

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Penyelenggaraan makanan di TK

Penyelenggaraan makanan di Taman Kanak-kanak (TK) adalah suatu rangkaian kegiatan dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan pada siswa, dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian makan siang. Penyelenggaraan makanan anak sekolah diselenggarakan oleh sekolah itu sendiri atau *sour-sourcing* ke pihak jasa yang mampu mengadakan penyelenggaraan makanan tersebut dengan peraturan yang berlaku di sekolah yang bersangkutan .

Penyelenggaraan makanan di sekolah merupakan suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan kepada konsumen atau siswa. Dalam hal ini termasuk pencatatan, pelaporan, dan evaluasi dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian yang tepat (Depkes RI, 2003).

Makanan di sekolah (*school-feeding*) merupakan tindakan umum yang bisa dilakukan untuk memperbaiki keadaan gizi anak-anak. Penyelenggaraan makanan di sekolah mempunyai tujuan untuk mengembangkan ilmu gizi dan memupuk kesadaran gizi dari anak-

anak. Mengingat bahwa keadaan gizi murid-murid TK di Indonesia umumnya masih sangat kurang. Maka *school feeding* perlu diterapkan di lembaga pendidikan anak usia dini.

Makanan anak prasekolah perlu mendapatkan perhatian, mengingat masih dalam masa pertumbuhan maka keseimbangan gizinya dipertahankan supaya tetap sehat. Menu yang biasa disajikan pada penyelenggaraan makanan di sekolah adalah makan siang dan selingan (Snack). Usia prasekolah merupakan periode yang sangat menentukan kualitas seorang manusia. Batas usia anak ditentukan berdasarkan pertumbuhan fisik, psikososial, perkembangan anak dan karakteristik kesehatan.

Institusi makanan sekolah adalah penyelenggaraan makanan di sekolah yang telah diolah berdasarkan standar yang ada (menu, kecukupan zat gizi, sanitasi), dihidangkan secara menarik dan menyenangkan untuk siswa yang bertujuan untuk memperbaiki dan menjaga status gizi anak sekolah, meningkatkan kehadiran di sekolah (tidak sering sakit), memperbaiki prestasi akademik serta merangsang dan mendukung pendidikan gizi dan kurikulum. Kualitas sebagai keseluruhan ciri dan karakteristik produk atau jasa yang mendukung kemampuan untuk memuaskan kebutuhan. Kualitas harus dimulai dari pelanggan dan diakhiri dengan bagaimana persepsi pelanggan/ konsumen.

2. Anak Pra Sekolah

Anak usia prasekolah merupakan usia anak yang sedang mengalami proses pertumbuhan yang relative pesat dan membuat asupan gizi yang relative besar. Untuk itu, pada usia ini nutrisi memiliki peranan penting bagi tumbuh kembang anak, karena nutrisi didapatkan dari makanan yang mereka makan (Fitriani,2009). Anak usia prasekolah sedang mengalami proses tumbuh kembang dan digolongkan dalam konsumen pasif.

Masa prasekolah (3-6 tahun) merupakan fase ketika anak mulai terlepas dari orangtuanya, dan mulai berinteraksi dengan lingkungannya. Pada anak prasekolah ditemukan masalah kesulitan makan sebesar lebih dari 20%. Hal ini disebabkan karena anak sudah dapat memilih-milih makanan yang disukainya dan hanya mau makan makanan tertentu saja.

Secara fisik dalam kesehariannya anak akan sangat aktif bergerak, berlari, melompat, dan sebagainya. Akibat dari tingginya aktivitas yang dilakukan anak, jika tidak diimbangi dengan asupan zat gizi yang seimbang dapat menimbulkan beberapa masalah gizi yaitu di antaranya adalah malnutrisi (kurang energi dan protein), anemia defisiensi besi, kekurangan vitamin A dan kekurangan yodium.

3. Asupan gizi anak prasekolah

Jumlah kebutuhan gizi anak perhari meningkat sejalan dengan bertambahnya ukuran tubuh. Ketika Pertumbuhan dan nafsu makan

anak mulai menurun pada usia prasekolah diperlukan pemilihan jenis makanan yang tepat. Kondisi ini dapat diatasi dengan pemberian makanan padat gizi bagi anak usia prasekolah. Pola makan juga penting untuk membentuk kebiasaan makan makanan sehat serta menunjang kebutuhan pertumbuhan dan pemeliharaan.

