadaan yang mengharuskan menghilangkan subjek yang tidak memenuhi kriteria inklusi dari penelitian karena berbagai sebab (Nursalam, 2017: 85). Kriteria eksklusi bagi sampel penelitian ini terdiri dari :

- a. Santri yang tidak kooperatif
- b. Santri yang sakit pada saat pengambilan data
- c. Santri yang sedang tidak berada dipondok

d. Definisi Operasional

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu status gizi, tingkat kepuasan mutu dan hidangan tingkat kecukupan energi. Definisi operasional masing-masing variabel dapat disajikan sebagai berikut:

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Status Gizi	Keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan zat gizi (Par'I, Holil M. dkk, 2017: 27)	- Timbangan digital - Microtoice	Status gizi anak (IMT/U): - Gizi kurang (-3SD sd < - 2 SD) - Gizi baik (-2SD sd +1 SD) - Gizi lebih (+1SD sd +2 SD) - Obesitas (>+2SD) (PMK No 2 tahun 2020: 38)	Ordinal
Tingkat Kepuasan Mutu Hidangan	Tingkat kepuasan mutu hidangan dapat diartikan sebagai respon atau pendapat dari responden terkait penyediaan makanan di pondok pesantren tersebut. Aspek yang dinilai yaitu waktu makan, penampilan makanan, rasa makanan, kebersihan alat dan makanan, dan variasi menu makanan (Nasution, 2017:77)	Kuesioner	Skoring menggunakan skala likert 1-4. Kategorisasi kepuasan mutu hidangan yaitu: 1) Puas, jika total skor \geq nilai rata-rata. 2) Tidak Puas, jika total skor < nilai rata-rata. (Junaidi, 2015; Saumi & Panudju. 2020:9)	Nominal
Tingkat Kecukupan Energi	Tingkat kecukupan energi adalah konsumsi energi berasal dari asupan zat karbohidrat,	- Kuesioner <i>food recall</i> selama 1 x 24 jam. Perhitungan tingkat	1. Defisit berat, jika rata-rata konsumsi <70% AKG 2. Defisit ringan, jika rata-rata	Ordinal

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
	lemak, protein yang diperoleh dari sejumlah makanan yang dikonsumsi oleh seorang individu per hari. (Watania, dkk, 2016: 42).	kebutuhan asupan energi menggunakan rumus IOM perempuan usia 10-18 th: $TEE = [135,3 - (30,8 \times U) + PA \times (26,7 \times BB + 903 \times TB)] + 25$ Kal Kecukupan Energi (Kal) = $TEE + 0,1 TEE$	konsumsi 70-79% AKG 3. Cukup, jika rata-rata konsumsi 80-89% AKG 4. Normal, jika rata-rata konsumsi 90-109% AKG 5. Kelebihan, jika rata-rata konsumsi >110% AKG (Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi, 2012: 796)	

e. Prosedur Penelitian

Penelitian dilaksanakan dengan subjek santri putri di Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus dengan prosedur sebagai berikut:

1. Penyusunan proposal sebagai syarat untuk melakukan penelitian
2. Mengajukan perizinan kepada pihak sekolah untuk melakukan penelitian
3. Memberikan *Informed Consent* kepada calon responden.
4. Pengumpulan data yang terdiri dari data primer dan data sekunder
 - a. Data primer

Data primer merupakan data yang langsung didapat peneliti dari sumber pertamanya, meliputi :

1) Data Identitas responden

Data identitas responden didapatkan dengan mewawancarai responden secara langsung pada saat kuesioner melakukan pengisian kuesioner.

2) Data Tingkat Kepuasan Mutu Hidangan

Pengambilan data tingkat kepuasan mutu hidangan dilakukan dengan menggunakan kuesioner kepuasan mutu hidangan.

3) Data Asupan Energi

Pengambilan data asupan energi dilakukan dengan cara pengisian kuesioner *food recall* 4x24 jam.

4) Data Pengukuran Status Gizi

Data pengukuran status gizi diperoleh dengan cara mengumpulkan data antropometri.

a) Penimbangan berat badan

1. Timbangan diletakkan pada tempat datar

2. Pastikan timbangan menunjukkan angka

0

3. Sebelum naik ke timbangan, responden diminta melepas alas kaki, jaket, dompet, dan peralatan lainnya

4. Meminta responden untuk menghadap kedepan dengan tegak dan statis

5. Baca dan catat hasil penimbangan

b) Pengukuran tinggi badan

1. Memasang alat pengukuran tinggi badan (*stadiometer*)

2. Responden berdiri tegak dengan membelakangi dinding. Posisi kepala, punggung, pantat, dan tumit kaki harus menempel pada dinding. Pandangan lurus kedepan

3. Mengukur tinggi badan responden

4. Baca dan catat hasil pengukuran

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang didapat peneliti sebagai penunjang data pertama. Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini mencakup gambaran umum lokasi penelitian dan karakteristik responden berupa absensi dari nama responden yang diperoleh dari lokasi penelitian.

5. Pengolahan data

f. Etika Penelitian

Pelaksanaan penelitian diawali dengan pengajuan permohonan ijin oleh peneliti kepada lembaga pondok pesantren yang menjadi lokasi penelitian. Surat ijin diperoleh melalui rekomendasi dari pihak kampus Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Selanjutnya penelitian dapat dilakukan dengan adanya persetujuan untuk mengadakan penelitian. Prosedur penelitian mengacu pada etika penelitian yang terdiri dari:

1. Informed concert

Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian pada saat menyampaikan kuesioner kepada responden. Selanjutnya responden diminta mengisi surat permohonan menjadi responden sebagai persetujuan dan kesediaan santri untuk bertindak menjadi responden.

2. Anonimity (tanpa nama)

Kuesioner diberikan tanpa harus menyertakan nama responden dan hanya memberikan tulisan kode pada lembar pengumpulan data agar kerahasiaan responden terjaga.

3. Confidentiality (kerahasiaan)

Peneliti menjamin kerahasiaan informasi dari responden, hanya data hasil penelitian yang digunakan untuk melakukan analisis data sesuai tujuan penelitian.

g. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang telah diperoleh selanjutnya diolah dengan bantuan program *Microsoft Excel 2013* dan *SPSS for windows* versi 26 untuk memproses data. Langkah-langkah pengolahan data dapat dijabarkan berikut ini:

a. *Editing*

Proses *editing* terdiri dari aktivitas mengecek jumlah dan kelengkapan data kuesioner, seperti data identitas dan jawaban yang diisi responden dalam kuesioner. Jika terjadi kesalahan atau kekurangan, maka dapat segera dilengkapi kembali oleh responden.

b. *Coding*

Coding adalah proses untuk memudahkan pengolahan data dengan cara memberi kode angka pada data hasil penelitian. Untuk variabel status gizi, kode angka yang dipakai yaitu skor 3 untuk status gizi lebih, skor 2 untuk status gizi baik, skor 1 untuk status gizi sedang, skor 0 untuk status gizi kurang.

Pada kuesioner variabel kepuasan mutu hidangan, skoring menggunakan skala likert yaitu Sangat Puas diberi kode skor 4, Puas diberi kode skor 3, Tidak Puas diberi kode skor 2, dan Sangat Tidak Puas diberi kode skor 1. Selanjutnya data dijumlahkan untuk

mendapat total skor. Total skor di atas nilai rata-rata dikategorikan Puas, sedangkan total skor di bawah nilai rata-rata dikategorikan Tidak Puas.

Skoring variabel kecukupan energi, skoring dilakukan yaitu, asupan energi Kurang diberi mendapat skor 1, asupan energi Cukup mendapat skor 2, dan asupan energi Lebih rata-rata mendapat skor 3.

c. *Entry*

Proses *entry* yaitu prosedur memasukkan data penelitian ke dalam program komputer. Dalam hal ini proses entri data dilakukan pada perangkat komputer yang memiliki program *Microsoft Excel 2013* serta *SPSS for windows* versi 26.

d. *Tabulating*

Proses *tabulating* yaitu mengolah data hasil penelitian yang telah dimasukkan dalam ke dalam *Microsoft Excel 2013* dengan membuat tabel untuk mengelompokkan data sesuai kriteria yang ditentukan dalam definisi operasional.

2. Analisis data

Teknik analisis data penelitian yang dipakai yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Perhitungan dan pengolahan data diproses dengan bantuan program

komputasi *Statistical Program for Social Science (SPSS) for Windows Versi 26*.

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dalam hal ini digunakan untuk mengetahui gambaran data dari identitas responden yang meliputi jenis kelamin dan usia responden, serta data hasil tabulasi kuesoner pada variabel kepuasan mutu hidangan, tingkat kecukupan energi, dan status gizi. Deskripsi data hasil penelitian pada analisis univariat dapat diketahui dengan melihat ukuran distribusi frekuensi.

b. Analisis Bivariat

- 1) Analisis bivariat untuk menganalisis hubungan kepuasan mutu hidangan dengan status gizi digunakan uji *Chi Square* (X^2). Pada analisis *Chi-Square* terdapat persyaratan uji yaitu sel yang memiliki nilai *expected* di bawah 5 disyaratkan maksimal sebanyak 20% dari jumlah sel. Oleh karena syarat uji *chi square* dalam penelitian ini tidak terpenuhi, maka digunakan uji alternatif untuk data bersifat ordinal dengan tabel $b(>2) \times k (>2)$ yaitu uji Kruskal-Wallis (Dahlan, 2015: 68).
- 2) Analisis bivariat untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status

gizi menggunakan uji *Chi Square* (X^2). Pada analisis *Chi-Square* terdapat persyaratan uji yaitu sel yang memiliki nilai *expected* di bawah 5 disyaratkan maksimal sebanyak 20% dari jumlah sel. Oleh karena syarat uji *chi square* dalam penelitian ini tidak terpenuhi, maka digunakan uji alternatif untuk data bersifat ordinal dengan tabel $b(>2) \times k (>2)$ yaitu uji Kruskal-Wallis (Dahlan, 2015: 67).

