

KETERSEDIAAN ENERGI DAN PROTEIN SERTA TINGKAT KESUKAAN SANTRI TERHADAP MAKANAN PADA SMP PONDOK TAHFIDZ PUTRI DARUL QURAN KOTA MOJOKERTO

Sabrina Putri

(Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya)

Email: sabrinaputri1916@gmail.com

Amalia Ruhana

(Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya)

Email: amaliaruhana@unesa.ac.id

Abstrak

Permasalahan gizi yang sering terjadi pada remaja yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Asupan gizi terutama energi dan protein sangat penting bagi remaja. Asupan zat gizi yang kurang dapat mengakibatkan pengaruh negatif diantaranya yaitu kurangnya konsentrasi saat belajar, terhambatnya pertumbuhan, dan berdampak pada status gizinya. Status gizi santri di pondok dihasilkan dari asupan makanan, ketersediaan zat gizi dan daya terima makanan pada penyelenggaraan makanan asrama. Tujuan penelitian ini yaitu menganalisis ketersediaan energi dan protein serta tingkat kesukaan santri terhadap makanan di SMP Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto. Metode penelitian menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian adalah seluruh santri putri di SMP Pondok Tahfidz Darul Quran dengan jumlah sampel sebanyak 137 santri dengan menggunakan metode *total sampling*. Hasil penelitian penyelenggaraan makanan dalam siklus menu 7 hari didapatkan hasil rata-rata ketersediaan energi yaitu sebesar 1016,55 kkal/orang/hari (42,35%). Demikian juga pada ketersediaan protein yaitu sebesar 49,82 g/orang/hari (79,08%). Ketersediaan energi rata-rata di Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto yaitu sebesar 1016,55 kkal/orang/hari. Ketersediaan protein rata-rata di Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto yaitu sebesar 49,82 g/orang/hari. Menu yang paling banyak disukai diantaranya yaitu ayam tepung crispy, tumis suwir ayam ceker, soto, bakso, dan ayam kecap. Sedangkan menu yang tidak disukai yaitu lodeh pindang, tumis tahu ampela, dan tumis kentang telur puteh dan tahu.

Kata kunci: Gizi Remaja, Ketersediaan Pangan, Tingkat Kesukaan, Indeks Massa Tubuh

Abstract

The common nutritional problems among teenagers are both undernutrition and overnutrition. Adequate intake of nutrients, especially energy and protein, is crucial for adolescents. Insufficient nutrient intake can have negative effects, such as lack of concentration during studying, impaired growth, decreased productivity, easy fatigue, susceptibility to illness, and impact on nutritional status. The nutritional status of students in the boarding school is influenced by food intake, nutrient availability, and food acceptance during the provision of dormitory meals. The objective of this study is to analyze the availability of energy and protein as well as the students' food preferences at SMP Pondok Tahfidz Darul Quran in Mojokerto City. The research design is a quantitative descriptive study. The research sample was all female students at SMP Pondok Tahfidz Darul Quran with a total sample of 137 students using the total sampling method. The instruments used were the *Food weighing* Form and the Preference Level Form. During the implementation of the food cycle with a 7-day menu, the average availability of energy was found to be 1016.55 kcal/person/day (42.35%). Similarly, the availability of protein was 49.82 g/person/day (79.08%). Among the most preferred menu options are crispy fried chicken, shredded chicken stir-fry, soto (Indonesian soup), meatballs, and chicken in soy sauce. On the other hand, the disliked menu options include pindang stew, stir-fried tofu with chicken liver, and stir-fried potatoes with boiled eggs and tofu.

Keywords: Nutrition for Teenagers, Food Availability, Preference Level, Body Mass Index

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi yang umum terjadi pada

kalangan remaja yaitu status gizi lebih dan status gizi kurang. Permasalahan gizi tersebut dapat

diketahui dengan cara pemantauan status gizi. Menurut buku saku nasional pemantuan status gizi remaja putri umur 12-18 tahun 2017 di Indonesia terdapat 1,2% tergolong sangat kurus; 3,5% tergolong kurus; 15,1% tergolong gemuk dan 4,3% tergolong obesitas. Sedangkan data pemantauan status gizi remaja putri umur 12-18 tahun 2017 di Jawa Timur terdapat 2,5% tergolong kurus; 21,2% tergolong gemuk, dan 7,7 % tergolong obesitas (Kemenkes RI, 2017).

Asupan zat gizi terutama energi dan protein sangat dibutuhkan pada saat usia remaja. Asupan energi dibutuhkan tubuh untuk melakukan aktivitas sehari-hari, metabolisme tubuh, dan masa pertumbuhan remaja. Asupan protein bermanfaat bagi tubuh sebagai zat pembangun dan memelihara sel-sel serta jaringan tubuh yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja (Fakri & Jananda, 2021). Asupan zat gizi yang kurang dapat mengakibatkan pengaruh negatif diantaranya yaitu kurangnya konsentrasi pada saat belajar, terhambatnya pertumbuhan, produktivitas menurun, badan mudah lelah, mudah terkena penyakit, dan berdampak pada status gizinya. Status gizi santri di pondok dihasilkan dari asupan makanan, ketersediaan zat gizi dan daya terima makanan pada penyelenggaraan makanan asrama (Budiman, 2019).

Penyelenggaraan makanan merupakan salah satu upaya yang dilakukan suatu instansi dalam pemberian makanan yang tepat dan bergizi. Ketersediaan zat gizi pada penyelenggaraan makanan harus memenuhi kecukupan zat gizi santri. Penyelenggaraan makanan mempunyai prinsip diantaranya menyediakan makanan yang beragam, memiliki cita rasa yang tinggi, hygiene sanitasi dan menyediakan makanan sesuai dengan kebutuhan zat gizi. Pada kenyataannya tidak semua instansi penyelenggaraan makanan, melakukan perhitungan gizi sesuai kebutuhan pada setiap menu makanan yang disajikan. Beberapa faktor yang mempengaruhi hal tersebut yaitu manajemen penyelenggaraan makan yang belum sesuai (Bakhri, 2018).

Menurut penelitian Paradisa dkk (2019) diketahui bahwa ketersediaan zat gizi pada pondok pesantren Nurul Hakim di Kota Mataram masih tergolong kurang. Rata-rata ketersediaan zat gizi untuk menu buka puasa dalam kategori kurang. Asupan dalam pondok menyumbang zat gizi energi, lemak dan karbohidrat >75%, protein <70% dan fe <40%. Penelitian Ilmi dan Dachlan (2014) di

Pondok Pesantren Putri Ummul Mukminin Makassar, menunjukkan bahwa kualitas makanan yang disajikan oleh pondok dapat diterima, tetapi energi hanya mencapai sekitar 50% dari total kebutuhan santri. Tidak jauh berbeda dengan penelitian tersebut, hasil penelitian Taqhi (2014) diketahui bahwa kualitas makanan di pondok pesantren Hubulo Gorontalo juga dapat diterima, tetapi nilai gizi makanan terutama energi hanya memenuhi 70% dari total kebutuhan santri. Hasil penelitian Ningtyas dkk (2017) diketahui bahwa konsumsi makan santri tergolong pada kategori defisit. Menurut Penelitian Sitoayu dan Trisia (2016) diketahui bahwa tingkat kesukaan terhadap cita rasa berkaitan erat dengan daya terima makanan.

