

ANALISIS SISTEM PENYELENGGARAAN MAKANAN, POLA MAKAN, TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI DAN STATUS GIZI ANAK DI PANTI ASUHAN SONAF MANEKA KOTA KUPANG

Anita Christina Sembiring, Maria Helena Dua Nita, Astuti Nur, Meirina Sulastri Loaloka

Program Studi Gizi, Poltekkes Kemenkes Kupang
Jalan RA Kartini, Kelapa Lima, Kota Kupang
Email: anitasembiring83@yahoo.co.id

ABSTRACT

This study aims to analyze the food administration system, diet, nutrient consumption level and nutritional status of children at the Sonaf Maneka Orphanage, Kupang City. This research is descriptive analytic because it analyzes the level of nutritional consumption and nutritional status of the respondents, it is also observational because it is carried out using interviews and direct observations of respondents with the help of a questionnaire. The research was conducted in May 2021 at the Sonaf Manekat Orphanage, Kupang City. The population in this study were all children in the Sonaf Manekat Orphanage, Kupang City. The sample in this study were all children in the Sonaf Maneka Orphanage who were willing to be respondents and were at the research location at the time of the research. Sample characteristics such as name, age, gender were collected by means of interviews with caregivers. Data about the food administration system was obtained by means of direct interviews with the Orphanage Manager. Dietary data were collected using the FFQ (Food Frequency Questionnaire) Form by interviewing respondents who were already in school and through direct observation or interviews with caregivers to respondents who were not yet in school. Data on the level of nutrient consumption was collected using the Food Recall form 1x24 hours by interviewing respondents who were already in school and through direct observation or interviews with caregivers to respondents who were not yet in school. Nutritional status data were collected by means of anthropometric measurements based on the index of TB/U, BW/PB and BMI/U carried out by researchers. Data about diet will be processed using the Excel program, data on the level of nutrient consumption that has been collected will be processed using the nutrisurvey application and will be compared with the Nutrition Adequacy Rate (RDA), the nutritional status data of respondents will be processed using the WHO-Anthro application. The processed data will be analyzed descriptively and presented in the form of narration and tabulation. The food delivery system at the Sonaf Maneka orphanage is social or non-commercial. The diet of children at the Sonaf Maneka orphanage is dominated by carbohydrates, namely rice and noodles. The level of consumption of energy, protein and fat in children at the Sonaf Maneka orphanage is still very low. Most of the children's nutritional status in the Sonaf Maneka orphanage has normal nutritional status

Keywords: Orphanage, Nutritional Status, Food Frequency

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa system penyelenggaraan makanan, pola makan, tingkat konsumsi zat gizi dan status gizi anak di Panti Asuhan Sonaf Maneka Kota Kupang. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik karena menganalisa tingkat konsumsi gizi dan status gizi responden, juga bersifat observasional karena dilakukan dengan metode wawancara dan pengamatan langsung kepada responden dengan bantuan kuesioner. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2021 di Panti Asuhan Sonaf Manekat Kota Kupang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak yang ada di Panti Asuhan Sonaf Manekat Kota Kupang. Sampel dalam penelitian ini adalah semua anak yang ada di Panti Asuhan Sonaf Maneka yang bersedia menjadi responden dan ada di lokasi penelitian pada saat penelitian dilaksanakan. Karakteristik sampel seperti nama, umur, jenis kelamin yang dikumpulkan dengan cara wawancara dengan pengasuh. Data tentang system penyelenggaraan makanan diperoleh dengan cara wawancara langsung dengan Pengelola Panti Asuhan. Data pola makan dikumpulkan menggunakan Form FFQ (Food Frequency Questionnaire) dengan cara wawancara kepada responden yang sudah sekolah dan melalui pengamatan langsung atau wawancara dengan pengasuh kepada responden yang belum sekolah. Data tingkat konsumsi zat gizi dikumpulkan dengan menggunakan form Food Recall 1x24 jam dengan cara wawancara kepada responden yang sudah sekolah dan melalui pengamatan langsung atau wawancara dengan pengasuh kepada responden yang belum sekolah. Data status gizi dikumpulkan dengan cara pengukuran antropometri berdasarkan indeks TB/U, BB/PB dan

IMT/U yang dilakukan oleh peneliti. Data tentang pola makan akan diolah dengan menggunakan program Excel, data tingkat konsumsi zat gizi yang telah dikumpulkan akan diolah dengan menggunakan aplikasi nutrisurvey dan akan dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG), data status gizi responden akan diolah dengan menggunakan aplikasi WHO-Antro. Data yang sudah di olah akan dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk narasi dan tabulasi. Sistem penyelenggaraan makanan di panti asuhan Sonaf Maneka bersifat sosial atau non komersial. Pola makan anak di panti asuhan Sonaf Maneka didominasi oleh sumber karbohidrat yaitu nasi dan mie. Tingkat konsumsi energy, protein dan lemak pada anak di panti asuhan Sonaf Maneka masih sangat rendah. Status gizi anak di panti asuhan Sonaf Maneka sebagian besar memiliki status gizi normal.