Rumus *Chi Square*, adalah sebagai berikut (Sugiyono, 2007: 107):

$$x^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(f_p - f_h)^2}{f_h}$$

Keterangan:

X^2 = chi square

f_o = frekuensi yang diobservasi

f_h = frekuensi yang diharapkan

k = banyak kategori

Keputusan uji *chi square* yaitu H_0 ditolak dan H_a diterima jika diperoleh nilai *p-value* $\leq 0,05$, sebaliknya H_0 diterima dan H_a ditolak jika diperoleh nilai *p-value* $> 0,05$.

Untuk rumus uji Kruskal-Wallis adalah sebagai berikut:

$$H = \frac{12}{N(N+1)} \sum_{j=1}^k \frac{R_j^2}{n_j} - 3(N+1)$$

Dimana:

N = banyak kasus dalam semua sampel.

n_j = banyak kasus dalam sampel ke- j .

k = banyak sampel.

R_j = rangking dalam sampel ke- j

Keputusan uji Kruskal-Wallis yaitu H_0 ditolak dan H_a diterima jika diperoleh nilai p -value $\leq 0,05$, sebaliknya H_0 diterima dan H_a ditolak jika diperoleh nilai p -value $> 0,05$.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Analisis Data

1. Gambaran Umum Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus

Dikutip dari web resmi Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus, Secara historis pesantren Roudlotul Jannah berdiri pada bulan September 1987 dan didirikan oleh KH. M. Aziz Mulyono dan Hj. Amimah. Pada awal berdirinya pondok pesantren umumnya sangat sederhana. Kegiatan pembelajaran biasanya diselenggarakan di langgar (mushalla) atau masjid oleh seorang ulama' (Kyai) dengan beberapa santri yang datang mengaji. Lama-kelamaan pengajian ini berkembang seiring bertambahnya jumlah santri dan pelebaran tempat belajar sampai menjadi unik yang disebut dengan pesantren.

Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus adalah sebuah lembaga pendidikan non formal di kota Kudus yang orientasi utamanya adalah bagaimana para santri yang belajar di pondok tersebut dapat menghafal Al-Qur'an, dengan fasih dan jelas secara efektif 30 juz sesuai dengan ketentuan waktu. Secara geografis, pesantren Roudlotul Jannah telah menempati lokasi yang strategis, dimana jaraknya dari pusat kota Kudus kurang

lebih 1,5 km, tepatnya di Dukuh Bejen, Desa Kajeksan, Kecamatan Kota Kabupaten Kudus.

Sehingga jarak yang cukup jauh dari pusat kota tersebut dapat menghindarkan pesantren dari keramaian dan kebisingan kota yang dapat mengganggu terlaksananya pendidikan di pesantren tersebut. Disamping mempunyai letak yang strategis, pesantren juga mempunyai posisi areal yang cukup luas, yaitu kurang lebih 1800 m², dimana di atasnya telah didirikan pondok beserta sarana dan prasarana yang memadai.

a. Pendidikan Formal:

- 1) SMP
- 2) SD

b. Pendidikan Non Formal

- 1) TPQ
- 2) Madrasah Diniyah

c. Ekstrakurikuler

- 1) Tahfidzul Qur'an
- 2) Kajian Kitab Kuning
- 3) Rebana
- 4) Beladiri
- 5) Olahraga
- 6) Ziarah
- 7) Pidato
- 8) Ketrampilan Hidup/Wirausaha

2. Deskripsi Data Penelitian

Responden penelitian ini merupakan santriwati Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus tahun pelajaran 2020/2021. Dalam penelitian responden semuanya berjenis kelamin perempuan. Responden terdiri dari kelompok santri putri yang berusia 13-15 tahun atau setingkat sekolah Madrasah Tsanawiyah (MTs) dan kelompok santri putri yang berusia 16-18 tahun atau setingkat sekolah Madrasah Aliyah.

a) Kepuasan Mutu Hidangan

Kepuasan mutu hidangan dalam hal ini adalah tingkat kepuasan santri terhadap pelayanan makanan yang disajikan oleh pihak Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus. Distribusi data kepuasan mutu hidangan dari jawaban responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 4.1.

Tabel 4.1 Deskripsi Data Kepuasan Mutu Hidangan

Kepuasan Mutu Hidangan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Puas	17	19,3
Puas	71	80,7
Total	88	100,0

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada santri mengenai kepuasan santri terhadap mutu hidangan Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus dapat diketahui bahwa dari 88 santri yang menjadi responden sebagian besar

santri menunjukkan sikap yang puas terhadap mutu hidangan yaitu sebanyak 71 santri (80,7%). Sebanyak 17 santri (19,3%) tidak puas dengan mutu hidangan Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus. Temuan tersebut menunjukkan bahwa umumnya para santri telah merasakan puas dengan mutu hidangan yang diberikan pihak pondok pesantren.

b) Kecukupan Energi

Kecukupan energi dalam hal ini merupakan konsumsi energi berasal dari asupan karbohidrat, lemak, protein yang diperoleh dari sejumlah makanan yang dikonsumsi oleh seorang santri setiap hari. Distribusi kecukupan energi responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 4.2.

Tabel 4.2 Deskripsi Data Tingkat Kecukupan Energi

Tingkat Kecukupan Energi	Frekuensi	Persentase (%)
Defisit Berat	5	5.7
Defisit ringan	10	11.4
Cukup	21	23.9
Normal	33	37.5
Kelebihan	19	21.6
Total	88	100,0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa dari 88 santri sebagian besar santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus memiliki tingkat kecukupan energi kategori normal, yaitu sebanyak 33 santri (37,5%). Selanjutnya diikuti santri dengan tingkat kecukupan

energi kategori cukup, yaitu sebanyak 21 santri (23,1%). Santri putri yang memiliki tingkat kecukupan energi defisit ringan dan berat sebanyak 10 (11,4%) dan 5 santri (5,7%). Temuan penelitian juga menunjukkan terdapat santri yang memiliki tingkat kecukupan energi kategori kelebihan yaitu sebanyak 19 santri (21,6%).

c) Status gizi

Status gizi dalam hal ini menunjukkan suatu ukuran mengenai kondisi tubuh yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi oleh santri putri. Distribusi status gizi responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 4.3.

Tabel 4.3 Deskripsi Data Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Gizi Kurang (<i>Thinnes</i>)	1	1,1
Gizi Baik (<i>Normal</i>)	65	73,9
Gizi Lebih (<i>Overweight</i>)	14	15,9
Obesitas	8	9,1
Total	88	100,0

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 88 santri yang menjadi responden penelitian ini, dapat diketahui bahwa sebagian besar santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus memiliki status gizi Baik (*Normal*) yaitu sebanyak 65 santri (73,9%). Santri yang termasuk memiliki status gizi Lebih (*Overweight*) terdapat sebanyak 14 santri (15,9%). Temuan penelitian juga menunjukkan terdapat

sebanyak 8 santri (9,1%) termasuk pada kategori obesitas dan satu orang santri (1,1%) memiliki status gizi kurang (*Thinnes*).

3. Hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus

Pengujian hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi dilakukan dengan uji chi square. Namun karena prasyarat uji tidak terpenuhi yaitu sel yang mempunyai nilai *expected* kurang dari 5 terdapat lebih dari 20% dari jumlah sel, maka dilakukan uji Kruskal-Wallis Test. Hasil pengujian dapat disajikan sebagai berikut:

Tabel 4.4 Hubungan antara Kepuasan Mutu Hidangan dengan Status Gizi

		Status Gizi					Total	Nilai p
		Gizi Kurang	Gizi Baik	Gizi Lebih	Obesitas			
Kepuasan Mutu Hidangan	Tidak Puas	n 1	13	3	0	17	*0,202	
		% 100,0%	20,0%	21,4%	0,0%	19,3%		
	Puas	n 0	52	11	8	71		
		% 0,0%	80,0%	78,6%	100%	80,7%		
Total		n 1	65	14	8	88		
		% 100,0%	100,0%	100,0%	100%	100,0%		

* Kruskal-Wallis Test

Berdasarkan hasil uji *Kruskal-Wallis Test*, hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,202 ($p > 0,05$) kesimpulannya adalah terima H_0 dan tolak H_a atau bisa

dikatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi.

4. Hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus

Pengujian hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi dilakukan dengan uji chi square. Namun karena prasyarat uji tidak terpenuhi yaitu sel yang mempunyai nilai *expected* kurang dari 5 terdapat lebih dari 20% dari jumlah sel, maka dilakukan uji *Kruskal-Wallis Test*. Hasil pengujian dapat disajikan sebagai berikut:

Tabel 4.5 Hubungan antara Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi

		Status Gizi				Total	Nilai p	
		Gizi Kurang	Gizi Baik	Gizi Lebih	Obesitas			
Kecukupan Energi	Defisit berat	N	0	4	1	0	5	*0,213
		%	0.0%	4.5%	1.1%	0.0%	5.7%	
	Defisit ringan	N	1	8	0	1	10	
		%	1.1%	9.1%	0.0%	1.1%	11.4%	
	Cukup	N	0	14	5	2	21	
		%	0.0%	15.9%	5.7%	2.3%	23.9%	
	Normal	N	0	25	6	2	33	
		%	0.0%	28.4%	6.8%	2.3%	37.5%	
	Kelebihan	N	0	14	2	3	19	
		%	0.0%	15.9%	2.3%	3.4%	21.6%	
	Total	N	1	65	14	8	88	
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

* Kruskal-Wallis Test

Berdasarkan hasil uji *Kruskal-Wallis Test*, hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,213 ($p > 0,05$). Keputusan pengujian adalah terima H_0 dan tolak H_a . Artinya,

tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi.

B. Pembahasan

1. Gambaran Kepuasan Mutu Hidangan santri putri Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus

Responden dalam penelitian ini adalah santri putri Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus. Pemberian makanan yang tepat dapat diupayakan melalui penyelenggaraan makan. Penyelenggaraan makan merupakan rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan, termasuk kegiatan pencatatan, pelaporan, dan evaluasi Prinsip penyelenggaraan makan adalah menyediakan makanan sesuai dengan macam dan kebutuhan zat gizi, disiapkan dengan cita rasa yang tinggi, serta memenuhi syarat hygiene dan sanitasi (Sholichah & Syukur, 2020: 91).

