BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

SKO atau Sekolah Keberbakatan Olahraga adalah institusi pendidikan yang dirancang khusus untuk menampung dan mengembangkan siswa yang memiliki bakat istimewa di bidang olahraga. Sekolah ini bertujuan untuk memberikan pendidikan yang seimbang antara akademik dan pengembangan keterampilan olahraga (Huda *et al*., 2019).

Menurut Angka Kecukupan Gizi tahun 2019 remaja siswi dengan rentan umur 15-17 tahun memerlukan energi sebesar 2050-2100 kalori setiap harinya. Ketersediaan energi dan zat gizi akan terpenuhi dengan didukung oleh perencanaan yang tepat. Perencanaan yang akan dilakukan tentu harus mempertimbangkan banyak hal diantaranya konsumen yang dilayani, tujuan institusi, jumlah biaya yang tersedia, keterbatasan fasilitas yang ada, sumber daya manusia, dan jenis pelayanan. Selain kebutuhan energi, perlu diperhatikan variasi makanan, kesukaan anak, dan jumlah makanan yang disediakan. Usia remaja merupakan periode rentan gizi karena berbagai sebab (Telisa *et al.*, 2023).

Penyelenggaraan makanan institusi merupakan sebuah kegiatan yang dimulai dari proses perencanaan menu makan, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan, penyimpanan, pengolahan, distribusi, penyajian, serta evaluasi.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Salah satu institusi yang menerapkan penyelenggaraan makanan yaitu sekolah yang berbasis asrama. Penyelenggaraan makanan di asrama sudah memiliki standar gizi yang sudah disesuaikan dengan sumber daya yang tersedia di daerahnya (Saniyah, 2022).

Penelitian (Sholikhah dan Rahma), konsumsi energi nasional masyarakat indonesia 66,2% anak memiliki konsumsi energi baik (di atas 70% AKG), sedangkan IMT anak sekolah sekitar sekitar 46,3% anak mengalami overweight atau obesitas, sementara 49,8% memiliki status gizi baik, dan sisanya mengalami gizi kurang atau buruk (Sholikhah & Rahma, 2024).

Keadaan gizi seseorang merupakan gambaran makanan yang dikonsumsi dalam jangka waktu yang cukup lama. Kondisi gizi saat ini menunjukkan adanya masalah gizi, yaitu kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Hal ini terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan dengan kebutuhan tubuh terhadap makanan. Selain itu, adanya pengaruh interaksi penyakit infeksi juga berkontribusi pada permasalahan gizi. Konsumsi pangan yang kurang dari kebutuhan gizinya akan berpotensi mengalami gangguan kesehatan dan berisiko terkena penyakit yang berkaitan dengan gizi (Rahmadi *et al*., 2021).

Kebutuhan gizi remaja relatif besar karena remaja masih mengalami pertumbuhan dan umumnya melakukan aktivitas fisik lebih tinggi dibandingkan usia lainnya, sehingga diperlukan zat gizi yang lebih banyak Pada masa ini remaja mengalami perkembangan fisik, psikologi dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa. Perubahan fisik ditandai dengan pertumbuhan badan yang pesat dan matangnya organ reproduksi. Perubahan-

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

perubahan yang terjadi pada responden cenderung akan menimbulkan berbagai permasalahan dan perubahan perilaku di kehidupan responden (Utami *et al*., 2020).

Daya terima makanan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal yaitu pola konsumsi makan yang memengaruhi nafsu makan dan faktor eksternal yaitu citarasa makanan, penampilan makanan, variasi menu, cara penyajian, kebersihan alat makan, dan pengaturan waktu makan. Aroma dan rasa dari makanan yang disajikan dapat meningkatkan selera makan anak dan tekstur makanan memengaruhi dalam mengonsumsi hidangan (Sari, 2019).

Cita rasa adalah suatu cara pemilihan makanan yang harus dibedakan dari rasa makanan tersebut. Cita rasa merupakan atribut makanan yang yang meliputi penampakan, bau, rasa, tekstur, dan suhu. Cita rasa merupakan bentuk kerja sama dari kelima macam indera manusia yakni, perasa, penciuman, perabaan, penglihatan, dan pendengaran (Surahman & Winarti, 2021).

Variasi menu adalah konsep yang merujuk pada penyajian beragam pilihan makanan dalam suatu periode tertentu, baik dalam konteks restoran, katering, maupun penyelenggaraan makanan di institusi seperti sekolah atau pusat pelatihan. Variasi ini bertujuan untuk memberikan pilihan yang berbeda kepada konsumen, sehingga mereka tidak merasa bosan dengan makanan yang sama (Putra *et al.*, 2021).