SMP Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojoketo merupakan salah satu instansi di Kota Mojokerto yang menggunakan sistem penyelenggaraan makanan. Pondok tersebut terletak di Kota Mojokerto dan memiliki santri putri dengan kelompok umur remaja. Pada penyelenggaraan makanan di SMP Pondok Tahfidz Darul Quran diketahui menggunakan siklus menu 7 hari. Santri yang tinggal di pondok tersebut hanya mengkonsumsi makanan dari pondok saja atau tidak diizinkan untuk membeli atau mengkonsumsi makanan dari luar sehingga sebagian besar asupan santri berasal dari dalam pondok. Pada pengambilan menu makanan pokok (nasi) dan sayur, santri mengambil sendiri nasi dan menu sayur yang telah disajikan. Sebaliknya pada pengambilan lauk nabati maupun hewani dilakukan pemorsian sesuai jumlah santri. Dari observasi awal, sebesar 16,05% santri mengalami gizi kurang. Pondok Tahfidz Putri Darul Quran sudah ada perhitungan gizi pada perencanaan awal, tetapi seiring berjalannya waktu pada pelaksanaannya perhitungan gizi tersebut tidak diperhatikan karena beberapa faktor. Pada survei pendahuluan yang dilakukan sebanyak 9 dari 10 santri merasa kurang puas terhadap menu yang disajikan oleh pondok sehingga tidak jarang santri tersebut tidak mengkonsumsi makanan pada saat jam makan. Hal tersebut dapat menyebabkan asupan zat gizi santri kurang. Maka dari itu, peneliti ingin mengetahui ketersediaan energi dan protein serta tingkat kesukaan santri terhadap makanan pada SMP Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yaitu penelitian yang menyajikan data kuantitatif kemudian data tersebut dijelaskan secara deskripsi. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Pondok Tahfidz Darul Quran Mojokerto. Waktu pengambilan data dilaksanakan pada bulan Juli sampai bulan Oktober 2022. Populasi pada penelitian ini adalah santri putri SMP Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto sebanyak 137 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Sampel pada penelitian ini yaitu seluruh santri putri SMP Pondok Tahfidz Darul Quran sebanyak 137 orang. Teknik pengumpulan data primer dilakukan dengan cara menimbang total makanan yang dihidangkan menggunakan timbangan bahan makanan kapasitas 10 kg dengan ketelitian 1 gram. Data tingkat kesukaan dilakukan dengan memberikan formulir uji hedonik (tingkat kesukaan) kepada santri sebanyak 3x sehari selama 7 hari siklus menu. Analisis yang digunakan yaitu analisis univariat. Data Ketersediaan energi dan protein serta data tingkat kesukaan dianalisis dengan menggunakan analisis univariat dengan tabulasi data. Data ketersediaan yang diperoleh akan dihitung total ketersediaan selama sehari kemudian dibagi dengan jumlah seluruh santri setelah itu hasilnya dibandingkan dengan angka kesukupan energi dan protein pada tingkat ketersediaan menurut Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi X Tahun 2012 yaitu tingkat ketersediaan energi sebesar 2400/kkal/kap/hari dan tingkat ketersediaan protein sebesar 63 gram/kap/har. Selanjutnya dilakukan analisis data secara deskriptif untuk menjelaskan gambaran dari setiap variabel yaitu ketersediaan energi dan protein serta tingkat kesukaan terhadap makanan sesuai hasil penelitian yang diperoleh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto

PPTP Darul Quran berlokasi di Jalan Bancang gang Keminung No. 16 Kelurahan Wates Kecamatan Magersari Kota Mojokerto. Yayasan Darul Quran Mojokerto ini didirikan oleh ulama, cendekiawan, profesional, serta tokoh masyarakat yang bertempat tinggal di Kota Mojokerto dan Kabupaten Mojokerto. Pondok pesantren ini didirikan oleh seluruh personal di Pengurus Yayasan Darul Quran Mojokerto dengan disepakati

sebagai Ketua Yayasan adalah Ir. H. Mahmud Tontowi, M.M.T., dan disepakati pula bahwa Pengasuh PPTP Darul Quran disebut dengan Dewan Pengasuh, yaitu: KH. Rofiq Adenan, BA. (Koordinator), KH. Rofi'i Ismail, dan Dr. KH. Masruhan Choteb, MA.

Gambaran Penyelenggaraan Makanan Pada Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto

SMP Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto merupakan salah satu pondok di Kota Mojokerto yang menerapkan sistem penyelenggaraan makanan. Pondok tersebut terletak di Kota Mojokerto dan pondok khusus santri putri dengan kelompok umur remaja. Pada penyelenggaraan makanan di SMP Pondok Tahfidz Darul Quran menggunakan siklus menu 7 hari. Santri yang tinggal di pondok tersebut tidak diizinkan untuk membeli atau mengkonsumsi makanan dari luar sehingga sebagian besar asupan santri berasal dari dalam pondok. Pada pengambilan menu makanan pokok (nasi) dan sayur, santri mengambil sendiri nasi dan menu sayur yang telah disajikan. Sebaliknya pada pengambilan lauk nabati maupun hewani dilakukan pemorsian sesuai jumlah santri. Terdapat pemberian susu di hari Selasa dan jumat serta pemberian buah di hari Senin dan Kamis. Diketahui biaya makan setiap santri untuk 1x makan adalah Rp 5000. Biaya rata-rata untuk 137 santri dalam 1 minggu adalah Rp 14.385.000.

Tabel 1. Siklus Menu 7 Hari

Hari Ke	Makan Pagi	Makan Siang	Makan Malam
1	Nasi pecel telur dadar	Nasi sayur kunci, dadar jagung udang, dan melon	Nasi sayur sop dan ayam goreng
2	Nasi rawon	Nasi, pindang, sayur lodeh, dan susu	Nasi capjay
3	Nasi tumis tahu ampela	Nasi tumis kentang telur puyuh tahu	Nasi ayam tepung krispi
4	Nasi, tumis buncis tahu telur asin, dan semangka	Nasi sayur asem dan ikan bandeng	Nasi tumis suwir ayam ceker
5	Nasi urap, telur dadar	Nasi soto ayam dan susu	Nasi lele, timun,

	dan ikan asin bader		dan kemangi
6	Nasi, mie, sayur sawi, dan telur dadar	Nasi bakso	Nasi sambal goreng tahu tempe manis
7	Nasi semur telur dan tahu	Nasi sambalan tahu susu dan tempe kerispi	Nasi ayam kecap

Ketersediaan Energi dan Protein Makanan di Pondok Tahfidz Darul Quran

Berikut merupakan rata-rata ketersediaan energi dan protein selama 1 siklus menu di Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto.

Tabel 2. Ketersediaan Energi dan Protein di Pondok Tahfidz Darul Quran

Hari	Energi (kkal)	Protein (gram)
1	1006,1	48,17
2	1042,45	37,3
3	1092,64	49,7
4	908,75	49,7
5	1056,66	51,5
6	1006,69	56,6
7	1002,6	55,8
Rata rata	1016,55	49,82
Nilai ketersediaan menurut widyakarya pangan nasional tahun 2012	2400 kkal	63 gram
Tingkat ketersediaan (%)	42,35%	79,08%

Berdasarkan tabel 2 diketahui hasil rata-rata ketersediaan energi dan protein santri per hari dari hari pertama hingga hari ke tujuh sehingga dapat dihitung rata rata ketersediaan energi sebesar 1016,55 kkal dan rata-rata ketersediaan protein sebesar 49,82 gram. Dilihat tingkat ketersediaan energi dan protein dengan cara membandingkan rata-rata ketersediaan energi dan protein santri Pondok Tahfidz Darul Quran dengan nilai ketersediaan menurut Widyakarya Pangan Nasional sehingga diperoleh tingkat ketersediaan energi sebesar 42,35% dan tingkat ketersediaan protein sebesar 79,08%.

Ketersediaan Energi

Ketersediaan energi tertinggi ada pada hari

ke-3 yaitu sebesar 1092,64 kkal dan ketersediaan energi terendah ada pada hari ke-4 sebesar 908,75 kkal. Hari ke-3 energi tertinggi dengan menu yang disediakan yaitu makan pagi nasi dan tumis tahu ampela, makan siang nasi dan tumis kentang telur puyuh tahu, makan malam nasi dan ayam tepung crispy dan hari ke-4 energi terendah dengan menu makan pagi nasi dan tumis buncis tahu, menu makan siang nasi, sayur asem dan ikan bandeng, menu makan malam nasi dan tumis suwir ayam ceke. Ketersediaan energi tertinggi dikarenakan lauk yang diberikan pada makan pagi memiliki nilai energi yang tinggi yaitu berasal dari bahan kentang dan tepung terigu dimana dapat diketahui bahwa kandungan energi yang terdapat pada bahan makanan kentang dan tepung terigu memiliki kandungan energi yang cukup tinggi. Selain itu, dalam pengolahan makanan dari makan pagi sampai makan malam kebanyakan digoreng dan ditumis menggunakan minyak goreng. Diketahui bahwa kandungan energi pada minyak goreng cukup tinggi (Yuspa, 2016).

Pada siklus menu 7 hari dapat dilihat bahwa rata-rata ketersediaan energi sebesar 1016,55 kkal dengan tingkat ketersediaan sebesar 42,35%. Dari hasil perhitungan tersebut dapat disimpulkan, bahwa ketersediaan energi di pondok masih di bawah standar ketersediaan energi. Ketersediaan energi yang kurang tidak dapat memenuhi kebutuhan asupan energi santri. Asupan energi yang kurang dapat menyebabkan timbulnya masalah gizi salah satunya status gizi kurang. Menurut penelitian Hartina (2020) bahwa ketersediaan pangan berhubungan dengan status gizi remaja. Ketersediaan pangan yang tidak terpenuhi, dapat menyebabkan masalah gizi yaitu gizi kurang yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan remaja.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Paradisa (2019) di pondok pesantren Nurul Hakim di kota Mataram diketahui rata-rata ketersediaan energi tergolong dalam kategori kurang yaitu sebesar 75,2%. Biaya makan per bulan Rp 250.000. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sudrajat dan Sinaga (2017) di Pondok Pesantren Darul Arqam Garut bahwa ketersediaan energi masih dalam kategori kurang yaitu sebesar 60,8%. Hal tersebut dikarenakan pada perencanaan menu tidak memperhitungkan kebutuhan zat gizi santri serta menu sayur yang disediakan porsi sangat sedikit dan tidak tersedia buah-buahan. Biaya makan per hari setiap santri yaitu Rp 14.000.

Ketersediaan Energi dan Protein serta Tingkat Kesukaan Santri terhadap Makanan pada SMP

Ketersediaan Protein

Ketersediaan protein tertinggi ada pada hari ke-6 yaitu sebesar 56,6 gram dan ketersediaan energi terendah ada pada hari ke-2 sebesar 37,3 gram. Hari ke-6 ketersediaan protein tertinggi dengan menu yang disediakan yaitu makan pagi nasi dan mie telur sayur sawi, makan siang nasi dan bakso, makan malam nasi dan sambel goreng tahu tempe manis. Serta hari ke-6 ketersediaan protein terendah dengan menu makan pagi nasi dan rawon, makan siang nasi, ikan pindang, sayur lodeh dan susu, makan malam nasi dan capjay. Ketersediaan protein tertinggi karena lauk yang diberikan pada hari ke-6 memiliki nilai protein yang tinggi dan bahan sumber protein yang beragam yaitu olahan daging sapi, tempe, udang, telur dan tahu.

Pada siklus menu 7 hari dapat dilihat bahwa rata-rata ketersediaan protein sebesar 49,82 g dengan tingkat ketersediaan sebesar 79,08%. Dari hasil perhitungan tersebut dapat disimpulkan, bahwa ketersediaan protein di pondok masih di bawah standar ketersediaan energi. Ketersediaan protein yang kurang tidak dapat memenuhi kebutuhan asupan protein santri.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Paradisa (2019) di Pondok Pesantren Nurul hakim bahwa rata-rata ketersediaan protein masih tergolong kurang yaitu sebesar 65,48%. Rata-rata ketersediaan protein kurang disebabkan pada saat belanja bahan makanan, petugas hanya memperkirakan jumlah bahan yang dibeli cukup untuk semua santri, sehingga tidak ada perhitungan bahan makanan yang pasti sesuai jumlah santri. Biaya makan perbulan yaitu Rp 250.000. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sudrajat dan Sinaga (2017) di Pondok Pesantren Darul Arqam Garut diketahui ketersediaan protein hanya 50,9%. Hal tersebut disebabkan karena pada perencanaan menu belum memperhatikan kebutuhan zat gizi santri. Biaya makan per hari setiap santri yaitu Rp 14.000.

Rata-rata ketersediaan protein yang kurang di Pondok Tahfidz Darul Quran disebabkan belum adanya perhitungan standar menu makanan yang sesuai dengan kebutuhan santri. Sehingga pada saat menyediakan bahan makanan hanya dengan perkiraan saja dan tidak ada perhitungan yang sesuai dengan kebutuhan protein santri. Selain itu, dapat berkaitan dengan biaya makanan. Diketahui biaya makan setiap santri per hari yaitu 15.000. menurut Peraturan Menteri Keuangan Republik Indonesia Nomor 53 tahun 2014 tentang Standar

Biaya Masukan Tahun Anggaran 2015 dijelaskan bahwa standar biaya pengadaan makanan untuk mahasiswa atau siswa yang berada di asrama di lingkungan sekolah yaitu sebesar Rp 30.000 (Peraturan Menteri Keuangan, 2014.). Biaya makan yang disediakan Pondok Tahfidz Darul Quran masih di bawah standar yang ditetapkan. Hal ini sejalan dengan penelitian Sudrajat dan Sinaga (2017) di Pondok Pesantren Darul Arqam Garut diketahui bahwa biaya makan santri per hari sebesar 14.000 dan ketersediaan energi dan protein masih dalam kategori kurang.

Ketersediaan zat gizi yang kurang terutama energi dan protein dapat menyebabkan masalah gizi bagi remaja yaitu gizi kurang. Gizi kurang merupakan keadaan dimana asupan gizi tidak sesuai dengan kebutuhan (Rukmin & Suranadi, 2019). Masalah gizi kurang pada remaja disebabkan oleh kurangnya ketersediaan makanan, kurangnya pengetahuan gizi, dan krisis ekonomi (Musyayyib, 2018). Ketersediaan zat gizi yang kurang khususnya energi dan protein secara bersamaan dapat menyebabkan masalah gizi kurang. Ketersediaan energi dan protein yang kurang berdampak pada konsumsi energi dan protein yang kurang memenuhi kebutuhan sehingga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan status gizi remaja (Setiyaningrum, 2021).

Tingkat Kesukaan Terhadap Makanan

1. Hari ke-1

a. Pagi (Menu Nasi Pecel Telur Dadar)

Tabel 3. Menu Pagi Hari ke-1

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	103	31	3
	Telur dadar	5	98	34	0
	Pecel	0	98	32	7
Aroma	Nasi	0	103	31	3
	Telur dadar	5	98	34	0
	Pecel	0	98	32	7
Tekstur	Nasi	0	103	31	3
	Telur dadar	5	98	34	0
	Pecel	0	98	32	7
Ukuran	Nasi	0	103	31	3
	Telur dadar	5	98	34	0
	Pecel	0	98	32	7

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan pagi hari ke 1, yaitu pada menu makanan pokok (nasi) dan lauk hewani

(telur) sebanyak 103 santri (75,5%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, dan ukuran sedangkan terdapat 34 santri (24,5%) yang tidak suka. Pada menu sayur (pecel), sebanyak 98 santri (71,56%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran dari sayur serta 39 santri (28,5%) yang tidak suka.

b. Siang (Menu Nasi Sayur Bening Bayam, Dadar Jagung Udang, dan Melon)

Tabel 4. Menu Siang Hari ke-1

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	98	36	3
	Dadar jagung udang	0	94	34	9
	Sayur bening bayam	2	100	32	3
	Buah melon	0	93	41	3
Aroma	Nasi	0	98	36	3
	Dadar jagung udang	0	94	34	9
	Sayur bening bayam	2	100	32	3
	Buah melon	0	93	41	3
Tekstur	Nasi	0	98	36	3
	Dadar jagung udang	0	94	34	9
	Sayur bening bayam	2	100	32	3
	Buah melon	0	93	41	3
Ukuran	Nasi	0	98	36	3
	Dadar jagung udang	0	94	34	9
	Sayur bening bayam	2	100	32	3
	Buah melon	0	93	41	3

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan siang hari ke 1, yaitu pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 98 santri (71,6%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran sedangkan terdapat 39 santri (28,4%) yang tidak suka. Selain itu pada menu lauk hewani (udang) Sebanyak 94 santri (68,7%) suka sedangkan terdapat 43 santri (31%) yang tidak suka. Pada kategori sayur (sayur bening bayam), terdapat 102 santri (74,5%) suka serta 35 santri (25,5%) tidak suka. Pada menu buah yaitu buah melon terdapat 93 santri (67,8%) suka yang serta 44 santri

(32,2%) santri tidak suka.

c. Malam (Menu Nasi Sayur Sop dan Ayam Goreng)

Tabel 5. Menu Malam Hari ke-1

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	101	31	5
	Ayam goreng	3	98	31	5
	Sayur sop	2	96	30	9
Aroma	Nasi	0	101	31	5
	Ayam goreng	3	98	31	5
	Sayur sop	2	96	30	9
Tekstur	Nasi	0	101	31	5
	Ayam goreng	3	98	31	5
	Sayur sop	2	96	30	9
Ukuran	Nasi	0	101	31	5
	Ayam goreng	3	98	31	5
	Sayur sop	2	96	30	9

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan malam hari ke 1, yaitu pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 101 santri (73,7%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran sedangkan terdapat 36 santri (26,3%) yang tidak suka. Selain itu pada menu lauk hewani (ayam goreng) Sebanyak 101 santri (73,7%) suka sedangkan terdapat 36 santri (26,3%) yang tidak suka. Pada kategori sayur (sayur sop) terdapat 98 santri (71,5%) suka serta 39 santri tidak suka (28,5%).

2. Hari ke-2

a. Pagi (Menu Nasi Rawon Daging dan Tempe)

Hasil tingkat kesukaan pada menu makan pagi hari ke 2, yaitu dalam segi rasa pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 114 santri (83,2%) suka dan sebanyak 23 santri (16,8%) yang tidak suka. Selain itu pada lauk hewani (daging sapi) sebanyak 115 santri (84%) suka dan sebanyak 22 santri (16%) yang tidak suka. Pada menu lauk nabati (tempe), sebanyak 106 santri (77,4%) yang suka dan sebanyak 31 santri (22,6%) yang tidak suka. Pada menu sayur (rawon) sebanyak 99 santri (72,5%) suka dan sebanyak 38 santri (28,5%) tidak suka.

Dalam segi aroma, sebanyak 114 santri (83,2%) suka terhadap makanan pokok (nasi) dan sebanyak 23 santri (16,8%) yang tidak suka. Selain itu pada lauk hewani (daging) sebanyak 114 santri (83,2%) suka dan sebanyak 23 santri (16,8%) yang

Ketersediaan Energi dan Protein serta Tingkat Kesukaan Santri terhadap Makanan pada SMP

tidak suka. Pada menu lauk nabati (tempe), sebanyak 111 santri (81%) yang suka dan sebanyak 26 santri (19%) yang tidak suka. Pada menu sayur (rawon) sebanyak 110 santri (80,2%) suka dan sebanyak 27 santri (19,8%) tidak suka.

Tabel 6. Menu Pagi Hari ke-2

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	6	108	23	0
	Daging bumbu rawon	8	107	22	0
	Tempe goreng	3	103	23	8
	Sayur kubis	4	95	32	6
Aroma	Nasi	4	110	22	1
	Daging bumbu rawon	5	109	23	0
	Tempe goreng	3	108	20	6
	Sayur kubis	1	109	24	3
Tekstur	Nasi	3	110	23	1
	Daging bumbu rawon	4	110	23	0
	Tempe goreng	1	104	26	6
	Sayur kubis	3	109	23	2
Ukuran	Nasi	3	111	22	1
	Daging bumbu rawon	3	111	23	0
	Tempe goreng	1	106	24	6
	Sayur kubis	0	111	21	5

Dalam segi tekstur, sebanyak 113 suka (82,4%) terhadap makanan pokok (nasi) dan sebanyak 24 santri (17,7%) yang tidak suka. Selain itu pada lauk hewani (daging) sebanyak 114 santri (83,3%) suka dan sebanyak 23 santri (16,7%) yang tidak suka. Pada menu lauk nabati (tempe), sebanyak 105 santri (76,5%) yang suka dan sebanyak 32 santri (23,5%) yang tidak suka. Pada menu sayur (rawon) sebanyak 112 santri (81,4%) suka dan sebanyak 25 santri (18,6%) tidak suka.