Kata kunci: Panti Asuhan, Status Gizi, Pola Makan

PENDAHULUAN

Setiap orang dalam siklus kehidupan selalu membutuhkan dan mengkonsumsi berbagai bahan makanan karena makanan merupakan kebutuhan dasar manusia untuk keberlangsungan hidup dan sebagai sumber energy untuk menjalankan aktifitas fisik maupun biologis dalam kehidupan sehari hari. Makanan yang dibutuhkan harus sehat dalam arti memiliki nilai gizi yang optimal dan lengkap seperti vitamin, mineral, karbohidrat, protein, lemak dan lainnya. Seseorang yang sehat memiliki daya pikir dan kegiatan fisik yang baik. Makanan yang bergizi dibutuhkan untuk memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan dan perkembangan terutama bagi mereka yang masih dalam masa pertumbuhan serta untuk energy melakukan kegiatan fisik sehari hari. Penyelenggaraan makanan institusi bertujuan untuk meningkatkan status gizi konsumennya dengan cara menyediakan makanan yang memenuhi prinsip-prinsip dasar penyelenggaraan makanan institusi. Prinsip ini termasuk menyediakan makanan yang dimasak dengan cita rasa yang tinggi serta memenuhi persyaratan mutu pangan dan memenuhi kebutuhan gizi konsumen atau klien. (Irianto, 2007).

Panti asuhan merupakan salah satu lembaga sosial yang bertanggung jawab memberikan pelayanan dalam memenuhi kebutuhan fisik dan sosial anak asuh sehingga mereka dapat memperoleh sarana dan prasarana yang memadai untuk pertumbuhan dan perkembangan kepribadian anak. Panti asuhan dikelola

sebagai tempat pengasuhan anak secara berkelompok, tentunya tidak samadengan anak yang diasuh langsung oleh orang tuanya. Hal ini juga menyebabkan pola asuh dan perhatian terhadap kesehatan serta kebutuhan gizi anak secara tidak langsung juga berkurang, sehingga berdampak terhadap status gizi pada anak yang tinggal di panti asuhan. (William, 2011).

Karena keterbatasan dana serta sarana yang seadanya menyebabkan pemberian makanan di panti asuhan masih kurang seimbang baik dari segi kualitas maupun dari segi nilai gizinya yang belum sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Demikian juga dengan jumlah anak yang jauh lebih banyak daripada jumlah pengasuh sehingga pengasuh kurang memperhatikan status gizi anak asuh. (Sinaga, 2020). Di dalam penyelenggaraan makanan institusi terutama panti asuhan sering terdapat masalah-masalah yang berhubungan dengan penyelenggaraan, baik dalam perencanaan, pengorganisasian maupun pelaksanaannya yang berpengaruh terhadap status gizi anggotanya sebagai konsumen. Menurut penelitian Ririn (2006) pada beberapa Panti Social Asuhan Anak (PSSA) di Surabaya bahwa sebagian besar anak asuh memiliki tingkat konsumsi energy cukup dan tingkat konsumsi protein cukup. Permasalahan dalam penyelenggaraan makanan dalam jumlah banyak biasanya adalah berupa pengelolaan yang belum baik. Sebagian besar pemilik belum menyadari pentingnya kecukupan gizi pada bayi, anak atau remaja dalam kaitannya dengan kesehatan dan