Penyelenggaraan makanan di sebuah pondok pesantren harusnya dapat meningkatkan status gizi santri. Salah satu aspek yang turut memberikan dampak bagi status gizi seseorang. Kualitas makanan mencakup dua aspek utama, yaitu penampilan makanan dan rasa makanan waktu dimakan. (Heidi, 2017: 72). Hasil penelitian ini berarti bahwa bahwa sebagian besar responden merasa puas dengan mutu hidangan

yang disajikan (Heidi, 2017: 72). Penampilan makanan sangat mempengaruhi penerimaan makanan. Hal ini karena variasi warna yang baikakan mempengaruhi selera, sehingga meningkatkan penerimaan makanan. Selain aspek warna, besar porsi dan bentuk makanan sangat mempengaruhi selera makan (Oksandi, 2018: 56).

Penampilan dan rasa makanan yang disajikan akan berdampak pada asupan makan. Variasi makanan yang disajikan merupakan salah satu upaya untuk menghilangkan rasa bosan.

2. Gambaran Tingkat Kecukupan Energi santri putri Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus

Berdasarkan hasil *recall* 1x24 jam diketahui bahwa sebagian besar tingkat kecukupan energi santri putri masuk ke dalam kategori normal (37,5%). Terdapat sekitar 23,9% santri putri memiliki tingkat kecukupan energi kategori cukup. Hasil ini senada dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Sholichah (2021: 62) yang menunjukkan sekitar 45,5% santri penghafal Al quran memiliki tingkat kecukupan energi normal.

Masa remaja merupakan masa rawan gizi karena kebutuhan akan zat gizi sedang tinggitingginya. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG), remaja putri usia 13–15 tahun membutuhkan energi sebesar 2125 kkal, protein 69 g, lemak

71 g, dan karbohidrat 292 g. Sementara itu, remaja putri usia 16–8 tahun membutuhkan energi sebesar 2125 kkal, protein 59 g, lemak 71 g dan karbohidrat 292 g (Rokhmah, dkk., 2016).

3. Gambaran Status Gizi santri putri Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa sebagian besar santri putri (73,9%) yang tinggal di Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus memiliki status gizi baik (normal). Hasil ini senada dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Sholichah (2021: 62) yang menunjukkan sekitar 63,64% santri penghafal Al quran memiliki status gizi kategori normal. Penelitian Sholichah & Syukur (2020: 90) juga menunjukkan hasil bahwa sebanyak 63,7% santri menunjukkan status gizi baik.

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi. Apabila zat gizi dikonsumsi dalam jumlah yang cukup maka kesehatan dapat terjaga, mampu melakukan aktivitas fisik dengan optimal, dan membantu mencegah terjadinya penyakit. Sebaliknya bila zat gizi dikonsumsi dalam jumlah terlalu banyak atau sedikit, maka tubuh akan beradaptasi untuk mencapai keadaan homeostatik sehingga fungsi fisiologis dapat terganggu.

Perhitungan status gizi pada penelitian ini menggunakan indeks IMT/U karena responden masih berusia <18 tahun. Kebutuhan harian pada kelompok perempuan usia 13-15 tahun berdasarkan AKG yaitu energi sebesar 2050 kkal, 300 gr KH, 65 gr protein dan 70 gr lemak. Kebutuhan harian pada kelompok perempuan usia 16-18 tahun berdasarkan AKG yaitu energi sebesar 2100 kkal, 300 gr KH, 65 gr protein dan 70 gr lemak.

Terpenuhiya kebutuhan zat gizi sangat diperlukan dalam mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Asupan zat-zat gizi yang seimbang dengan kebutuhan remaja akan membantu remaja mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Ketidakseimbangan asupan kebutuhan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi baik itu masalah gizi lebih maupun masalah gizi kurang (Soraya, dkk., 2017: 18).

4. Hubungan antara Kepuasan Mutu Hidangan dengan status gizi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus

Hasil penelitian dengan uji Kruskal Wallis menunjukkan bahwa kepuasan mutu hidangan tidak berhubungan dengan status gizi santri putri ($p > 0,05$). Hasil ini berarti bahwa tingkat kepuasan santri terhadap menu hidangan pondook pesantren tidak menentukan tingkat status gizi santri tersebut. Hal ini

dapat disebabkan oleh karena perilaku makan santri yang tidak hanya menyantap makanan dari pondok pesantren, tetapi juga membeli makanan dari luar. Apabila santri kurang puas dengan makanan dari pondok pesantren, maka santri membeli makanan dari luar. Santri tersebut akan mendapat asupan makanan yang berbeda dengan rekannya di pondok. Meskipun ia kurang puas dengan makanan dari pondok, sehingga ia tetap memiliki status gizi yang baik.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian sebelumnya oleh Rahmadhani (2019:1) bahwa tidak ada hubungan antara kepuasan pelayanan makanan dengan penurunan gizi yang dilihat dari perubahan IMT. Apabila pasien telah mendapatkan kepuasan pelayanan makanan maka secara tidak langsung akan mempengaruhi asupan zat gizi dan berdampak pada nilai IMT dan status gizi pasien. Hal ini juga berlaku dalam konteks pondok pesantren yang memiliki kegiatan penyelenggaraan makanan bagi santri. Apabila santri puas dengan layanan makanan yang diberikan pondok maka status gizi juga akan lebih meningkat.

Hasil penelitian Sulistiawati, Hartono & Kartini (2019:51) disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepuasan dan asupan zat gizi makro dengan status gizi remaja putri di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Maros.

Kaenong dalam Sholichah & Syukur (2020: 90) menjelaskan bahwa rasa dan aroma yang kurang baik dapat menyebabkan santri kurang menyukai makanan yang disajikan. Pola konsumsi santri juga dipengaruhi oleh siklus menu dan variasi makanan, terutama pada lauk dan sayur. Variasi berbagai macam rasa pada suatu makanan lebih disukai, daripada hanya terdiri atas satu rasa. Apabila menu kurang bervariasi, santri akan merasa bosan, sehingga tidak memiliki selera terhadap makanan yang disajikan. Apabila hal ini berlangsung lama, maka kebutuhan gizi santri kurang terpenuhi.

Terpenuhinya kebutuhan zat gizi sangat diperlukan dalam mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Asupan zat-zat gizi yang seimbang dengan kebutuhan remaja akan membantu remaja mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Ketidakseimbangan asupan kebutuhan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi baik itu masalah gizi lebih maupun masalah gizi kurang.

Energi merupakan hasil metabolisme protein, lemak dan karbohidrat. Energi diperlukan tubuh untuk pertumbuhan, metabolisme, utilisasi bahan makanan dan aktivitas. Energi yang masuk melalui makanan harus seimbang dengan kebutuhan. Ketidakseimbangan masukan energi dengan

kebutuhan yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan masalah gizi (Rohkmah, 2016: 94).

5. Hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri pada Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus

Hasil penelitian dengan uji Kruskal Wallis menunjukkan bahwa tingkat kecukupan energi tidak berhubungan dengan status gizi santri putri ($p > 0,05$). Hasil ini selaras dengan penelitian sebelumnya oleh Regar & Sekartini (2016: 184) dimana tidak ditemukan hubungan antara kecukupan asupan energi dengan status gizi menurut indeks TB/U dan BB/U. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya yaitu daya ingat responden, kurang tepatnya responden mengukur porsi dalam ukuran rumah tangga (URT) atau perkiraan takaran yang tidak tepat, dan kurang cermatnya enumerator dalam melakukan *recall*, sehingga dapat mempengaruhi hasil perhitungan asupan energi. Penelitian lainnya oleh Setiawati yang dikutip Rokhmah, Muniroh, & Nindya (2016: 94) di Pondok Pesantren At-Tauhid Surabaya yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi.

Temuan penelitian ini menunjukkan dari banyaknya santri yang memiliki gizi baik, sebagian besar memiliki tingkat

kecukupan energi normal (63,1%). Hal yang sama terjadi pada santri dengan gizi lebih, dimana sebagian besar santri memiliki tingkat kecukupan energi normal (50,0%). Kondisi ini menunjukkan tidak ada perbedaan kecenderungan status gizi santri yang memiliki gizi baik dan gizi berlebih. Tidak adanya hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri dapat sebabkan karena kemungkinan santri mendapatkan asupan lain yang lebih baik. Faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil penelitian ini yaitu cara pengukuran *food recall* 1x24 jam hanya dapat melihat asupan makan pada saat itu saja sehingga tidak bisa dianggap mempengaruhi status gizi secara langsung.

Terpenuhinya kebutuhan zat gizi sangat diperlukan dalam mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Asupan zat-zat gizi yang seimbang dengan kebutuhan remaja akan membantu remaja mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Ketidakseimbangan asupan kebutuhan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi baik itu masalah gizi lebih maupun masalah gizi kurang.

Status gizi dipengaruhi oleh konsumsi pangan dan aktivitas fisik dari seseorang. Konsumsi pangan merupakan faktor utama dalam memenuhi kebutuhan zat gizi di dalam tubuh. Zat gizi berfungsi sebagai sumber tenaga bagi tubuh, mengatur proses metabolisme dalam tubuh, memperbaiki

jaringan tubuh serta pertumbuhan. Pemilihan bahan pangan dan penentuan jumlah makanan yang dikonsumsi dipengaruhi oleh pengetahuan gizi (Soraya, dkk., 2017: 29). Kondisi ketidaksesuaian asupan energi dan zat gizi dengan kebutuhannya yang berlangsung lama akan menyebabkan perubahan status gizi.

C. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini, terdapat beberapa keterbatasan yang memengaruhi hasil penelitian selama proses pengambilan data. Keterbatasan pada penelitian ini adalah *recall* yang hanya dilakukan 1x24 jam. Jadwal kegiatan pondok yang padat menyebabkan rentang waktu untuk pengambilan data *recall* menjadi terbatas. Pada saat penelitian berlangsung diketahui bahwa mayoritas santri juga mengonsumsi makanan dari luar. Santri diperbolehkan membeli sarapan, makan siang, makan malam, dan jajan di luar.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang perbedaan status gizi dan pola konsumsi pangan santri putri di Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus dapat disimpulkan bahwa:

1. Status gizi santri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus di pesantren sebagian besar berstatus gizi baik, yaitu sebanyak 65 dari 88 santri (73,9%).
2. Data kepuasan mutu hidangan pada santri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus sebagian besar merasa puas dengan pelayanan penyelenggara makanan. Hal ini dibuktikan sebanyak 71 dari 88 santri (80,7%) menunjukkan sikap puas terhadap hidangan Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus.
3. Data kecukupan energi santri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus di pesantren sebagian besar memiliki kecukupan energi dalam kategori normal, yaitu sebanyak 33 dari 88 santri (37,5%).
4. Tidak terdapat hubungan antara kepuasan mutu hidangan dengan status gizi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus ($p=0,202$)

5. Tidak terdapat hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi santri putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus ($p=0,213$)

B. Saran

1. Bagi Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus
Pihak penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus disarankan lebih meningkatkan kualitas makanan, khususnya pada suhu makanan dan dalam penyajian makanan sebaiknya diperhatikan variasi makanan agar santri tidak bosan dengan penampilan dan rasa makanan yang selalu sama
2. Bagi Penelitian Selanjutnya
Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut terkait kecukupan energi, status gizi dan pola konsumsi. Selain itu, sebaiknya penelitian tidak dilakukan pada saat pandemi agar hasil penelitian lebih maksimal.

REFERENCE

- Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Amalia, Syahida Ilma. 2020. Hubungan Karakteristik Santri, Mutu Makanan, dan Daya Terima Konsumsi Santri Di SMA Al Izzah International Islamic Boarding School Kota Batu. *Amerta Nutr*, 13-22
- Anestya, M., dan Muwakhidah. 2018. *Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Video terhadap Pengetahuan Siswa dalam Pemilihan Jajanan di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta*. *Jurnal Nutri-Sains : Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya*. doi: 10.21580/ns.2018.2.1.2024
- Anshori, Muhammad. 2020. Makanan Haram Dan Pengaruhnya Dalam Kehidupan (Kajian Tafsir Ahkam Surat Al-Māidah Ayat 3-5). *Islamitsch Familierecht Journal*, 1(1): 66 – 90.
- Arisman. 2009. *Buku Ajar Ilmu Gizi : Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan.RI. 2013. *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan.RI. 2018. *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Choiriyah, Siti. 2019. Analisis Sistem Penyelenggaraan Makan Pagi Di Pondok Pesantren Putri Mbah Rumi. *Skripsi*. Program Studi Gizi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Wali Songo Semarang.
- Mobley, Connie C. and Teresa Marshall. 2005. *Impact of Dietary Quality and Nutrition on General Health Status*. Nutrition and Oral Medicine.

- Dahlan, Sopiudin. 2015. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia
- Damayanti, Adelina Elsa. 2016. Skripsi. *Hubungan antara Tubuh, Aktivitas fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri*. Surabaya. Universitas Airlangga.
- Evirasanti, M., Ketut Rahyuda, Ni Nyoman Kerti Yasa. 2016. Pengaruh Kualitas Makanan, Kualitas Layanandan Lingkungan Fisikterhadap Kepuasan Dan Behavioral Intentions (Studi Di Métis Restaurant). *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 5.12 (2016): 4331-4358.
- Faradila, O. E., Murry, K., & Nadzif, G. 2019. *Perbedaan Pemilihan Makanan dan Faktor yang Berkaitan pada Remaja Putri di SMA Daerah Kota dan Kabupaten*. *Jurnal Nutri-Sains : Jurnal Gizi, Pangan, dan Aplikasinya*. doi: 10.21580/ns.2019.3.2.3406
- Firdaus, Luthfy Noorhafizh Tati Setiawati, Ai Nurhayati. 2018. Persepsi Santri Tentang Penyelenggaraan Makan Dipondok Pesantren Husnul Khotimah Kabupaten Kuningan. *Media Pendidikan, Gizi dan Kuliner*. Vol. 7, No. 2.
- Febriyani, Indah. 2014. *Hubungan Asupan Sugar-Sweetened Beverages Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah*. Skripsi. Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Ghozali, Imam. 2011. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS 19*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Irianto, D.P. 2017. *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta : CV. Andi Offset
- Istiany, Ari dan Rusilanti, 2013. *Gizi Terapan*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

- Junaidi. 2015. Memahami Skala-Skala Pengukuran. *Artikel*.
Diunduh dari:
https://repository.unja.ac.id/112/1/skala_junaidi2015.pdf
- Kementerian Kesehatan RI. 2013. Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit
- Khomson, Ali. 2007. *Peranan Pangan dan Gizi untuk Kualitas Hidup*. Jakarta: Grasindo
- Kherunnisa, Rifka Dewi. 2018. Hubungan Kualitas Diet, Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro, Tingkat Kesukaan Variasi Menu Dan Daya Terima Makan Terhadap Status Gizi Santri Putri Di Pondok Pesantren Daarul Ahsan. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.
- Kustiyoasih, M.P., Adriani, M., & Nindya, T.S. 2016. Penyelenggaraan Makanan Dan Kepuasan Konsumendi Kantin Lantai 2 Rumah Sakit Universitas Airlangga Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, Vol. 11, No. 1: 11–16.
- Kementerian Agama RI. 2013. *Makanan dan Minuman dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains (Tafsir Ilmi)*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an
- Mulizar. 2016. Pengaruh Makanan Dalam Kehidupan Manusia (Studi Terhadap Tafsir Al-Azhar). *Jurnal At-Tibyan*, 1(1): 118-142.
- Nasution, Poppy Harizani. 2017. Analisis Tingkat Kepuasan Pasien Rawat Inap terhadap Pelayanan Makanan di Rumah Sakit Umum Haji Medan Tahun 2017. *Skripsi*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Medan.
- Ningtyias, F., Irma Prasetyowati, Ida Srisurani Wiji Astuti, Siti Muslichah, Ahmad Nafi', Ahmad Haryono. 2018. Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan Di Pondok Pesantren, Kabupaten Jember. *MTPH Journal*, Volume 2, No. 1: 25-35.

- Notoatmodjo, Sukidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- NSW Department of Education. 2020. *Chapter 5 – Food Handling Procedures*. Sydney Distince Education High School.
- Nuraini. 2018. Halalan Thayyiban Alternatif Qurani Untuk Hidup Sehat. *Al-Mu'ashirah*, 15(1): 82-93.
- Nursalam. 2017. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta.
- Purwaningtyas, S. 2013. *Gambaran Penyelenggaraan Makanan di Pondok Pesantren Al-Qodiri Kabupaten Jember*. Skripsi: Universitas Jember.
- Rahmadhani, Jessika. 2019. Hubungan Kepuasan Pelayanan Makanan Dan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Perubahan Imt Pasien Rawat Inap Dewasa Di RSUD Ir. Soekarno Kabupaten Sukoharjo. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Rahmawati, Neni. 2018. Skripsi : *Tingkat Kepuasan Santri Terhadap Kualitas dan Layanan Makanan Di Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Rahmi, Yozza, & Rahmy, 2017. Telaah Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita Di Kota Padang Berdasarkan Berat Badan Per Tinggi Badan Menggunakan Metode Cart. *Eksakta* Vol. 18 No. 2.

- Rokhmah, F., Lailatul Muniroh, & Triska Susila Nindya. 2016. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Siswi Sma Di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu. *Media Gizi Indonesia*, Vol. 11, No. 1: 94–100.
- Ruslie, R. H., & Darmadi. 2012. Analisis regresi logistik untuk faktor-faktor yang mempengaruhi Status gizi remaja. *Jurnal Majalah Kedokteran Andalas*, Vol. 36, No. 1: 62-71.
- Saumi, Tia Fitria & Panudju, Andreas Tri. 2020. Analisis Korespondensi Ordinal Untuk Mengevaluasi Tingkat Kepuasan Konsumen. *STATMAT (Jurnal Statistik dan Matematika)*, Vol. 2, No. 1,; 94-102.
- Semedi, P., Martha I Kartasurya, Hagnyonowati. 2013. Hubungan kepuasan pelayanan makanan rumah sakit dan asupan makanan dengan perubahan status gizi pasien (Studi di RSUD Sunan Kalijaga Kabupaten Demak). *Jurnal Gizi Indonesia*, Vol. 2, No. 1, Desember 2013: 32-41.
- Shihab, M. Quraish. 2005. *Tafsir Al Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta : Lentera Hati.
- Sholichah, F. 2021. Tingkat Kecukupan Gizi, Status Gizi, dan Status Anemia Mahasiswa Penghafal Al Qur'an Di UIN Walisongo Semarang. *Journal of Nutrition College*, Vol 10, Nomor 1, Tahun 2021, 63.
- Sholichah, F. & Syukur, F. 2020. Sistem Penyelenggaraan Makanan di Pondok Pesantren Tahfidz. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, Vol. 1, No. 2: 90-100.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

- Supariasa, I Dewa Nyoman, dkk. 2016. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC
- Surbakti, Peris Sepaka. 2017. Pengaruh Harga Dan Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Pelanggan Pada PT Kereta Api Indonesia (Persero) Stasiun Pematangsiantar (Survei Terhadap Masyarakat Di Kelurahan Bantan Rt 002 / Rw 007 Pematangsiantar). *Jurnal Maker*, Vol. 3, No. 1.
- UNICEF. 2020. *Nutrition, For Every Child. UNICEF Nutrition Strategy 2020–2030*.
- Wahyuni, P.D., Sabaria Manti Battung, & Abdul Salam. 2016. *Gambaran Tingkat Kepuasan Santriwati Pada Mutu Hidangan Di SMA Athirah Boarding School Makassar Dan Bone*. Prodi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin, Makassar.
- Wayansari, Latsmi, dkk. 2018. *Buku Ajar Gizi: Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi*. Kementerian Kesehatan RI.
- Watania, T., Nelly Mayulu, & Shirley E. S. Kawengian. 2016. Hubungan pengetahuan gizi ibu dengan Kecukupan Energi anak usia 1-3 tahun di Desa Mopusi Kecamatan Lolayan Kabupaten Bolaang Mongondow Sulawesi Utara. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, 4(2): 1-10.
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) IX. 2012. Penyelenggara: LIPI Jakarta: LIPI

LAMPIRAN

Lampiran 1. *Form Informed Consent*

Responden terhormat,

Perkenalkan saya Nor Laila Noviyanti, mahasiswa S1 Program Studi Gizi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dengan ini saya akan melaksanakan penelitian tentang **“Kepuasan Mutu Hidangan, Tingkat Kecukupan Energi dan Status Gizi Santri Putri Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus”**. Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana S1 pada Program Studi Gizi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Saya sangat mengharap kesediaan saudara menjadi responden dalam penelitian ini. Peran serta saudara sangat besar dalam memberikan jawaban dalam kuesioner penelitian terlampir. Saya menjamin sepenuhnya akan kerahasiaan segala informasi yang telah saudara berikan. Selain pengisian kuesioner, penelitian ini juga akan mengukur status gizi responden, dimana penilaian tersebut dilakukan dengan mengukur tinggi badan dan penimbangan berat badan. Setelah saudara memahami maksud dan tujuan penelitian yang akan saya lakukan di atas, maka saya memohon saudara untuk bersedia mengisi nama serta tanda tangan persetujuan untuk menjadi responden di bawah ini.