Berdasarkan survei pendahuluan di SMA Keberbakatan Olahraga kota bengkulu tahun 2025, dari 10 responden di dapatkan rata-rata formulir food

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

weighing asupan energi terdapat 9 responden kurang (90%), 1 responden cukup (10%), asupan protein terdapat 7 responden kurang (70%), 3 responden cukup(30%), asupan lemak terdapat 9 responden kurang (90%), 1 responden cukup (10%), asupan karbohidrat terdapat 3 responden kurang (30%), 7 responden cukup (70%).

Berdasarkan survei pendahuluan di SMA Keberbakatan Olahraga kota bengkulu tahun 2025, dari 10 responden siswa di cita rasa menu makanan terdapat aroma, bumbu, tingkat kematangan,suhu,warna, bentuk, tekstur dan cara penyajian. Bahwa siswa di SKO menyukai tingkat kematangan, suhu, warna dan tekstur pada menu makanan di sekolah.

Berdasarkan dari latar belakang di atas penelitian tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran cita rasa menu makanan dan tingkat kecukupan energi menu pada siswa Sekolah Keberbakatan Oahraga Kota Bengkulu tahun 2025.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Cita Rasa dan Kecukupan Energi Menu Makanan di Sekolah Keberbakatan Olahraga Kota Bengkulu” ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui gambaran Cita rasa dan Kecukupan Energi Menu Makanan pada siswa sekolah keberbakatan olahraga Kota Bengkulu 2025.

2. **Tujuan Khusus**

a) Diketahui gambaran karakteristik (usia dan jenis kelamin) siswa keberbakatan olahraga Kota Bengkulu.

b) Diketahui gambaran Cita rasa meliputi penampilan makanan pada siswa sekolah keberbakatan olahraga Kota Bengkulu.

c) Diketahui gambaran kecukupan energi menu makanan pada siswa keberbakatan olahraga Kota Bengkulu.

D. Manfaat Penelitian

1. **Bagi Penelitian**

penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang gambaran Cita rasa dan Kecukupan energi menu makanan di sekolah keberbakatan olahraga Kota Bengkulu .

2. **Bagi Institusi**

Hasil penelitian dapat di gunakan sebagai literatur bacaan dan saran mengenai gambaran cita rasa dan kecukupan energi menu makanan di sekolah keberbakatan olahraga kota bengkulu.

3. **Bagi penelitian lain**

Sebagai bahan masukan untuk mengetahui cita rasa dan kecukupan energi menu makanan.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

E. Keaslian penelitian

Tabel 1.1 Keaslian penelitian

No	Nama penelitian	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian
1.	Imelda Telisa, Yuli Hartati, Afriyana Siregar	Tingkat Kepuasan terhadap Cita Rasa dan Penampilan Makanan pada Penyelenggaraan Makanan di Asrama	penelitian deskriptif termasuk penelitian cross sectional	Berdasarkan responden yang merasa puas dengan kategori enak sebanyak 62 siswi (91,2%). Untuk responden yang merasa tidak puas dengan kategori enak sebanyak 6 siswi (8,8%)
2.	Desiani Rizki Purwaningtyas, Nazhif ghifari,dina aulia rachma(2024)	Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, Zat Gizi Makro Dan Latihan Fisik Dengan Kekuatan Otot Lengan Atlet Arung Jeram Jabodetabek	kuantitatif dengan menggunakan metode cross-sectional.	Berdasarkan distibusi data menjukan bahwa kekuatan otot lengan sebagian besar termasuk dalam kategori sedang dalam persentase 53,3% dengan rata-rata kekuatan otot lengan atlet sebesar 26,73 dengan pengetahuan gizi atlet berada pada kategori cukup dalam persentase sebesar 50,0% dan 36,7% dalam kategori .
3.	Fauza Amanda Sabilla, Zana Fitriana Octavia, Widiastuti(2024)	Hubungan tingkat kecukupan energi dan kebiasaan olahraga dengan status gizi pada santriwati pondok pesantren mahasiswa ppm al-hikmah semarang	kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional	yang telah dilakukan, didapatkan hasil data yang menunjukkan bahwa responden santri putri yang berada di PPM al - Hikmah Semarang memiliki status gizi kurang sebanyak 14 (19,2%) responden, status gizi normal sebanyak 33 (45,2%) responden, dan status gizi lebih sebanyak 26 (35,6%) responden.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu