

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan terhadap masalah gizi sebagai akibat dari proses penuaan yang disertai perubahan fisiologis dan degeneratif. Perubahan tersebut dapat memengaruhi kemampuan makan lansia, seperti menurunnya fungsi indera pengecap dan penciuman, gangguan kesehatan gigi dan mulut, serta penurunan nafsu makan, sehingga berisiko menurunkan asupan zat gizi (Fatmah, 2010). Di sisi lain, lansia tetap memerlukan pemenuhan zat gizi makro dan mikro yang adekuat untuk menunjang kesehatan dan mempertahankan kualitas hidup.

Dalam upaya memenuhi kebutuhan zat gizi tersebut, pemilihan jenis dan pengolahan bahan pangan yang sesuai dengan karakteristik lansia menjadi sangat penting. Sayuran merupakan komponen penting dalam pola makan lansia karena berperan sebagai sumber serat, vitamin, dan mineral yang mendukung kesehatan sistem pencernaan serta berkontribusi dalam pencegahan dan pengendalian penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi (Côté et al., 2020). Asupan serat yang cukup juga berperan dalam mencegah konstipasi, masalah yang sering dialami oleh kelompok usia lanjut (Wirdayana & Al Rahmad, 2023). Oleh karena itu, konsumsi sayur yang memadai menjadi komponen penting dalam penyelenggaraan makanan bagi lansia. Dalam penyelenggaraan makanan institusi, pemenuhan kebutuhan gizi lansia tidak hanya dipengaruhi oleh kandungan

zat gizi makanan, tetapi juga oleh tingkat penerimaan lansia terhadap makanan yang disajikan.

Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Budi Luhur, seluruh kebutuhan makan lansia dipenuhi oleh institusi, sehingga lansia sepenuhnya bergantung pada makanan yang disediakan. Dalam kondisi ini, tingkat daya terima terhadap makanan yang disajikan menjadi faktor penentu utama kecukupan gizi lansia. Daya terima yang rendah berpotensi menyebabkan sisa makanan yang tinggi, yang pada akhirnya berdampak pada tidak tercapainya kebutuhan gizi harian lansia (Field, 2016;Liu et al., 2022).

Berdasarkan hasil pengamatan awal di BPSTW Budi Luhur, ditemukan bahwa rata-rata sisa sayur yang dihasilkan masih tergolong tinggi, yaitu sebesar 44,33%, yang berarti hanya 55,67% sayur yang benar-benar dikonsumsi oleh lansia. Berdasarkan Standar Pelayanan Minimal Rumah Sakit menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 129/Menkes/SK/II/2008, sisa makanan dikatakan masih dapat ditoleransi apabila kurang dari atau sama dengan 20%. Oleh karena itu, persentase sisa sayur di BPSTW Budi Luhur menunjukkan bahwa daya terima lansia terhadap sayur yang disajikan masih rendah dan perlu dilakukan perbaikan.

Sisa makanan tersebut secara spesifik berasal dari sayur asem-asem yang berisi buncis, wortel, dan tahu pong. Meskipun bahan penyusunnya

memiliki nilai gizi yang baik, tingginya sisa makanan menunjukkan bahwa bentuk olahan dan cita rasa sayur asem-asem belum sepenuhnya sesuai dengan selera dan kondisi fisiologis lansia. Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya daya terima terhadap sayur tidak hanya dipengaruhi oleh jenis bahan pangan, tetapi juga oleh cara pengolahan dan penyajiannya.

Rendahnya daya terima terhadap sayur pada lansia dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain tekstur yang kurang sesuai, cita rasa yang tidak disukai, serta bentuk penyajian yang kurang menarik. Lansia cenderung lebih menyukai makanan dengan cita rasa yang sesuai dan mudah dikonsumsi. Sayuran yang diolah tanpa penyesuaian terhadap karakteristik tersebut berpotensi kurang diterima oleh lansia, meskipun memiliki kandungan gizi yang baik (Chaffee & Ross, 2023).

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan beberapa lansia di BPSTW Budi Luhur, sebagian lansia menyatakan tidak menghabiskan bahkan tidak mengonsumsi menu sayur asem-asem karena rasa yang dirasakan terlalu asam dan kurang sesuai dengan selera lansia. Temuan ini menunjukkan bahwa aspek sensori, terutama cita rasa makanan, berperan penting dalam menentukan daya terima lansia terhadap sayur yang disajikan.

Salah satu strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan daya terima makanan pada lansia adalah melalui modifikasi resep. Modifikasi resep meliputi perubahan bumbu, metode pengolahan, dan penyajian

makanan tanpa menghilangkan nilai gizi dan karakteristik bahan pangan utama (Mukrie, 1990). Pendekatan modifikasi resep dapat membantu meningkatkan penerimaan makanan pada lansia, khususnya di lingkungan penyelenggaraan makanan institusi (Boesveldt et al., 2018).

Dalam penelitian ini, modifikasi resep difokuskan pada sayur asem-asem yang menunjukkan tingkat sisa makanan tinggi. Untuk menentukan bentuk modifikasi yang paling sesuai, dilakukan evaluasi sensori menggunakan uji organoleptik metode hedonik terhadap beberapa variasi resep hasil modifikasi. Resep dengan tingkat kesukaan tertinggi selanjutnya dipilih untuk disajikan kepada lansia, dan daya terimanya dinilai secara objektif melalui pengukuran sisa makanan.

Berdasarkan uraian tersebut, modifikasi resep sayur, khususnya pada sayur asem-asem, dipandang perlu sebagai upaya untuk meningkatkan daya terima sayur pada lansia di BPSTW Budi Luhur. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh modifikasi resep sayur terhadap daya terima sayur pada lansia di BPSTW Budi Luhur, yang dinilai melalui sisa makanan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah modifikasi resep sayur dapat meningkatkan daya terima sayur pada lansia di BPSTW Budi Luhur?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh modifikasi resep sayur terhadap daya terima lansia di BPSTW Budi Luhur berdasarkan sisa makanan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran resep lama dan resep modifikasi.
- b. Mengetahui tingkat kesukaan panelis terhadap resep lama dan resep modifikasi.
- c. Mengetahui nilai gizi resep lama dan resep modifikasi.
- d. Mengetahui *food cost* resep lama dan resep modifikasi.
- e. Mengetahui perbedaan daya terima lansia terhadap resep lama dan resep modifikasi.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah bidang gizi institusi yang berfokus pada modifikasi resep dan daya terima sayur pada lansia.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengetahuan di bidang gizi, khususnya tentang pendekatan modifikasi resep sayur untuk meningkatkan daya terima sayur pada lansia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi (BPSTW Budi Luhur)

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber rekomendasi berbasis bukti ilmiah dalam perencanaan, pengembangan, dan evaluasi menu sayur yang sesuai dengan preferensi serta karakteristik lansia. Sehingga mendukung peningkatan daya terima sayur di lingkungan BPSTW Budi Luhur.

b. Bagi Institusi Pendidikan (Poltekkes Kemenkes Yogyakarta)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi ilmiah dan referensi pembelajaran mengenai modifikasi resep sayur serta daya terima sayur pada lansia, yang dapat dimanfaatkan oleh sivitas akademika dan tersedia di perpustakaan sebagai bahan rujukan untuk penelitian sejenis di masa mendatang.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai modifikasi makanan untuk meningkatkan daya terima pada kelompok usia tertentu telah dilakukan sebelumnya, namun masih terdapat ruang kebaruan (*novelty*) yang menjadi dasar penting dari penelitian ini. Berikut perbandingan antara penelitian ini dengan dua penelitian terdahulu:

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Aulia Rahmanita (2025)	<i>Pengaruh Modifikasi Resep Sayur Sawi terhadap Daya Terima dan Sisa Makanan pada Siswa SMP di Boarding School Idzatun Nasyi'in</i>	Sama-sama meneliti pengaruh modifikasi resep sayur terhadap daya terima makanan.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Aulia terletak pada subjek penelitian, desain penelitian, dan metode penilaian daya terima. Penelitian Aulia dilakukan pada siswa SMP dengan desain <i>one group pretest-posttest</i> dan penilaian daya terima menggunakan uji organoleptik metode hedonik serta <i>food weighing</i> , sedangkan penelitian ini dilakukan pada lansia dengan desain <i>Research and Development (R&D)</i> . Penilaian daya terima dilakukan berdasarkan sisa makanan menggunakan metode <i>Comstock</i> , dengan uji organoleptik metode hedonik digunakan sebagai tahap seleksi menu sebelum intervensi.
2.	Welly Innelva Rizkia (2022)	<i>Pengaruh Modifikasi Resep Sayuran terhadap Cita Rasa dan Daya Terima Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu</i>	Penelitian Welly dan penelitian ini sama-sama meneliti pengaruh modifikasi resep sayuran terhadap daya terima	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Welly terletak pada desain penelitian dan metode penilaian daya terima. Penelitian Welly menggunakan desain <i>one group pretest-posttest</i>

No.	Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
	<i>Batusangkar</i> <i>Tahun 2022</i>		lansia di institusi pelayanan sosial.	dengan penilaian daya terima melalui <i>food weighing</i> dan kuesioner persepsi lansia, sedangkan penelitian ini menggunakan desain <i>Research and Development (R&D)</i> . Penilaian daya terima dilakukan berdasarkan sisa makanan metode <i>Comstock</i> , dengan uji organoleptik metode hedonik digunakan untuk menentukan menu sayur hasil modifikasi yang paling disukai sebelum diberikan kepada lansia.