Dalam segi rasa, sebanyak 114 suka (83,2%) terhadap makanan pokok (nasi) dan sebanyak 23 santri (16,8%) yang tidak suka. Selain itu pada lauk hewani (daging) sebanyak 114 santri (83,3%) suka dan sebanyak 23 santri (16,7%) yang tidak suka. Pada menu lauk nabati (tempe), sebanyak 107 santri (78,4%) yang suka dan sebanyak 30 santri (21,6%) yang tidak suka. Pada

menu sayur (rawon) sebanyak 111 santri (81,4%) suka dan sebanyak 26 santri (18,6%) tidak suka.

b. Siang (Menu Nasi Lodeh Pindang dan Susu)

Tabel 7. Menu Siang Hari ke-2

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	2	108	34	3
	Ikan pindang goreng	0	62	67	8
	Sayur lodeh	3	94	33	7
	Susu	0	97	40	0
Aroma	Nasi	2	108	34	3
	Ikan pindang goreng	0	62	67	8
	Sayur lodeh	3	95	36	3
	Susu	0	97	40	0
Tekstur	Nasi	2	108	34	3
	Ikan pindang goreng	0	62	67	8
	Sayur lodeh	3	95	36	3
	Susu	0	97	40	0
Ukuran	Nasi	2	108	34	3
	Ikan pindang goreng	0	62	67	8
	Sayur lodeh	3	95	36	3
	Susu	0	97	40	0

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan siang hari ke 2, yaitu dalam segi rasa sebanyak 110 santri (80,4%) suka terhadap makanan pokok (nasi) dan sebanyak 37 santri (19,6%) yang tidak suka. Selain itu pada lauk hewani (ikan pindang) sebanyak 62 santri (45,1%) suka dan sebanyak 75 santri (54,9%) yang tidak suka. Pada menu sayur (sayur lodeh), sebanyak 97 santri (70,6%) yang suka dan sebanyak 40 santri (29,4%) yang tidak suka. Pada menu minuman (susu) sebanyak 97 santri (70,6%) suka dan sebanyak 40 santri (29,4%) tidak suka.

Dalam segi aroma, tekstur dan ukuran sebanyak 110 santri (80,4%) suka terhadap makanan pokok (nasi) sedangkan terdapat 37 santri (19,6%) yang tidak suka. Selain itu pada menu lauk hewani (ikan pindang) sebanyak 62 santri (45,1%) suka sedangkan terdapat 75 santri (54,9%) yang tidak suka. Pada kategori sayur (sayur lodeh), terdapat 73 santri (71,6%) suka serta 29 santri

(28,4%) tidak suka. Pada menu minuman (susu) yaitu terdapat 97 santri (70,6%) suka serta 40 santri (29,4%) yang tidak suka.

c. Malam (Menu Nasi Capcay)

Tabel 8. Menu Malam Hari ke-2

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	1	101	32	3
	Bakso ayam	2	101	34	0
	Sayur capcay	1	100	33	3
Aroma	Nasi	1	101	32	3
	Bakso ayam	2	101	34	0
	Sayur capcay	1	100	33	3
Tekstur	Nasi	1	101	32	3
	Bakso ayam	2	101	34	0
	Sayur capcay	1	100	33	3
Ukuran	Nasi	1	101	32	3
	Bakso ayam	2	101	34	0
	Sayur capcay	1	100	33	3

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan malam hari ke 2, yaitu sebanyak 102 santri (74,5%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran dari makanan pokok (nasi) sedangkan terdapat 35 santri (25,5%) yang tidak suka makanan pokok. Sebanyak 103 santri (75,5%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran dari lauk hewani (daging ayam) serta 34 santri (24,5%) yang tidak suka. Pada menu sayur (capcay), terdapat 101 santri (73,5%) yang suka terhadap rasa, aroma, tekstur dan ukuran dari sayur (capcay) sedangkan terdapat 36 santri (26,5%) yang tidak suka terhadap rasa, aroma, tekstur, dan ukuran dari sayur (capcay).

3. Hari ke-3

a. Pagi (Menu Nasi Tumis Tahu Ampela)

Hasil tingkat kesukaan pada menu makan pagi hari ke 3, yaitu sebanyak 109 santri (79,5%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran dari makanan pokok (nasi) sedangkan terdapat 28 santri (20,5%) yang tidak suka. Pada lauk hewani (ampela), sebanyak 66 santri (48%) suka serta 71 santri (52%) yang tidak suka. Pada menu lauk nabati (tahu) terdapat 67 santri (49%) yang suka sedangkan terdapat 70 santri (51%) yang tidak suka.

Tabel 9. Menu Pagi Hari ke-3

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	109	28	0
	Tumis ampela	0	66	71	0
	Tumis tahu	0	67	70	0
Aroma	Nasi	0	109	28	0
	Tumis ampela	0	66	71	0
	Tumis tahu	0	67	70	0
Tekstur	Nasi	0	109	28	0
	Tumis ampela	0	66	71	0
	Tumis tahu	0	67	70	0
Ukuran	Nasi	0	109	28	0
	Tumis ampela	0	66	71	0
	Tumis tahu	0	67	70	0

b. Siang (Menu Nasi Tumis Kentang Telur Puyuh Tahu)

Tabel 10. Menu Siang Hari ke-3

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	107	30	0
	Tumis telur puyuh	0	67	70	0
	Tumis tahu	0	67	70	0
Aroma	Nasi	0	107	30	0
	Tumis telur puyuh	0	67	70	0
	Tumis tahu	0	67	70	0
Tekstur	Nasi	0	107	30	0
	Tumis telur puyuh	0	67	70	0
	Tumis tahu	0	67	70	0
Ukuran	Nasi	0	107	30	0
	Tumis telur puyuh	0	67	70	0
	Tumis tahu	0	67	70	0

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan siang hari ke 3, yaitu sebanyak 107 santri (78,4%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran dari makanan pokok (nasi) sedangkan terdapat 30 santri (21,6%) yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (telur puyuh), Sebanyak 67 santri (49%) suka serta 70 santri (51%) yang tidak suka. Pada menu lauk nabati (tahu) terdapat 67 santri (49%) yang suka sedangkan terdapat 70 santri (51%) yang tidak suka.

c. Malam (Menu Nasi Ayam Tepung Krispi)

Hasil tingkat kesukaan pada menu makan malam hari ke 3, yaitu sebanyak 121 santri (88,2%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran dari makanan pokok (nasi) sedangkan terdapat 16 santri

Ketersediaan Energi dan Protein serta Tingkat Kesukaan Santri terhadap Makanan pada SMP

(11,8%) yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (ayam), sebanyak 126 santri (92,1%) suka serta 11 santri (7,9%) yang tidak suka.