intelegensia anak kelak. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang system penyelenggaraan makanan, pola makan, tingkat kecukupan zat gizi dan status gizi anak di Panti Asuhan Sonaf Manekat Kota Kupang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa system penyelenggaraan makanan, pola makan, tingkat konsumsi zat gizi dan status gizi anak di Panti Asuhan Sonaf Maneka Kota Kupang.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah dan memperkaya informasi bagi perkembangan ilmu gizi khususnya dalam bidang manajemen system penyelenggaraan makanan. Penelitian ini diharapkan pula dapat menjadi acuan bagi pemegang kebijakan untuk mengambil sikap positif khususnya dalam bidang social. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi pengelola Panti Asuhan Sonaf Maneka untuk mengelola Panti Asuhan menjadi lebih baik lagi dalam manajemen penyelenggaraan makanan Panti khususnya dalam meningkatkan status gizi anak asuh yang ada di panti.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini bersifat deskriptif karena menganalisa tingkat konsumsi gizi dan status gizi responden, juga bersifat observasional karena dilakukan dengan metode wawancara dan pengamatan langsung kepada responden dengan bantuan kuesioner. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2021 di Panti Asuhan Sonaf Manekat Kota Kupang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak yang ada di Panti Asuhan Sonaf Manekat Kota Kupang. Sampel dalam penelitian ini adalah semua anak yang ada di Panti Asuhan Sonaf Maneka yang bersedia menjadi responden dan ada di lokasi penelitian pada saat penelitian dilaksanakan. Karakteristik sampel seperti nama, umur, jenis kelamin

yang dikumpulkan dengan cara wawancara dengan pengasuh. Data tentang system penyelenggaraan makanan diperoleh dengan cara wawancara langsung dengan Pengelola Panti Asuhan. Data pola makan dikumpulkan menggunakan Form FFQ (Food Frequency Questionnaire) dengan cara wawancara kepada responden yang sudah sekolah dan melalui pengamatan langsung atau wawancara dengan pengasuh kepada responden yang belum sekolah. Data tingkat konsumsi zat gizi dikumpulkan dengan menggunakan form Food Recall 1x24 jam dengan cara wawancara kepada responden yang sudah sekolah dan melalui pengamatan langsung atau wawancara dengan pengasuh kepada responden yang belum sekolah. Data status gizi dikumpulkan dengan cara pengukuran antropometri berdasarkan indeks IMT/U yang dilakukan oleh peneliti. Data tentang pola makan akan diolah dengan menggunakan program Excel, data tingkat konsumsi zat gizi yang telah dikumpulkan akan diolah dengan menggunakan aplikasi nutrisurvey dan akan dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG), data status gizi responden akan diolah dengan menggunakan aplikasi WHO-Antro. Data yang sudah di olah akan dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk narasi dan tabulasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Panti Asuhan Sonaf Maneka

Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka Lasiana Kota Kupang berdiri pada tanggal 26 Juli 1980. Pendiri Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka Lasiana Kota Kupang adalah mama Yuliana Afoan Bulumanu Uskono, beliau berasal dari Timor Tengah Utara Kefamananu dan juga seorang pensiun Guru pada SDK Don Bosko 2 Kupang. Panti Asuhan ini di namakan Sonaf Maneka artinya adalah Istana Cinta Kasih dalam

Bahasa Romawi. Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka beranggota 121 orang anak.

Pada saat dilakukan penelitian jumlah responden yang ada di lokasi penelitian hanya 69 orang karena situasi pandemic Covid-19, ada beberapa anak yang pulang ke kampung. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu 63,8% dan 36,2% berjenis kelamin laki laki. Sebagian besar responden berusia 5-12 tahun yaitu 37,68%, berusia 13-17 tahun sebanyak 28,98% dan berusia di atas 17 tahun sebanyak 33,33%.

Sistem Penyelenggaraan Makanan di Panti Asuhan Sonaf Maneka

Manajemen sistem penyelenggaraan makanan merupakan suatu proses yang dimulai dari perencanaan anggaran biaya sampai penilaian makanan yang dihasilkan disuatu institusi yang biasanya dilakukan oleh institusi komersial maupun nonkomersial yang menyediakan makanan lebih dari 50 porsi setiap harinya.

Pada penyelenggaraan makanan yang ada di Panti Asuhan Sonaf Manekadimulai dari penyusunan anggaran yang dilaksanakan oleh pengurus panti sendiri. Sumber dana penyelenggaraan di panti berasal dari donatur tetap dan donatur tidak tetap serta dari usaha mandiri peserta panti. Panti asuhan Sonaf Maneka merupakan penyelenggaraan makanan yang bersifat non komersial, panti asuhan tidak memiliki perencanaan menu, siklus menu dan pemorsian makanan serta tidak memiliki standar porsi, Makanan yang dimasak disesuaikan dengan bahan yang ada dan dana yang ada pada saat itu, tanpa memperhatikan nilai gizi dan jenis pangan. Sebagai contoh: menu makan pagi yaitu bubur kosong dimana nasi dimasak menjadi bubur tanpa tambahan jenis pangan lainnya seperti telur, sayur, dll. Contoh lainnya seperti menu makan siang: nasi dan indomie kuah. Indomie dianggap sebagai teman nasi,

tanpa tambahan jenis pangan lainnya seperti telur maupun sayur, padahal dari segi gizi nasi dan indomie termasuk ke dalam golongan yang sama yaitu sumber karbohidrat.