Rekomendasi jumlah energy dan zat gizi yang dibutuhkan dilihat dari standar konsumsi gizi anak yang tumbuh dengan maksimal. Angka kecukupan gizi merupakan petunjuk bagi kelompok masyarakat secara umum, namun bukan berarti dapat mengetahui kebutuhan anak secara individu.

Fungsi gizi pada anak prasekolah antara lain adalah memberikan bahan pembangunan untuk pertumbuhan, menyediakan kebutuhan energy untuk aktifitas fisik, membantu menjaga daya tahan tubuh terhadap infeksi, serta menjamin ketersediaan gizi dalam tubuh untuk kebutuhan pertumbuhan saat remaja. Tabel 2.1 di bawah menjelaskan kebutuhan gizi anak menurut Angka Kebutuhan Gizi (AKG,2013) untuk mencukupi kebutuhan gizi anak usia prasekolah.

Usia anak prasekolah merupakan periode yang sangat menentukan kualitas seorang manusia. Pada periode ini didapatkan banyak permasalahan kesehatan yang sangat menentukan kualitas anak dikemudian hari. Masalah kesehatan ini tak luput dari salah satu penunjangnya yaitu asupan makanan yang baik dan benar untuk dikonsumsi anak usia prasekolah sehari hari.

Tabel 2.1 kebutuhan gizi untuk anak prasekolah berdasarkan AKG 2013

Zat gizi	Anak 1-3 tahun	Anak 4-6 tahun
Energy (kkal)	1125	1600
Karbohidrat (g)	155	220
Protein (g)	26	35
Lemak (g)	44	62

Sumber : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.2013

Dari tabel 2.1 tentang kebutuhan gizi anak prasekolah menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kebutuhan dari 1-3 tahun ke 4-6 tahun, peningkatan ini dikarenakan anak di usia 4-6 tahun memiliki aktifitas fisik, pada usia ini anak lebih aktif.

4. Penyajian makanan ala bento

Bento adalah istilah bahasa Jepang untuk makanan bekal berupa nasi berikut lauk-pauk dalam kemasan praktis yang bisa dibawa-bawa dan dimakan di tempat lain. Seperti halnya nasi bungkus, bento bisa dimakan sebagai makan siang, makan malam, atau bekal piknik. Bento biasanya dikemas untuk porsi satu orang, walaupun dalam arti luas bisa berarti makanan bekal untuk kelompok atau keluarga. Ciri khas bento adalah pengaturan jenis lauk, warna dan ditata secara menarik agar sedap dipandang serta mengundang selera. Bento dapat pula dihias dan disusun rapi dalam gaya yang disebut *kyaraben*. Kemasan

bento selalu memiliki tutup, dan wadah bento bisa berupa kotak atau nampan segi empat dari plastik, kotak roti atau kotak kayu. Modifikasi penyajian ala bento dengan karakter animasi dapat dibuat sesuai dengan keinginan, terdapat juga sayuran yang dapat dibuat semenarik mungkin sehingga menggugah selera. Pada penyajian bento, nasi, lauk pauk, sayur, dan buah dibentuk semenarik mungkin dengan dicetak atau dipotong-potong untuk dijadikan hiasan menyerupai karakter binatang, boneka, dan anime. Hal ini dapat menjadi pendukung mengingat kebiasaan anak-anak yang susah mengonsumsi sayuran.

Alat yang digunakan dalam pembuatan bento :

1. Molds, merupakan cetakan untuk membuat onigiri (rice ball), memotong roti, dan mencetak telur (ayam dan puyuh).
2. Cutters untuk memotong /mencetak sayuran, lauk hewani, lauk nabati roti dan keju.
3. Punchers, untuk memotong nori
4. Containers, untuk saos, kecap, atau furikake (abon Jepang).
5. Daya terima

Daya terima adalah kemampuan untuk menerima makanan yang ditentukan oleh indera penglihatan, indera penciuman, dan indera pengecap. Ada dua faktor yang mempengaruhi daya terima makanan, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah kondisi

di dalam diri seseorang yang dapat mempengaruhi konsumsi makanannya, seperti nafsu makan yang dipengaruhi oleh kondisi fisik dan psikis seseorang misalnya sedih dan lelah, kebiasaan makan dan kebosanan yang muncul karena konsumsi makanan yang kurang bervariasi. Kebosanan juga dapat disebabkan oleh tambahan makanan dari luar yang dikonsumsi dalam jumlah banyak dan dekat dengan waktu makan utama (Moehji 2009).