Tabel 11. Menu Malam Hari ke-3

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	121	11	5
	Ayam goreng krispi	4	122	6	5
Aroma	Nasi	0	121	11	5
	Ayam goreng krispi	4	122	6	5
Tekstur	Nasi	0	121	11	5
	Ayam goreng krispi	4	122	6	5
Ukuran	Nasi	0	121	11	5
	Ayam goreng krispi	4	122	6	5

4. Hari ke-4

a. Pagi (Menu Nasi Tumis Buncis Tahu Telur Asin)

Tabel 12. Menu Pagi Hari ke-4

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	97	38	2
	Telur asin	0	98	39	0
	Tumis tahu	2	96	33	6
	Tumis buncis	0	98	36	3
Aroma	Nasi	0	97	38	2
	Telur asin	0	98	39	0
	Tumis tahu	2	96	33	6
	Tumis buncis	0	98	36	3
Tekstur	Nasi	0	97	38	2
	Telur asin	0	98	39	0
	Tumis tahu	2	96	33	6
	Tumis buncis	0	98	36	3
Ukuran	Nasi	0	97	38	2
	Telur asin	0	98	39	0
	Tumis tahu	2	96	33	6
	Tumis buncis	0	98	36	3

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan pagi hari ke 4, yaitu sebanyak 97 santri (70,6%) suka terhadap aroma, rasa, tekstur, ukuran dari makanan pokok (nasi)

sedangkan terdapat 40 santri (29,4%) yang tidak. Pada menu lauk hewani (telur asin), lauk nabati (tahu) dan sayur (tumis buncis) sebanyak 98 santri (71,6%) suka serta 39 santri (28,4%) yang tidak suka.

b. Siang (Menu Nasi Sayur Asem Ikan Bandeng dan Semangka)

Tabel 13. Menu Siang Hari ke-4

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	2	108	26	1
	Ikan bandeng goreng	1	101	32	3
	Sayur asem	0	99	35	3
	Semangka	0	101	36	0
Aroma	Nasi	2	108	26	1
	Ikan bandeng goreng	1	101	32	3
	Sayur asem	0	99	35	3
	Semangka	0	101	36	0
Tekstur	Nasi	2	108	26	1
	Ikan bandeng goreng	1	101	32	3
	Sayur asem	0	99	35	3
	Semangka	0	101	36	0
Ukuran	Nasi	2	108	26	1
	Ikan bandeng goreng	1	101	32	3
	Sayur asem	0	99	35	3
	Semangka	0	98	39	0

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan siang hari ke 4, yaitu dalam segi rasa, aroma dan tekstur pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 110 santri (80,4%) suka sedangkan terdapat 27 santri (19,6%) yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (ikan bandeng), sebanyak 102 santri (74,5%) suka serta 35 santri (25,5%) yang tidak suka. Pada menu buah (semangka), sebanyak 101 santri (73,5%) suka dan 36 santri (26,5%) tidak suka. Pada menu sayur (sayur asem), terdapat 99 santri (72,5%) suka sedangkan sebanyak 38 santri (27,5%) tidak suka.

Dalam segi ukuran pada menu makanan pokok (nasi), sebanyak 110 santri (80,4%) suka dan sebanyak 27 santri (19,6%) tidak suka. Pada menu lauk hewani (ikan bandeng) sebanyak 102 santri (74,5%) suka dan 35 santri (25,5%) tidak suka. Pada menu sayur (sayur asem), sebanyak 99 santri

(72,5%) suka dan 38 santri (27,5%) tidak suka. Pada menu buah semangka, terdapat 98 santri (71,6%) suka dan 39 santri (28,4%) tidak suka.

c. Malam (Menu Nasi Tumis Suwir Ayam Ceker)

Tabel 14. Menu Malam Hari ke-4

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	1	89	46	1
	Tumis suwir ayam ceker	3	114	18	2
Aroma	Nasi	1	89	46	1
	Tumis suwir ayam ceker	3	114	18	2
Tekstur	Nasi	0	94	41	1
	Tumis suwir ayam ceker	3	114	18	2
Ukuran	Nasi	1	94	41	1
	Tumis suwir ayam ceker	3	114	18	2

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan hari ke 4, yaitu dalam segi rasa dan tekstur pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 90 santri (65,7%) suka sedangkan terdapat 47 santri (34,3%) yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (ayam ceker), sebanyak 117 santri (85,2%) suka serta 20 santri (14,8%) tidak suka.

Dalam segi aroma dan ukuran pada menu makanan pokok (nasi), sebanyak 71 santri (69,6%) suka sedangkan terdapat 31 santri (30,4%) yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (ayam ceker), sebanyak 87 santri (85,2%) suka serta 15 santri (14,8%) tidak suka.

5. Hari ke-5

a. Pagi (Menu Nasi Urap Telur Dadar Ikan Asin)

Hasil tingkat kesukaan pada menu makan pagi hari ke 5, yaitu dalam segi rasa dan aroma pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 114 santri (83,3%) suka sedangkan terdapat 23 santri (16,7%) yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (telur, ikan asin), sebanyak 83 santri (60,8%) suka serta 54 santri (39,2%) tidak suka. Pada menu sayur (sayur urap) sebanyak 87 santri (63,7%) suka serta 43

santri (36,3%) tidak suka.

Tabel 15. Menu Pagi Hari ke-5

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	114	23	0
	Telur dadar	0	83	49	5
	Sayur urap	0	87	43	7
Aroma	Nasi	0	114	23	0
	Telur dadar	0	83	49	5
	Sayur urap	0	87	43	7
Tekstur	Nasi	0	107	30	0
	Telur dadar	0	83	49	5
	Sayur urap	0	87	43	7
Ukuran	Nasi	0	112	25	0
	Telur dadar	0	83	49	5
	Sayur urap	0	87	43	7

Dalam segi tekstur pada menu makanan pokok (nasi), sebanyak 107 santri (78,4%) suka sedangkan terdapat 30 santri (21,6%) yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (telur, ikan asin), sebanyak 83 santri (60,8%) suka serta 54 santri (39,2%) tidak suka. Pada menu sayur (sayur urap), sebanyak 87 santri (63,7%) suka serta 50 santri (36,3%) tidak suka.

Dalam segi ukuran pada menu makanan pokok (nasi), sebanyak 112 santri (81,7%) suka sedangkan terdapat 25 santri (18,3%) yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (telur, ikan asin), sebanyak 83 santri (60,8%) suka serta 54 santri (39,2%) tidak suka. Pada menu sayur (sayur urap), sebanyak 87 santri (63,7%) suka serta 50 santri (36,3%) tidak suka.

b. Siang (Menu Nasi Soto Ayam dan Susu)

Hasil tingkat kesukaan pada menu makan siang hari ke 5, yaitu dalam segi rasa, aroma, tekstur dan ukuran pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 107 (78,4%) santri suka sedangkan terdapat 30 (21,6%) santri yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (ayam), sebanyak 128 (93,1%) santri suka serta 9 (6,9%) santri tidak suka. Pada menu sayur (soto), sebanyak 128 (93,1%) santri suka serta 9 (6,9%) santri tidak suka. Pada menu minuman susu, sebanyak 97 (70,6%) santri suka serta 40 (29,4%) santri tidak suka.