Pembelian bahan makanan kering jarang dilakukan karena panti mendapatkan sumbangan sembako berupa beras, mie instant, minyak goreng,dll. Sedangkan pembelian bahan makanan basah dilakukan setiap hari sesuai dengan dana yang ada. Sarana dan prasarana yang dimiliki oleh panti asuhan Sonaf Maneka juga sangat terbatas. Tidak ada tempat penyimpanan khusus bahan makanan basah sehingga bahan makanan harus dihabiskan pada saat itu. Hal tersebut juga mempengaruhi system pengadaan bahan makanan, dimana bahan makanan yang dibeli harus langsung diolah pada saat itu untuk mencegah kerusakan pada bahan makanan tersebut. Penyimpanan bahan makanan kering juga tidak memiliki penyimpanan khusus seperti rak penyimpanan maupun gudang penyimpanan. Sistem pendistribusian makanan di panti asuhan Sonaf Maneka diserahkan ke anak-anak dimana makanan yang sudah diolah dimakan bersama sama dan diambil masing masing oleh anak tanpa ada pemorsian. Pemasakan dilakukan dengan menggunakan kayu bakar dan pada saat tertentu juga menggunakan kompor minyak tanah. Tenaga pengolah makanan adalah anak-anak panti perempuan yang sudah duduk di bangku SMA yang dipilih oleh penanggung jawab panti. Tenaga pengolah makanan belum pernah mendapatkan pelatihan tentang tata cara pengolahan makanan maupun tentang jenis dan nilai gizi makanan sehingga makanan yang diolah bersifat monoton dan kurang bervariasi.

Pola Makan Anak di Panti Asuhan Sonaf Maneka

Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan

gizi yang seimbang yaitu terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur-sayuran dan buah-buahan. Sistem Penyelenggaraan Makanan di Panti Asuhan bersifat sosial, keterbatasan dana dan keterbatasan pengetahuan membuat pola makan anak di panti asuhan juga terbatas. Jenis pangan didominasi oleh pangan sumber karbohidrat yaitu nasi dan mie, sedangkan untuk sumber protein didominasi oleh telur dan ikan dan sangat jarang sekali mengkonsumsi protein nabati seperti kacang-kacangan. Bahan makanan sumber protein hanya dikonsumsi satu kali sehari. Untuk sumber vitamin dan mineral didominasi oleh sayur dan sangat jarang sekali mengkonsumsi buah-buahan. Sayur yang dikonsumsi juga tidak bervariasi, sayur yang sering dikonsumsi adalah sayur sawi dan kangkung.

Tabel 1. Pola Makan Anak

No	Jenis	Frekuensi
1	Beras	3 x sehari
2	Mie	4 x seminggu
3	Telur	2 x seminggu
4	Ikan	2 x seminggu
5	Sayur (kangkung dan sawi)	2 x seminggu

Tingkat Konsumsi Anak di Panti Asuhan Sonaf Maneka

Tingkat konsumsi energi dan protein pada anak masih tergolong defisit ringan, hal tersebut dipengaruhi oleh pola konsumsi anak di panti asuhan. Dimana konsumsi protein hanya 2 x dalam seminggu dan hanya 1 x dalam sehari. Anak juga sangat jarang sekali mengkonsumsi protein nabati seperti kacang-kacangan dan olahannya (tahu dan tempe). Tingkat konsumsi lemak juga sangat rendah sekali karena anak jarang mengkonsumsi makanan yang mengandung lemak tinggi dan pengolahan makanan juga sebagian besar tanpa minyak, seperti ikan kuah asam. Tingkat konsumsi karbohidrat

pada anak sudah baik, karena makanan yang dikonsumsi sebagian besar adalah sumber karbohidrat, seperti nasi dan mie. Hasil penelitian Amelia, dkk (2013) juga memberikan hasil bahwa 87% asupan energi subjek di Pondok Pesantren Hidayatullah Makasar tergolong kurang dan 34% asupan protein subek kurang. Rendahnya tingkat konsumsi pada anak dapat disebabkan karena kualitas makanan yang disediakan di panti asuhan juga seadanya dengan dana yang sangat terbatas dan kurangnya pengetahuan tenaga pengolah makanan untuk mengolah bahan makanan menjadi lebih bervariasi dan bernilai gizi tinggi.