Faktor eksternal adalah faktor dari luar individu yang dapat mempengaruhi konsumsi makanannya, terkait dengan penampilan makanan. Faktor-faktor tersebut antara lain cita rasa makanan, penampilan makanan, variasi menu, cara penyajian, kebersihan makanan dan alat makan serta pengaturan waktu makan (Andrini 2012). Penyajian menu harus memperhatikan penampilan makanan tersebut di atas peralatan makan. Hal ini dikarenakan penampilan makanan ketika disajikan dapat mempengaruhi selera makan. Cita rasa makanan mencakup dua aspek utama, yaitu penampilan makanan sewaktu dihidangkan dan rasa makanan waktu dimakan. Kedua aspek itu sama pentingnya untuk diperhatikan betul-betul agar dapat menghasilkan makanan yang memuaskan.

a) Penampilan Makanan

Penampilan makanan yang disajikan merangsang saraf melalui indera penglihatan sehingga mampu membangkitkan selera untuk mencicipi makanan itu, tahap berikutnya adalah cita rasa

makanan yang ditentukan oleh rangsangan terhadap indera pengecap. Faktor yang menentukan penampilan makanan sewaktu disajikan antara lain :

1. Warna Makanan

Warna makanan memegang peranan utama dalam penampilan makanan. Mendapatkan warna yang menarik dan sesuai harus menggunakan teknik memasak tertentu.

2. Bentuk makanan yang disajikan

Rupa makanan yang disajikan disebut bentuk makanan. Untuk membuat makanan menjadi lebih menarik disajikan dalam bentuk-bentuk tertentu. Bentuk makanan yang serasi akan memberikan daya tarik tersendiri bagi setiap hidangan yang disajikan. Dilakukan bentuk variasi dengan tujuan untuk menghindari kebosanan pada anak dengan menu yang disajikan, dan meningkatkan selera makan.

3. Penyajian makan











Penyajian makanan merupakan faktor penentu dalam penampilan hidangan yang disajikan. Penampilan makanan waktu disajikan akan merangsang indera terutama indera penglihatan yang bertalian dengan cita rasa makanan itu.

Daya terima merupakan produk akhir dari makanan yang digunakan untuk menilai kepuasan konsumen dalam suatu jasa boga. Daya terima biasanya dikukur dengan dua cara yaitu :

a. Tingkat kesukaan

Tingkat Kesukaan yang dinilai oleh seseorang memiliki tingkatan, yaitu dari “sangat suka” hingga “sangat tidak suka”. Pengukuran tingkat kesukaan makanan untuk anak-anak umumnya menggunakan ekspresi wajah atau yang biasa disebut dengan skala tingkatan wajah tersenyum (smiley face). Tingkat kesukaan akan mempengaruhi daya terima anak, semakin seseorang menyukai maka akan semakin tinggi daya terima nya.

Gambar 2.1 menunjukkan contoh skala ekspresi wajah untuk mengukur tingkat kesukaan anak-anak terhadap makanan yang diberikan. penggunaan metode skala wajah lebih mudah digunakan untuk anak-anak dibandingkan dengan metode tulisan atau angka karena kedua metode itu membutuhkan komunikasi yang baik dan pemahaman, kecerdasan dan pendidikan.

Jenis makanan	Wajah anak				
Makanan 1					
	sangat suka	suka	biasa-biasa	tidak suka	sangat tidak suka
Makanan 2					
	sangat suka	suka	biasa-biasa	tidak suka	sangat tidak suka

Sumber : Gregoire & Spears (2007) dalam skripsi Handayani,Pujani 2012

b. Sisa makanan yang dikonsumsi .