Ketersediaan Energi dan Protein serta Tingkat Kesukaan Santri terhadap Makanan pada SMP

Tabel 16. Menu Siang Hari ke-5

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	107	30	0
	Ayam goreng suwir	5	123	9	0
	Soto	5	123	9	0
	Susu	0	97	40	0
Aroma	Nasi	0	107	30	0
	Ayam goreng suwir	5	123	9	0
	Soto	5	123	9	0
	Susu	0	97	40	0
Tekstur	Nasi	0	107	30	0
	Ayam goreng suwir	5	123	9	0
	Soto	5	123	9	0
	Susu	0	97	40	0
Ukuran	Nasi	0	107	30	0
	Ayam goreng suwir	5	123	9	0
	Soto	5	123	9	0
	Susu	0	97	40	0

c. Malam (Menu Nasi Lele Goreng Timun Kemangi)

Tabel 17. Menu Malam Hari ke-5

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	98	39	0
	Ikan lele goreng	2	94	35	6
	Timun kemangi	0	97	40	0
Aroma	Nasi	0	98	39	0
	Ikan lele goreng	2	94	35	6
	Timun kemangi	0	97	40	0
Tekstur	Nasi	0	98	39	0
	Ikan lele goreng	2	94	35	6
	Timun kemangi	0	97	40	0
	Buah	0	0	0	0
Ukuran	Nasi	0	98	39	0
	Ikan lele goreng	2	94	35	6
	Timun kemangi	0	97	40	0

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan malam hari ke 5, yaitu dalam segi rasa, aroma, tekstur dan ukuran pada

menu makanan pokok (nasi) sebanyak 98 (71,6%) santri suka sedangkan terdapat 39 (28,4%) santri yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (ikan lele), sebanyak 96 (74,5%) santri suka serta 41 (25,5%) santri tidak suka. Pada menu sayur (timun, kemangi), sebanyak 97 (70,6%) santri suka serta 49 (29,4%) santri tidak suka.

6. Hari ke-6

a. Pagi (Menu Nasi Mie Sayur Sawi Telur Dadar)

Tabel 18. Menu Pagi Hari ke-6

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	106	31	0
	Telur dadar	2	97	38	0
	Sayur sawi	5	85	40	7
Aroma	Nasi	0	106	31	0
	Telur dadar	2	97	38	0
	Sayur sawi	5	85	40	7
Tekstur	Nasi	0	106	31	0
	Telur dadar	2	97	38	0
	Sayur sawi	5	85	40	7
Ukuran	Nasi	0	106	31	0
	Telur dadar	2	97	38	0
	Sayur sawi	5	85	40	7

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan pagi hari ke 6, yaitu dalam segi rasa, aroma, tekstur dan ukuran pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 106 (77,5%) santri suka sedangkan terdapat 31 (22,5%) santri yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (telur), sebanyak 99 (72,5%) santri suka serta 38 (27,5%) santri tidak suka. Pada menu sayur (sawi), sebanyak 90 (65,7%) santri suka serta 47 (34,3%) santri tidak suka.

b. Siang (Menu Nasi Bakso)

Tabel 19. Menu Siang Hari ke-6

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	115	22	0
	Bakso daging ayam	5	129	3	0
Aroma	Nasi	0	115	22	0
	Bakso daging ayam	5	129	3	0
Tekstur	Nasi	0	115	22	0
	Bakso daging ayam	5	129	3	0
Ukuran	Nasi	0	115	22	0
	Bakso daging ayam	5	129	3	0

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan siang hari ke 6, yaitu dalam segi rasa, aroma, tekstur dan ukuran pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 115 (84,3%) santri suka sedangkan terdapat 22 (15,7%) santri yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (daging ayam bakso), sebanyak 134 (98%) santri suka serta 3 (2%) santri tidak suka.

c. Malam (Menu Nasi Sambal Goreng Tahu Tempe Manisa)

Tabel 20. Menu Malam Hari ke-6

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	101	36	0
	Sambal goreng tahu tempe	2	103	29	3
	Sayur manisa	2	105	28	2
Aroma	Nasi	0	101	36	0
	Sambal goreng tahu tempe	2	103	29	3
	Sayur manisa	2	105	28	2
Tekstur	Nasi	0	101	36	0
	Sambal goreng tahu tempe	2	103	29	3
	Sayur manisa	2	105	28	2
Ukuran	Nasi	0	101	36	0
	Sambal goreng tahu tempe	2	103	29	3
	Sayur manisa	2	105	28	2

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan malam hari ke 6, yaitu dalam segi rasa, aroma, tekstur dan ukuran pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 101 (73,5%) santri suka sedangkan terdapat 36 (26,5%) santri yang tidak suka. Pada menu lauk nabati (tahu, tempe), sebanyak 105 (76,5%) santri suka serta 32 (23,5%) santri tidak suka. Pada menu sayur (sayur manisa), sebanyak 107 (78,4%) santri suka serta 30 (21,6%) santri tidak suka.

7. Hari ke-7

a. Pagi (Menu Nasi Semur Telur Tahu)

Hasil tingkat kesukaan pada menu makan pagi hari ke 7, yaitu dalam segi rasa, aroma, tekstur dan ukuran pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 107 (78,4%) santri suka sedangkan terdapat 30 (21,6%) santri yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (telur), sebanyak 101 (73,5%) santri suka

serta 36 (26,5%) santri tidak suka. Pada menu lauk nabati (tahu), sebanyak 98 (71,6%) santri suka dan 39 (28,4%) santri tidak suka.

Tabel 21. Menu Pagi Hari ke-7

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	107	30	0
	Semur telur	5	96	36	0
	Semur tahu	4	94	39	0
Aroma	Nasi	0	107	30	0
	Semur telur	5	96	36	0
	Semur tahu	4	94	39	0
Tekstur	Nasi	0	107	30	0
	Semur telur	5	96	36	0
	Semur tahu	4	94	39	0
Ukuran	Nasi	0	107	30	0
	Semur telur	5	96	36	0
	Semur tahu	4	94	39	0

b. Siang (Menu Nasi Sambalan Tahu dan Tempe Krispi)

Tabel 22. Menu Siang Hari ke-7

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	101	36	0
	Tahu tempe goreng	2	95	38	2
Aroma	Nasi	0	101	36	0
	Tahu tempe goreng	2	95	38	2
Tekstur	Nasi	0	101	36	0
	Tahu tempe goreng	2	95	38	2
Ukuran	Nasi	0	101	36	0
	Tahu tempe goreng	2	95	38	2

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan siang hari ke 7 yaitu dalam segi rasa, aroma, tekstur dan ukuran pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 101 (73,5%) santri suka sedangkan terdapat 36 (26,5%) santri yang tidak suka. Pada menu lauk nabati (tahu, tempe), sebanyak 97 (70,6%) santri suka serta 40

Ketersediaan Energi dan Protein serta Tingkat Kesukaan Santri terhadap Makanan pada SMP

(29,4%) santri tidak suka.

c. Malam (Menu Nasi Ayam Kecap)

Tabel 23. Menu Malam Hari ke-7

Aspek Penilaian	Menu Makanan	Sangat Suka	Suka	Tidak Suka	Sangat Tidak Suka
Rasa	Nasi	0	102	35	0
	Ayam bumbu kecap	5	126	13	3
Aroma	Nasi	0	102	35	0
	Ayam bumbu kecap	5	126	13	3
Tekstur	Nasi	0	102	35	0
	Ayam bumbu kecap	5	126	13	3
Ukuran	Nasi	0	102	35	0
	Ayam bumbu kecap	5	116	13	3

Dari tabel di atas diperoleh hasil tingkat kesukaan pada menu makan malam hari ke 7, yaitu dalam segi rasa, aroma, tekstur dan ukuran pada menu makanan pokok (nasi) sebanyak 102 (74,5%) santri suka sedangkan terdapat 35 (25,5%) santri yang tidak suka. Pada menu lauk hewani (ayam), sebanyak 121 (88,2%) santri suka serta 16 (11,8%) santri tidak suka.