Tabel 2. Tingkat Konsumsi Anak

Asupan	Energi	P	Kh	L
Angka Kecukupan Gizi	2166.3	56.6	295.8	75.1
Konsumsi Zat Gizi	1257.2	33.6	258.5	9.7
% Asupan	58,03	59,36	87,39	12,91

Status Gizi Anak di Panti Asuhan Sonaf Maneka

Status gizi anak sebagian besar adalah Normal (73,9%), walaupun begitu anak yang memiliki berat badan kurang juga tergolong tinggi (21,7%). Hal ini disebabkan karena tidak ada pemorsian makanan berdasarkan kebutuhan anak, disamping itu juga menu yang disajikan juga tidak memenuhi kebutuhan gizi anak. Pendistribusian makanan di panti asuhan bersifat sentralisasi yaitu dipusatkan pada satu tempat dan masing-masing anak mengambil makanan sesuai selera. Menu yang disajikan setiap hari adalah menu yang tidak lengkap dan bersifat monoton serta kurang bervariasi serta tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak sehingga mempengaruhi status gizi anak-anak yang tinggal di panti asuhan tersebut. Hasil penelitian Sinaga, dkk (2019) juga

menemukan sebanyak 44,2% warga binaan sosial Panti Asuhan UPT Pelayanan Sosial Anak Dinas Sosial Padang Sidempuan memiliki status gizi kurang, anak yang memiliki status gizi normal sebanyak 37,7% dan 18,2% anak memiliki status gizi lebih. Hal tersebut disebabkan karena keterbatasan dana sehingga menu yang disajikan di panti asuhan UPT Pelayanan Sosial tidak sesuai dengan menu yang telah direncanakan. Menu yang disajikan setiap hari di panti asuhan UPT Pelayanan Sosial disesuaikan dengan bahan makanan yang tersedia, tidak bervariasi dan monoton sehingga mempengaruhi asupan atau tingkat konsumsi anak panti dan juga mempengaruhi status gizi anak di panti asuhan.

Tabel 3. Status Gizi Anak

Status Gizi	n	%
Sangat kurus	5	7,2
Kurus	10	14,5
Normal	51	73,9
Overweight	1	1,4
Obesitas	2	2,9
Total	69	100

KESIMPULAN

Sistem penyelenggaraan makanan di panti asuhan Sonaf Maneka bersifat sosial atau non komersial. Pola makan anak di panti asuhan Sonaf Maneka didominasi oleh sumber karbohidrat yaitu nasi dan mie. Tingkat konsumsi energi, protein dan lemak pada anak di panti asuhan Sonaf Maneka masih sangat rendah. Status gizi anak di panti asuhan Sonaf Maneka sebagian besar memiliki status gizi normal.

SARAN

Perlu dilakukan penelitian lanjutan mengenai hal-hal yang terkait dengan system penyelenggaraan makanan di panti asuhan. Untuk meningkatkan asupan makanan pada anak perlu dilakukan

pelatihan untuk meningkatkan keterampilan anak dalam mengolah bahan makanan dan meningkatkan keterampilan berwirausaha agar anak panti bisa lebih mandiri dalam mengolah bahan makanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, dkk. 2013. Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi dengan Status Gizi Santri Putri Yayasan Pondok Pesantren Hidayatullah Makasar Sulawesi Selatan tahun 2013. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanudin, Makasar.
- Departemen Kesehatan RI. 2000. Pedoman Perbaikan Gizi di Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA). Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat, Jakarta.
- Irianto DP. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Ririn. 2006. Hubungan antara Pola Konsumsi Makanan dan Tingkat Konsumsi Gizi dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di Panti Asuhan. Skripsi. FKM UNAIR, Surabaya.
- Sinaga Lia Rosa Veronika, dkk. Hubungan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Warga Binaan Sosial di Panti Asuhan UPT Pelayanan Sosial Anak Dinas Sosial Padang Sidempuan tahun 2019. Journal of Healthcare Technology and Medicine Vol 6 No. 1 April 2020. Universitas Ubudiyah Indonesia.
- Supariasa, dkk. 2001. Penilaian Status Gizi. Jakarta; Buku Kedokteran, EGC.
- William. 2011. Gambaran Status Gizi Anak di Panti Asuhan Yayasan Terima Kasih Abadi. Universitas Sumatera

Utara. (<http://repository.usu.ac.id/>,

diakses 2 Juni 2021)