Sisa makanan ini harus diperhatikan karena menentukan makanan tersebut disukai atau tidak begitu disukai. Daya terima

makanan seseorang dapat dilihat dari berapa banyak orang tersebut menghabiskan makanannya dengan menimbang dan mempresentasikan dengan berat yang disajikan. Selisih antara berat makanan yang disajikan dengan berat makanan sisa merupakan berat makanan yang dihabiskan/jumlah sesungguhnya yang dikonsumsi. Penerimaan makanan didasarkan pada jumlah makanan yang dihabiskan setiap kali penyajian pada ukuran porsi masing-masing. Ada dua cara yang sering digunakan yaitu dengan taksiran visual dan penimbangan. Taksiran visual salah satunya dengan skala Comstock, sedangkan penimbangan didasarkan pada berat porsi yang dapat dihabiskan.

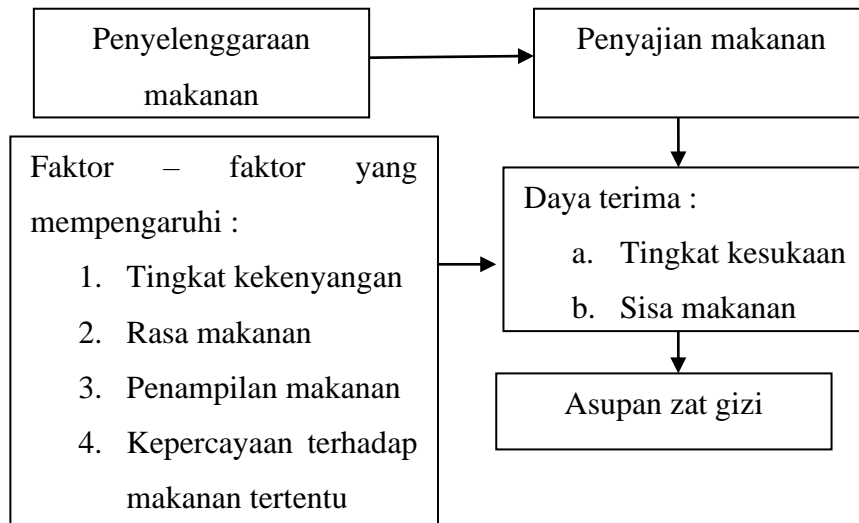
Penimbangan makanan merupakan metode penilaian konsumsi pangan pada tingkat individu yang paling akurat di antara sekian banyak metode. Prinsip dasar metode penimbangan makanan adalah mengukur kuantitas makanan yang dikonsumsi oleh individu, berdasarkan jumlah makanan yang disajikan dikurangi dengan jumlah sisa makanan.

Metode taksiran visual dengan menggunakan skala pengukuran dikembangkan oleh Comstock dengan menggunakan skor skala 6 poin dengan kriteria sebagai berikut :

- | | |
|----------------------------------|--------------------|
| Jika habis dimakan | : sisa makanan 0% |
| Jika dimakan $\frac{3}{4}$ Porsi | : sisa makanan 25% |
| Jika dimakan $\frac{1}{2}$ Porsi | : sisa makanan 50% |

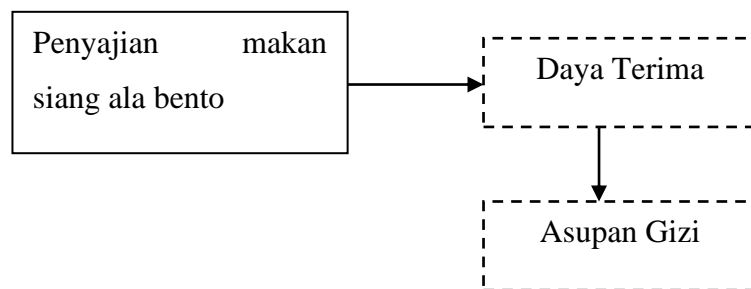
Jika dimakan $\frac{1}{4}$ Porsi : sisa makanan 75 %
 Jika dimakan 1 Sdm : sisa makanan 95%
 Jika utuh tidak dimakan : sisa makanan 100%

B. Kerangka Teori



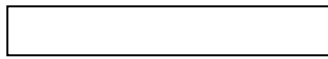
Gambar 2.2 Kerangka Teori penyelenggaraan makan, (Dewi, F, 2001), (Adriani 2012).

C. Kerangka Konsep



Gambar 2.3 Kerangka Konsep

Keterangan :



: variabel bebas



: variabel terikat

D. Hipotesis

1. Ada pengaruh penyajian makan siang ala bento terhadap daya terima siswa.
2. Ada pengaruh penyajian makan siang ala bento terhadap asupan gizi siswa.