Dengan ini, responden setuju untuk turut serta dalam penelitian ini.

Nama responden :

Tanda tangan :

Terima kasih atas kesediaan saudara untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Lampiran 2. Kisi-kisi Kuesioner Penelitian

Kisi-Kisi Kuesioner Kepuasan Mutu Hidangan

No.	Indikator	Sebaran nomor item	Jumlah item
1	Waktu Makan	1,2,3,4,5	5
2	Penampilan Makanan	6,7,8,9	4
3	Aroma Makanan	10,11,12,13	4
4	Rasa Makanan	14,15,16,17	4
5	Kebersihan Alat dan Makanan	18,19,20,21,22,23, 24,25,26,27,28,29	12
6	Variasi menu makanan	30,31,32,33	4
7	Kematangan	34,35,36	3

Lampiran 3. Kuesioner Penelitian Kepuasan Mutu Hidangan

IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama :
2. Umur :
3. Tanggal pengisian :

PETUNJUK PENGISIAN :

Pada pertanyaan berikut ini, adik-adik santriwati dimohon untuk memberikan

tanda centang (✓) pada salah satu jawaban yang paling sesuai menurut Anda. Kuesioner yang ditanyakan adalah mengenai kepuasan santri terhadap mutu hidangan makanan yang disajikan oleh Pondok Pesatren Roudlotul Jannah Kudus.

Sebagai catatan, tidak ada jawaban yang salah karena semua jawaban dianggap benar.

- SP : Sangat Puas skor : 4
- P : Puas skor : 3
- TP : Tidak Puas skor : 2
- STP : Sangat Tidak Puas skor : 1

KUESIONER KEPUASAN MUTU HIDANGAN

No	Pernyataan	Jawaban			
		SP	P	TP	STP
	Waktu Makan				
1	Makan pagi disajikan sesuai jadwal - Sangat puas : tepat waktu sesuai jadwal - Puas : telat 10 - 15 menit dari jadwal - Tidak puas : telat 15 – 30 menit dari jadwal - Sangat tidak puas : telat > 30 menit dari jadwal				
2	Makan siang disajikan sesuai jadwal - Sangat puas : tepat waktu sesuai jadwal - Puas : telat 10 - 15 menit dari jadwal - Tidak puas : telat 15 – 30 menit dari jadwal - Sangat tidak puas : telat > 30 menit dari jadwal				
3	Makan malam disajikan sesuai jadwal - Sangat puas : tepat waktu sesuai jadwal - Puas : telat 10 - 15 menit dari jadwal - Tidak puas : telat 15 – 30 menit dari jadwal - Sangat tidak puas : telat > 30 menit dari jadwal				
4	Pengurus Pondok Pesantren melayani santri dengan cekatan				
5	Jeda antara waktu masak dengan penyajian tidak terlalu lama				
	Penampilan Makanan				
6	Penampilan makanan rapi dan menggugah selera				
7	Bentuk makanan yang menarik				
8	Kombinasi warna makanan yang disajikan bervariasi				
9	Tampilan menu yang disajikan terlihat lezat				

No	Pernyataan	Jawaban			
		SP	P	TP	STP
	Aroma Makanan				
10	Aroma makanan yang disajikan dapat menggugah selera makan				
11	Aroma makanan tidak menyengat				
12	Aroma makanan masih segar				
13	Masakan yang disajikan beraroma sedap				
	Rasa Makanan				
14	Rasa makanan yang disajikan enak				
15	Rasa makanan yang disajikan sesuai dengan selera santri				
16	Rasa makanan yang disajikan bervariasi				
17	Rasa makanan yang disajikan tepat (rasanya tidak terlalu pedas, manis, asin)				
	Kebersihan Alat dan Makanan				
18	Penyajian makanan disediakan piring bersih				
19	Penyajian makanan disediakan sendok bersih				
20	Penyajian makanan disediakan mangkuk bersih				
21	Penyajian makanan disediakan gelas bersih				
22	Penyajian makanan disediakan tisu makan				
23	Penyajian makanan disediakan centong nasi				
24	Penyajian makanan disediakan sendok khusus lauk				
25	Penyajian makanan disediakan sendok khusus sayur				
26	Gelas minum yang selalu diberi tutup				
27	Nasi yang dihidangkan bersih dan putih				
28	Petugas menghidangkan lauk dan sayur dalam kondisi bersih				

No	Pernyataan	Jawaban			
		SP	P	TP	STP
29	Buah yang disajikan sudah dicuci terlebih dahulu				
	Variasi menu makanan				
30	Makanan yang disajikan sesuai gizi seimbang (terdapat nasi, lauk, sayur, buah, dan air minum)				
31	Menu makanan berbeda untuk makan pagi, makan siang, dan makan malam <ul style="list-style-type: none"> - Sangat puas : tidak terdapat pengulangan menu dalam sehari - Puas : terdapat 1 kali pengulangan menu dalam sehari - Tidak puas : terdapat 2 kali pengulangan menu dalam sehari - Sangat tidak puas : terdapat 3 kali pengulangan menu dalam sehari 				
32	Selalu terdapat buah disetiap waktu makan <ul style="list-style-type: none"> - Sangat puas : selalu terdapat buah - Puas : terdapat buah 2 kali waktu makan - Tidak puas : terdapat buah 1 kali waktu makan - Sangat tidak puas : tidak terdapat buah sama sekali 				
33	Makanan yang dihidangkan lengkap				
	Kematangan				
34	Nasi yang disajikan teksturnya tepat <ul style="list-style-type: none"> - Sangat puas : tidak keras atau tidak lembek - Puas : sedikit keras atau sedikit lembek - Tidak puas : keras atau lembek - Sangat tidak puas : sangat keras atau sangat lembek 				
35	Lauk hewani dan nabati dimasak dengan matang sempurna				
36	Sayuran dimasak matang sempurna				

No	Pernyataan	Jawaban			
		SP	P	TP	STP
	<ul style="list-style-type: none"> - Sangat puas : tidak keras atau tidak lembek - Puas : sedikit keras atau sedikit lembek - Tidak puas : keras atau lembek - Sangat tidak puas : sangat keras atau sangat lembek 				

Sumber: Lastmi, dkk (2018), Nasution (2017), NSW Department of Education (2020) dan Rahmawati (2018)

Lampiran 4. Format *Food Recall***FORMULIR IDENTITAS RESPONDEN****A. Identitas Responden**

Nama :
 Tempat, Tanggal Lahir :
 Jenis Kelamin :

B. Antropometri

Berat Badan : Kg
 Tinggi Badan : Cm
 Usia : Thn

*** Petunjuk Pengisian Formulir**

1. Isilah formulir identitas responden dengan lengkap
2. Isilah formulir *Food Recall 4x24* jam, tulis semua jenis makanan dan banyaknya makanan sesuai dengan makanan yang anda makan.
3. Partisipasi anda dalam mengisi formulir penelitian ini dengan sejujur-jujurnya akan sangat membantu saya dalam penyusunan skripsi ini.

Demikian atas kesediaannya dalam pengisian instrumen ini, maka saya sampaikan terima kasih.

Responden

(.....)

LEMBAR KUESIONER FOOD RECALL 1 x 24 JAM

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan	URT	Berat (gram)	Cara Pengolahan
Pagi					
Selingan Siang					
Siang					
Selingan Sore					
Malam					

Lampiran 5.

Lembar Hasil Observasi

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Menu <i>Recall</i>	Kamis : Sarapan - Nasi - Bakwan + sambal Siang & Malam - Nasi - Tempe goreng - Lele goreng - Sayur Gori
		Jum'at : Sarapan - Nasi - Mie goreng sayur Siang & Malam - Nasi - Telur dadar - Sayur asem
		Sabtu: Sarapan - Nasi - Tumis labu siyam Siang & Malam - Nasi - Tempe mendoan - Sayur lodeh
		Minggu: Sarapan - Nasi - Tumis buncis Siang & Malam - Nasi - Tahu bacem - Sop sawi putih
2	Kebiasaan waktu makan santri	Pagi : Biasanya diawal waktu makan, tergantung masing-masing individu
		Siang : Biasanya diakhir waktu makan (setelah pulang sekolah atau bangun tidur siang)
		Malam : Biasanya diawal waktu makan, tergantung masing-masing individu

3	Menu pengganti jika santri alergi / tidak suka / tidak kebagian makanan	Tidak ada menu pengganti. Jika santri tidak suka atau alergi terhadap menu yang disediakan biasanya akan membeli jajan di koperasi pondok, seperti mendoan, risol, bakwan, dll. Kalau untuk santri yang tidak kebagian makanan insyaallah tidak ada, karena lauk sudah dijatah dan di ambilkan oleh pengurus
4	Siklus menu	Tidak terdapat siklus menu yang pasti
5	Penyediaan bahan makanan	Penyediaan bahan-bahan makanan pihak pondok sudah ada yang membelanjakan sendiri dan mengantarkan ke pondok.
6	Tenaga khusus memasak	Tidak ada. Di pondok tidak ada tenaga khusus untuk memasak. Biasanya yang memasak yaitu pengurus dan santri yang sudah mendapatkan jadwal untuk memasak.
7	Pedistribusian makanan di pondok	Pendistribusian makanan santri mengambil sendiri di dapur, tetapi untuk lauk diambilkan oleh pengurus yang bertugas memasak.
8	Sistem pemorsian penyajian makanan	Sistem makannya tergantung individu masing-masing. Tetapi hampir semuanya makan bareng-bareng menggunakan nampan.

