

Gambaran Tingkat Kepuasan, Sisa Makanan, dan Asupan Zat Gizi pada Santri Pondok Pesantren Terpilih di Depok Tahun 2023

Maulani, Athiya Fitria

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=136711&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Asupan gizi remaja perlu diperhatikan terutama mereka yang bersekolah dengan fasilitas asrama karena tidak tinggal bersama orangtua. Apabila asupan gizi dengan penyelenggaraan makanan pondok pesantren tidak memadai atau mencukupi kebutuhan gizi santri, maka perlu dilakukannya evaluasi dan perbaikan terhadap penyelenggaraan makanan tersebut. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat kepuasan, tingkat kecukupan asupan zat gizi, dan sisa makanan. Penelitian dilakukan di salah satu pondok pesantren di Depok pada bulan Juli 2023. Penelitian ini adalah penelitian observasional deskriptif yang menggunakan data primer dari santri remaja. Lalu data tersebut dianalisis secara univariat dengan jumlah sampel sebanyak 56 santri. Hasil analisis menunjukkan bahwa berdasarkan nilai rata-rata, pada makan siang lebih banyak santri yang merasa puas dibandingkan makan pagi dan makan sore begitupun sebaliknya. Persentase rata-rata santri yang puas pada makan siang yaitu 69.64%. Santri memiliki rata-rata asupan energi 1516 kkal, protein 51.69 gram, lemak 37.35 gram dan karbohidrat 238.9 gram. Rata-rata asupan tersebut termasuk dalam kategori kurang karena $\leq 80\%$ AKG. Sehingga diharapkan santri meningkatkan asupan zat gizi agar pertumbuhan dan perkembangan tidak terganggu dan terhindar dari risiko masalah kesehatan lainnya. Peningkatan asupan dapat dilakukan dengan meningkatkan kuantitas asupan makanan dan pemberian edukasi terkait Pedoman Gizi Seimbang. </div><hr /><div style="text-align: justify;">Attention needs to be paid to the nutritional intake of adolescents, especially those who attend school in boarding facilities because they do not live with their parents. If the nutritional intake by organizing Islamic boarding school meals is inadequate or sufficient for the nutritional needs of the students, it is necessary to evaluate and improve the provision of these meals. The purpose of this study was to describe the level of satisfaction, the level of adequacy of nutrient intake, and food waste. The research was conducted at an Islamic boarding school in Depok in July 2023. This research was a descriptive observational study using primary data from students. The results of the analysis show that based on the average value, at lunch more students are satisfied compared to breakfast and evening meals. The average percentage of students who were satisfied at lunch was 69.64%. Santri accept an average energy intake of 1516 kcal, 51.69 grams of protein, 37.35 grams of fat, and 238.9 grams of carbohydrates. The average intake is included in the less category because it is $\leq 80\%$ AKG. So it is hoped that students will increase their intake of nutrients Increasing intake can be done by increasing the quantity of food intake and providing education related to Pedoman Gizi Seimbang.</div>