Lampiran 7.

Uji Validitas dan Reliabilitas Tahap I

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	88	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	88	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.927	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item1	101.2955	196.257	.325	.926
Item2	101.1477	192.656	.456	.925
Item3	101.1591	191.469	.446	.925
Item4	101.5682	187.926	.676	.923
Item5	101.1932	192.640	.482	.925
Item6	101.6591	188.181	.629	.923
Item7	101.6932	189.594	.602	.924
Item8	101.5682	190.777	.497	.925
Item9	101.4659	190.643	.624	.924
Item10	101.4205	194.499	.358	.926
Item11	101.4773	194.574	.405	.926
Item12	101.2841	189.585	.570	.924
Item13	101.1705	195.086	.344	.926
Item14	101.4318	193.306	.449	.925
Item15	101.7273	190.201	.576	.924
Item16	101.4432	192.388	.480	.925
Item17	101.7273	191.741	.463	.925
Item18	101.3523	192.093	.441	.925
Item19	101.5000	190.805	.470	.925

Item20	101.5568	189.031	.551	.924
Item21	101.7159	187.516	.519	.925
Item22	102.1705	189.040	.503	.925
Item23	101.1250	192.409	.503	.925
Item24	101.1364	194.372	.397	.926
Item25	101.0909	193.279	.490	.925
Item26	102.1136	188.906	.545	.924
Item27	101.1250	191.996	.498	.925
Item28	101.1136	190.010	.586	.924
Item29	102.2727	187.649	.467	.926
Item30	101.6136	187.435	.557	.924
Item31	101.3409	192.411	.413	.926
Item32	103.4205	202.109	.000	.928
Item33	101.8864	189.389	.483	.925
Item34	101.2614	192.793	.485	.925
Item35	101.2500	188.948	.629	.923
Item36	101.2386	189.977	.632	.923

Uji Validitas dan Reliabilitas Tahap II Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	88	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	88	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.928	35

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item1	100.2955	196.257	.325	.927
Item2	100.1477	192.656	.456	.926
Item3	100.1591	191.469	.446	.926
Item4	100.5682	187.926	.676	.924

Item5	100.1932	192.640	.482	.926
Item6	100.6591	188.181	.629	.924
Item7	100.6932	189.594	.602	.924
Item8	100.5682	190.777	.497	.926
Item9	100.4659	190.643	.624	.924
Item10	100.4205	194.499	.358	.927
Item11	100.4773	194.574	.405	.927
Item12	100.2841	189.585	.570	.925
Item13	100.1705	195.086	.344	.927
Item14	100.4318	193.306	.449	.926
Item15	100.7273	190.201	.576	.925
Item16	100.4432	192.388	.480	.926
Item17	100.7273	191.741	.463	.926
Item18	100.3523	192.093	.441	.926
Item19	100.5000	190.805	.470	.926
Item20	100.5568	189.031	.551	.925
Item21	100.7159	187.516	.519	.925
Item22	101.1705	189.040	.503	.926
Item23	100.1250	192.409	.503	.926
Item24	100.1364	194.372	.397	.927
Item25	100.0909	193.279	.490	.926
Item26	101.1136	188.906	.545	.925
Item27	100.1250	191.996	.498	.926
Item28	100.1136	190.010	.586	.925
Item29	101.2727	187.649	.467	.926
Item30	100.6136	187.435	.557	.925
Item31	100.3409	192.411	.413	.927
Item33	100.8864	189.389	.483	.926
Item34	100.2614	192.793	.485	.926
Item35	100.2500	188.948	.629	.924
Item36	100.2386	189.977	.632	.924

Variabel	No	Validitas Tahap I		No	Validitas Tahap II		Reliabilitas	
		r hitung	Keterangan		r hitung	Keterangan	Alpha	Keterangan
Kepuasan mutu hidangan	Item1	0.325	valid	Item1	0.325	valid	0.928	Reliabel
	Item2	0.456	valid	Item2	0.456	valid		
	Item3	0.446	valid	Item3	0.446	valid		
	Item4	0.676	valid	Item4	0.676	valid		
	Item5	0.482	valid	Item5	0.482	valid		
	Item6	0.629	valid	Item6	0.629	valid		
	Item7	0.602	valid	Item7	0.602	valid		
	Item8	0.497	valid	Item8	0.497	valid		
	Item9	0.624	valid	Item9	0.624	valid		
	Item10	0.358	valid	Item10	0.358	valid		
	Item11	0.405	valid	Item11	0.405	valid		
	Item12	0.570	valid	Item12	0.570	valid		
	Item13	0.344	valid	Item13	0.344	valid		
	Item14	0.449	valid	Item14	0.449	valid		
	Item15	0.576	valid	Item15	0.576	valid		
	Item16	0.480	valid	Item16	0.480	valid		
	Item17	0.463	valid	Item17	0.463	valid		
	Item18	0.441	valid	Item18	0.441	valid		
	Item19	0.470	valid	Item19	0.470	valid		
	Item20	0.551	valid	Item20	0.551	valid		
	Item21	0.519	valid	Item21	0.519	valid		
	Item22	0.503	valid	Item22	0.503	valid		
	Item23	0.503	valid	Item23	0.503	valid		
	Item24	0.397	valid	Item24	0.397	valid		
	Item25	0.490	valid	Item25	0.490	valid		
	Item26	0.545	valid	Item26	0.545	valid		
	Item27	0.498	valid	Item27	0.498	valid		
	Item28	0.586	valid	Item28	0.586	valid		
	Item29	0.467	valid	Item29	0.467	valid		
	Item30	0.557	valid	Item30	0.557	valid		
	Item31	0.413	valid	Item31	0.413	valid		
	Item32	0.000	tidak valid	Item33	0.483	valid		
	Item33	0.483	valid	Item34	0.485	valid		
	Item34	0.485	valid	Item35	0.629	valid		
	Item35	0.629	valid	Item36	0.632	valid		
	Item36	0.632	valid					

Lampiran 8. Data Kepuasan Mutu Hidangan Sesudah Uji Validitas dan Reliabilitas

USIA	No Resp	Item KUESIONER KEPUASAN MUTU HIDANGAN																																			Total	Skor	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35			36
13-15TAHUN	1	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	3	4	1	3	4	3	3	4	4	111	2	
	2	3	4	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	3	4	4	115	2		
	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	1	1	3	2	4	4	105	2
	4	4	4	3	3	4	3	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	88	1	
	5	3	4	4	2	3	2	2	3	3	4	2	4	4	3	3	3	1	2	2	3	1	1	4	4	3	3	1	4	3	1	3	3	1	3	3	94	2	
	6	3	4	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	1	3	2	3	1	1	1	4	4	4	2	4	4	1	4	2	3	3	3	3	98	2		
	7	4	4	3	3	3	2	2	4	2	2	4	4	4	4	1	4	3	1	1	4	1	1	4	4	4	4	4	1	4	1	1	4	1	4	4	101	2	
	8	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	100	2		
	9	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	3	1	1	3	3	3	2	4	4	1	4	2	4	3	4	3	102	2		
	10	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	4	4	3	110	2		
	11	4	3	2	2	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	2	2	105	2		
	12	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	3	1	2	3	3	3	91	2		
	13	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	1	1	1	4	4	4	1	3	3	1	1	3	1	3	2	3	84	1		
	14	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	4	1	2	3	3	97	2		
	15	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	108	2		
	16	2	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	4	4	3	110	2		
	17	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	2	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	1	2	3	2	3	3	3	3	100	2		
	18	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	3	2	4	1	3	2	3	3	4	3	113	2	
	19	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	3	1	2	4	2	4	3	92	2		
	20	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	3	1	3	3	2	3	2	3	93	2		
	21	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	101	2			
	22	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	100	2			
	23	2	1	1	2	1	2	1	4	2	1	2	1	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	1	1	3	1	2	1	64	1		
	24	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	120	2			
	25	4	4	4	2	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	4	4	4	1	1	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	4	3	4	100	2		
	26	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	124	2			
	27	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	97	2			
	28	4	4	4	4	1	2	2	2	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	4	4	100	2			
	29	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	2	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	107	2			
	30	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	130	2			
	31	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	100	2			
	32	3	3	2	3	4	2	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	2	3	4	3	4	4	112	2		
	33	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	95	2			
	34	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	96	2		
	35	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	1	2	4	1	4	3	3	4	3	2	2	4	3	4	117	2		
	36	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	2			
	37	3	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	119	2			
	38	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	123	2			
	39	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	131	2			
	40	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120	2		
	41	3	4	4	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	2	4	4	4	1	4	4	1	4	3	3	4	117	2			
	42	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	131	2			
	43	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	118	2			
	44	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	110	2				
	45	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	2	3	2	4	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	116	2			
	46	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	119	2		

16-18 TAHUN	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	129	2
	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	94	2		
	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	91	2	
	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	83	1		
	5	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	4	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	105	2		
	6	2	2	3	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	2	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	93	2			
	7	3	4	4	3	3	2	1	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	1	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	111	2			
	8	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	89	1				
	9	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	88	1				
	10	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	124	2				
	11	3	4	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	96	2				
	12	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	2	2	3	3	3	98	2				
	13	3	2	3	2	3	2	2	2	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	1	3	4	2	3	4	4	4	4	101	2				
	14	4	2	4	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	88	1					
	15	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	88	1				
	16	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	90	1					
	17	2	4	4	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	111	2				
	18	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	85	1				
	19	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	117	2					
	20	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	4	2	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	1	4	4	3	3	110	2					
	21	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	87	1					
	22	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	84	1					
	23	3	3	2	3	4	2	2	1	2	2	3	3	4	2	3	4	3	4	4	2	2	2	4	3	4	2	4	3	3	2	4	3	3	3	102	2					
	24	3	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	4	4	2	3	4	2	4	4	4	4	1	4	3	3	1	3	3	2	2	3	1	2	2	3	99	2				
	25	2	2	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	4	114	2						
	26	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	1	1	3	2	2	3	3	2	79	1							
	27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100	2					
	28	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	1	3	4	4	4	4	106	2						
	29	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	2	1	3	3	3	3	76	1							
	30	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	4	2	3	3	1	3	3	3	3	106	2						
	31	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	1	2	1	2	2	2	82	1						
	32	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	2	2	1	1	1	4	4	4	3	4	1	3	4	3	3	4	4	109	2							
	33	3	3	3	1	2	1	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	4	2	1	1	4	1	2	2	75	1					
	34	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	117	2						
	35	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	1	4	3	2	2	3	96	2							
	36	4	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	129	2						
	37	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	4	124	2							
	38	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	107	2							
	39	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	86	1								
	40	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	3	1	4	108	2							
	41	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	3	105	2							
	42	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	111	2						

Lampiran 9. Data Tingkat Kecukupan Energi

No Resp	Umur	BB	TB	TEE (Rumus IOM)	Keb. Energi (Rumus IOM)	Recall H-1	% E (Recall H-1)	Keterangan	Skor
1	13	37.53	1.417	1575.021	1732.5231	1665	96.10	Normal	4
2	13	44.2	1.498	1738.052	1911.8572	2251.7	117.78	Kelebihan	5
3	14	46.6	1.445	1689.19	1858.109	1934	104.08	Normal	4
4	13	25.4	1.284	1291.896	1421.0856	1441.5	101.44	Normal	4
5	14	36.9	1.41	1529.43	1682.373	2110.1	125.42	Kelebihan	5
6	14	47.3	1.453	1705.832	1876.4152	2065.6	110.08	Kelebihan	5
7	13	40.2	1.367	1563.298	1719.6278	1473.8	85.70	Cukup	3
8	13	45.36	1.504	1758.852	1934.7372	1527.4	78.95	Defisit Ringan	2
9	13	49.7	1.551	1859.604	2045.5644	2130.9	104.17	Normal	4
10	14	43.9	1.509	1713.596	1884.9556	1868.4	99.12	Normal	4
11	13	50.6	1.501	1824.694	2007.1634	1745.6	86.97	Cukup	3
12	14	35.8	1.528	1625.232	1787.7552	1436.9	80.37	Cukup	3
13	15	48.51	1.539	1771.207	1948.3277	1508.9	77.45	Defisit Ringan	2
14	15	45.1	1.506	1695.714	1865.2854	2332.7	125.06	Kelebihan	5
15	15	50.4	1.521	1779.154	1957.0694	1468	75.01	Defisit Ringan	2
16	15	44.5	1.5	1682.25	1850.475	1497	80.90	Cukup	3
17	13	27.4	1.368	1396.552	1536.2072	1531.3	99.68	Normal	4
18	13	42.21	1.469	1684.897	1853.3867	2371.3	127.94	Kelebihan	5
19	15	48.87	1.543	1779.659	1957.6249	1595	81.48	Cukup	3
20	25	43.02	1.478	1334.314	1467.7454	1643.9	112.00	Kelebihan	5
21	15	49.2	1.519	1761.566	1937.7226	1591.3	82.12	Cukup	3
22	15	45.2	1.448	1642.852	1807.1372	1817.2	100.56	Normal	4
23	13	40.9	1.408	1610.762	1771.8382	1726.4	97.44	Normal	4
24	14	38.5	1.445	1583.08	1741.388	1764.6	101.33	Normal	4
25	14	47.2	1.5	1748.42	1923.262	1280.4	66.57	Defisit Berat	1
26	13	50.4	1.56	1877.18	2064.898	1668.2	80.79	Cukup	3
27	13	43.5	1.444	1678.446	1846.2906	2143.2	116.08	Kelebihan	5
28	14	46.5	1.56	1795.29	1974.819	1413.9	71.60	Defisit Ringan	2
29	13	37.5	1.52	1670.83	1837.913	2237.9	121.76	Kelebihan	5
30	13	51.1	1.528	1856.462	2042.1082	2217.9	108.61	Normal	4
31	13	30.1	1.368	1431.922	1575.1142	1754.8	111.41	Kelebihan	5
32	14	43.9	1.479	1685.576	1854.1336	2243.7	121.01	Kelebihan	5
33	13	38.7	1.46	1630.51	1793.561	2480.4	138.29	Kelebihan	5
34	13	36.8	1.467	1612.158	1773.3738	2199.8	124.05	Kelebihan	5
35	15	42.1	1.534	1682.566	1850.8226	1282.4	69.29	Defisit Berat	1
36	13	41.2	1.46	1663.26	1829.586	2154.9	117.78	Kelebihan	5
37	13	44.4	1.569	1806.986	1987.6846	1491.7	75.05	Defisit Ringan	2
38	13	32.4	1.465	1552.65	1707.915	2067.2	121.04	Kelebihan	5
39	14	49.77	1.553	1831.589	2014.7479	1280.4	63.55	Defisit Berat	1
40	14	45.18	1.502	1723.826	1896.2086	1640	86.49	Cukup	3
41	13	44.6	1.548	1789.992	1968.9912	1901.4	96.57	Normal	4
42	13	49.05	1.545	1845.485	2030.0335	1688.9	83.20	Cukup	3
43	13	48.87	1.543	1841.259	2025.3849	1852.5	91.46	Normal	4
44	14	41.76	1.464	1643.532	1807.8852	1796.4	99.36	Normal	4

No Resp	Umur	BB	TB	TEE (Rumus IOM)	Keb. Energi (Rumus IOM)	Recall H-1	% E (Recall H-1)	Keterangan	Skor
45	14	34.3	1.468	1549.542	1704.4962	1592.9	93.45	Normal	4
46	15	33.3	1.434	1473.886	1621.2746	1608.2	99.19	Normal	4
47	17	56	1.557	1824.538	2006.9918	1337.6	66.65	Defisit Berat	1
48	17	49.8	1.611	1793.754	1973.1294	1925.3	97.58	Normal	4
49	17	43	1.484	1586.056	1744.6616	1578.5	90.48	Normal	4
50	16	43.2	1.429	1568.106	1724.9166	1694.6	98.24	Normal	4
51	16	44.3	1.428	1581.582	1739.7402	1230.4	70.72	Defisit Ringan	2
52	17	51.8	1.467	1685.458	1854.0038	2219	119.69	Kelebihan	5
53	16	39.9	1.52	1609.87	1770.857	1493.8	84.35	Cukup	3
54	16	52.7	1.535	1791.56	1970.716	2085.6	105.83	Normal	4
55	17	46.3	1.558	1698.402	1868.2422	1722.1	92.18	Normal	4
56	17	59.22	1.658	1961.054	2157.1594	2170.8	100.63	Normal	4
57	16	40.6	1.543	1640.522	1804.5742	1475.6	81.77	Cukup	3
58	17	48.9	1.498	1676.422	1844.0642	1934.3	104.89	Normal	4
59	17	44.91	1.499	1625.087	1787.5957	1989.3	111.28	Kelebihan	5
60	17	51.4	1.576	1782.024	1960.2264	1504.6	76.76	Defisit Ringan	2
61	17	43.02	1.478	1580.714	1738.7854	1757	101.05	Normal	4
62	16	45.4	1.464	1629.616	1792.5776	1553.6	86.67	Cukup	3
63	17	57.69	1.641	1925.133	2117.6463	1731.8	81.78	Cukup	3
64	16	39.6	1.49	1577.92	1735.712	1406.7	81.04	Cukup	3
65	17	40.3	1.515	1579.64	1737.604	1862.1	107.16	Normal	4
66	16	33.3	1.436	1444.954	1589.4494	1791.3	112.70	Kelebihan	5
67	16	48.3	1.534	1732.986	1906.2846	1404.8	73.69	Defisit Ringan	2
68	17	53	1.557	1785.238	1963.7618	1891.5	96.32	Normal	4
69	17	46.3	1.473	1619.012	1780.9132	2030.8	114.03	Kelebihan	5
70	17	50.49	1.561	1756.093	1931.7023	2079	107.63	Normal	4
71	17	51.1	1.523	1728.592	1901.4512	1324.9	69.68	Defisit Berat	1
72	17	50.9	1.579	1778.276	1956.1036	1526.1	78.02	Defisit Ringan	2
73	18	39.6	1.552	1574.228	1731.6508	1569.3	90.62	Normal	4
74	16	49.5	1.55	1763.65	1940.015	1566.2	80.73	Cukup	3
75	17	46	1.577	1712.218	1883.4398	2086.8	110.80	Kelebihan	5
76	17	52.6	1.576	1797.744	1977.5184	1723.8	87.17	Cukup	3
77	17	55.2	1.521	1780.434	1958.4774	1653.6	84.43	Cukup	3
78	18	51.1	1.57	1741.69	1915.859	1520.9	79.38	Cukup	3
79	17	47.07	1.523	1675.799	1843.3789	1913.9	103.83	Normal	4
80	16	43.7	1.513	1653.112	1818.4232	1774.9	97.61	Normal	4
81	16	49.6	1.49	1708.92	1879.812	1845.4	98.17	Normal	4
82	16	43.7	1.501	1641.904	1806.0944	1653.2	91.53	Normal	4
83	18	50.6	1.521	1689.374	1858.3114	1302.6	70.10	Defisit Ringan	2
84	17	53.73	1.597	1832.161	2015.3771	1635.9	81.17	Cukup	3
85	16	49.14	1.546	1755.198	1930.7178	1815.5	94.03	Normal	4
86	18	42.7	1.539	1602.696	1762.9656	1560.4	88.51	Cukup	3
87	18	46	1.509	1617.906	1779.6966	1475.6	82.91	Cukup	3
88	17	40.5	1.473	1543.032	1697.3352	1866.3	109.95	Normal	4

Lampiran 10. Data Status Gizi

USIA	Resp	Nilai Z Score	Keterangan Status Gizi	Skor
13-15 TAHUN	1	+1,86	Gizi Lebih (Overweight)	3
	2	26	Gizi Baik (Normal)	2
	3	+0,82	Gizi Baik (Normal)	2
	4	-1,59	Gizi Baik (Normal)	2
	5	+1,29	Gizi Lebih (Overweight)	3
	6	+0,85	Gizi Baik (Normal)	2
	7	+0,63	Gizi Baik (Normal)	2
	8	+5,5	Obesitas	4
	9	-0,41	Gizi Baik (Normal)	2
	10	57	Gizi Baik (Normal)	2
	11	+0,8	Gizi Baik (Normal)	2
	12	-1,67	Gizi Baik (Normal)	2
	13	-2,03	Gizi Kurang (Thinnes)	1
	14	+1,13	Gizi Lebih (Overweight)	3
	15	+0,51	Gizi Baik (Normal)	2
	16	-0,25	Gizi Baik (Normal)	2
	17	-1,89	Gizi Baik (Normal)	2
	18	+2,03	Obesitas	4
	19	+1,09	Gizi Lebih (Overweight)	3
	20	+3,33	Obesitas	4
	21	+0,32	Gizi Baik (Normal)	2
	22	+0,46	Gizi Baik (Normal)	2
	23	+0,54	Gizi Baik (Normal)	2
	24	-0,52	Gizi Baik (Normal)	2
	25	+0,34	Gizi Baik (Normal)	2
	26	+2,33	Obesitas	4
	27	+0,62	Gizi Baik (Normal)	2
	28	-0,29	Gizi Baik (Normal)	2
	29	-1,25	Gizi Baik (Normal)	2
	30	+0,93	Gizi Baik (Normal)	2
	31	-1,33	Gizi Baik (Normal)	2
	32	+0,25	Gizi Baik (Normal)	2
	33	-0,35	Gizi Baik (Normal)	2
	34	-0,82	Gizi Baik (Normal)	2
	35	-0,88	Gizi Baik (Normal)	2
	36	+0,07	Gizi Baik (Normal)	2
	37	-0,35	Gizi Baik (Normal)	2
	38	-1,68	Gizi Baik (Normal)	2
	39	+1,09	Gizi Lebih (Overweight)	3
	40	+1,05	Gizi Lebih (Overweight)	3
	41	-0,3	Gizi Baik (Normal)	2
	42	+3,42	Obesitas	4
	43	+3,16	Obesitas	4
	44	+1,48	Gizi Lebih (Overweight)	3
	45	-1,31	Gizi Baik (Normal)	2
	46	-1,23	Gizi Baik (Normal)	2

USIA	Resp	Nilai Z Score	Keterangan Status Gizi	Skor
16-18 TAHUN	1	+0,56	Gizi Baik (Normal)	2
	2	-0,74	Gizi Baik (Normal)	2
	3	-0,61	Gizi Baik (Normal)	2
	4	+0,19	Gizi Baik (Normal)	2
	5	+0,24	Gizi Baik (Normal)	2
	6	+0,82	Gizi Baik (Normal)	2
	7	-1,36	Gizi Baik (Normal)	2
	8	+0,49	Gizi Baik (Normal)	2
	9	-0,78	Gizi Baik (Normal)	2
	10	+3,41	Obesitas	4
	11	-1,44	Gizi Baik (Normal)	2
	12	+0,2	Gizi Baik (Normal)	2
	13	+2,31	Obesitas	4
	14	-0,12	Gizi Baik (Normal)	2
	15	+1,74	Gizi Lebih (Overweight)	3
	16	+0,16	Gizi Baik (Normal)	2
	17	+1,71	Gizi Lebih (Overweight)	3
	18	-1,81	Gizi Baik (Normal)	2
	19	-1,35	Gizi Baik (Normal)	2
	20	-1,65	Gizi Baik (Normal)	2
	21	+0,07	Gizi Baik (Normal)	2
	22	+0,27	Gizi Baik (Normal)	2
	23	+0,19	Gizi Baik (Normal)	2
	24	+1,56	Gizi Lebih (Overweight)	3
	25	+0,29	Gizi Baik (Normal)	2
	26	-0,25	Gizi Baik (Normal)	2
	27	-1,83	Gizi Baik (Normal)	2
	28	+1,97	Gizi Lebih (Overweight)	3
	29	-0,96	Gizi Baik (Normal)	2
	30	+0,05	Gizi Baik (Normal)	2
	31	+0,79	Gizi Baik (Normal)	2
	32	-0,17	Gizi Baik (Normal)	2
	33	+1,8	Gizi Lebih (Overweight)	3
	34	-7	Gizi Baik (Normal)	2
	35	+0,45	Gizi Baik (Normal)	2
	36	-0,54	Gizi Baik (Normal)	2
	37	+0,19	Gizi Baik (Normal)	2
	38	+1,12	Gizi Lebih (Overweight)	3
	39	+1,43	Gizi Lebih (Overweight)	3
	40	-1,22	Gizi Baik (Normal)	2
	41	+0,37	Gizi Baik (Normal)	2
	42	+0,9	Gizi Baik (Normal)	2

Lampiran 11. Deskripsi Data

Frequency Table**Kepuasan Mutu Hidangan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Puas	17	19.3	19.3	19.3
	Puas	71	80.7	80.7	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

Kecukupan Energi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Defisit Berat	5	5.7	5.7	5.7
	Defisit ringan	10	11.4	11.4	17.0
	Cukup	21	23.9	23.9	40.9
	Normal	33	37.5	37.5	78.4
	Kelebihan	19	21.6	21.6	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

Status Gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi Kurang (Thinnes)	1	1.1	1.1	1.1
	Gizi Baik (Normal)	65	73.9	73.9	75.0
	Gizi Lebih (Overweight)	14	15.9	15.9	90.9
	Obesitas	8	9.1	9.1	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

Lampiran 12.

Uji Hubungan Kepuasan Mutu Hidangan dengan Status Gizi

Kepuasan Mutu Hidangan * Status Gizi
Crosstab

		Status Gizi					Total
		Gizi Kurang (Thinnes)	Gizi Baik (Normal)	Gizi Lebih (Overweight)	Obesitas		
Kepuasan Mutu Hidangan	Tidak Puas	Count	1	13	3	0	17
		% within Status Gizi	100.0%	20.0%	21.4%	0.0%	19.3%
	Puas	Count	0	52	11	8	71
		% within Status Gizi	0.0%	80.0%	78.6%	100.0%	80.7%
Total		Count	1	65	14	8	88
		% within Status Gizi	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	6.151 ^a	3	.104
Likelihood Ratio	6.781	3	.079
Linear-by-Linear Association	2.198	1	.138
N of Valid Cases	88		

a. 4 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .19.

NPar Tests

	Descriptive Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Status Gizi	88	2.3295	.65603	1.00	4.00
Kepuasan Mutu Hidangan	88	1.8068	.39706	1.00	2.00

Kruskal-Wallis Test

		Ranks	
	Kepuasan Mutu Hidangan	N	Mean Rank
Status	Tidak Puas	17	39.03
Gizi	Puas	71	45.81
	Total	88	

Test Statistics^{a,b}

		Status Gizi
Kruskal-Wallis H		1.631
Df		1
Asymp. Sig.		.202

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Kepuasan Mutu Hidangan

Lampiran 13.

Uji Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi

Kecukupan Energi * Status Gizi

Crosstabs

Case Processing Summary

	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kecukupan Energi * Status Gizi	88	100.0%	0	0.0%	88	100.0%

Kecukupan Energi * Status Gizi Crosstabulation

		Status Gizi					Total
		Gizi Kurang (Thinnes)	Gizi Baik (Normal)	Gizi Lebih (Overweight)	Obesitas		
Kecukupan Energi	Defisit Berat	Count	0	4	1	0	5
		% of Total	0.0%	4.5%	1.1%	0.0%	5.7%
	Defisit ringan	Count	1	8	0	1	10
		% of Total	1.1%	9.1%	0.0%	1.1%	11.4%
	Cukup	Count	0	14	5	2	21
		% of Total	0.0%	15.9%	5.7%	2.3%	23.9%
	Normal	Count	0	25	6	2	33
		% of Total	0.0%	28.4%	6.8%	2.3%	37.5%
	Kelebihan	Count	0	14	2	3	19
		% of Total	0.0%	15.9%	2.3%	3.4%	21.6%
Total		Count	1	65	14	8	88
		% of Total	1.1%	73.9%	15.9%	9.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	12.700a	12	.391
Likelihood Ratio	11.099	12	.520
Linear-by-Linear Association	.814	1	.367
N of Valid Cases	88		

a. 13 cells (81.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .05.

Kruskal-Wallis Test**Ranks**

	Kecukupan Energi	N	Mean Rank
Status Gizi	Defisit ringan	4	56.50
	Cukup	30	46.64
	Normal	50	41.55
	Kelebihan	4	52.00
	Total	88	

Test Statistics^{a,b}

	Status Gizi
Kruskal-Wallis H	3.566
Df	3
Asymp. Sig.	.213

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Kecukupan Energi

Lampiran 14.

DOKUMENTASI



Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan



Pengisian Kuesioner Kepuasan Mutu Hidangan dan *Recall*



Foto Bersama Sebagian Responden dan Enumerator

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Nor Laila Noviyanti
Tempat dan tanggal lahir : Jepara, 2 November 1998
Alamat rumah : Gidangelo Rt 02 Rw 01, Kec.
Welahan, Kab. Jepara
Hp : 081217590769
E-mail : lailanaza212@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. SD Negeri 01 Gidangelo (2006-2010)
 - b. SMP Negeri 3 Welahan (2010-2013)
 - c. MA Negeri 2 Kudus (2013-2016)
2. Pendidikan Non Formal
 - a. Praktik Kerja Gizi Klinik dan Institusi di RS Roemani Muhammadiyah Semarang
 - b. Praktik Kerja Gizi Masyarakat di Puskesmas Tambakaji Kota Semarang

Semarang, 7 Januari 2022

Nor Laila Noviyanti
NIM.1607026056