Tingkat kesukaan terhadap menu yang disediakan pondok terdapat menu yang paling banyak disukai santri, menu yang cukup disukai dan menu yang tidak disukai. Menu yang paling banyak disukai diantaranya yaitu ayam tepung crispy, tumis suwir ayam ceker, soto, bakso, dan ayam kecap. Sedangkan menu yang tidak disukai yaitu lodeh pindang, tumis tahu ampela, dan tumis kentang telur putih dan tahu. Dari menu yang paling disukai, sebanyak 92,1% santri suka terhadap aroma, rasa, tekstur, dan ukuran dari menu ayam tepung crispy, sebanyak 85,2% santri suka dengan tumis suwir ayam ceker, sebanyak 93,1% santri suka terhadap menu soto, sebanyak 98% santri suka dengan menu bakso, dan sebanyak 88,2% santri suka terhadap menu ayam kecap. Dari menu yang tidak disukai, yaitu sebanyak 54,9% santri yang tidak suka terhadap menu ikan pindang. Pada menu tumis tahu ampela, sebanyak 52% santri yang tidak suka dengan ampela. Pada menu tumis kentang dan telur puyuh, terdapat 51% santri yang tidak suka.

Dilihat dari penilaian tingkat kesukaan terhadap menu dari segi aroma, warna, rasa, dan tekstur masalah utama yang mempengaruhi santri tidak menyukai menu makan yang disajikan

dikarenakan santri tidak menyukai cita rasa makanan yang disajikan, tekstur makanan, tidak suka bahan makanan yang disajikan dan bosan dengan menu yang disajikan. Hal tersebut membuat santri memilih untuk tidak mengonsumsi makanan yang telah disajikan oleh pondok. Rasa dan tekstur makanan yang sering menjadi perhatian bagi santri. Diketahui bahwa rasa dan tekstur makanan sebagian besar masih kurang. Cita rasa makanan yang disajikan masih kurang. Tekstur makanan yang dirasakan masih kurang seperti nasi dan daging sapi. Tektur nasi dan daging sapi yang terkadang masih keras sehingga santri memilih tidak menerima dan tidak mengonsumsi menu tersebut. Tingkat kepuasan santri terhadap kualitas menu makanan disebabkan oleh tekstur serta cara memasak yang belum sesuai dengan karakteristik bahan dasar tersebut sehingga dapat mempengaruhi cita rasa makanan yang dihasilkan (Astutik, 2020).

Sejalan dengan penelitian (Choiriyah, 2021) diketahui bahwa sebanyak 65,8% santri tidak menyukai tekstur makanan yang disajikan seperti tekstur nasi yang keras. Selain itu, sebanyak 79,5% tidak suka terhadap rasa makanan dikarenakan rasa makanan hambar serta sebanyak 78,1% tidak suka dengan variasi menu yang sering terjadi pengulangan menu. Biaya makanan yang disediakan yaitu 5000/makan.

Faktor yang berkaitan dengan tingkat kesukaan yaitu biaya makanan. Biaya yang cukup akan berpengaruh kepada variasi menu yang disajikan kepada santri sehingga dapat menyediakan makanan yang sesuai dengan selera santri. Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kesukaan santri terhadap menu makanan yaitu siklus menu yang diterapkan (Damayanti, 2022). Siklus menu yang diterapkan oleh pondok yaitu siklus menu 7 hari. Siklus menu tersebut menyebabkan santri hafal pengulangan menu atau terjadi pengulangan menu di hari yang sama. Siklus menu sebaiknya menggunakan siklus menu 10 hari sehingga santri tidak dapat menghafal pengulangan menu makanan yang disediakan dan waktu pengulangan menu lebih lama untuk mengurangi rasa bosan santri terhadap menu yang disediakan (Damayanti, 2022).

Dari susunan menu, masih ada beberapa menu harian yang kurang sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Diantaranya terdapat menu-menu yang tidak menggunakan sayur dan lauk nabati. Buah tidak diberikan setiap hari yaitu pada hari senin dan kamis di waktu makan siang. Adapula susunan

menu yang tidak ada sayur dan lauk hewani. Susunan menu setiap harinya masih belum sesuai pedoman gizi seimbang. Susunan menu gizi seimbang pada setiap kali makan terdiri dari menu lengkap yaitu makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah (Permenkes, 2014).

PENUTUP

Simpulan

Ketersediaan energi rata-rata di Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto yaitu sebesar 1016,55 kkal/orang/hari. Ketersediaan protein rata-rata di Pondok Tahfidz Darul Quran Kota Mojokerto yaitu sebesar 49,82 g/orang/hari. Tingkat kesukaan terhadap rasa, aroma, tekstur, ukuran tertinggi yaitu pada menu ayam krispi paling disukai sebanyak 92,1% santri suka, sebanyak 85,2% santri suka dengan tumis suwir ayam ceker, hewani sebanyak 93,1% santri suka terhadap menu soto, sebanyak 98% santri suka dengan menu bakso, dan sebanyak 88,2% santri suka terhadap menu ayam kecap. Dari menu yang tidak disukai, sebanyak 54,9% santri yang tidak suka terhadap menu ikan pindang. Pada menu tumis tahu ampela, sebanyak 52% santri yang tidak suka dengan ampela. Pada menu tumis kentang dan telur puyuh, terdapat 51% santri yang tidak suka.

Saran

Saran untuk pihak pengelola penyelenggaraan makanan di Pondok Tahfidz Darul Quran untuk meningkatkan ketersediaan energi dan protein sesuai dengan kebutuhan zat gizi santri menurut Angka Kecukupan Gizi Remaja Umur 13-15 tahun, menyusun perencanaan menu sesuai kebutuhan santri putri usia 13-15 tahun dan sesuai menu gizi seimbang, menambah siklus menu 7 hari menjadi 10 hari agar santri tidak bosan dengan perputaran menu pada minggu selanjutnya sehingga tingkat kesukaan pada makanan meningkat, melakukan evaluasi pada setiap menu yang disajikan dalam segi rasa, aroma, tekstur, dan ukuran setelah itu mengganti menu-menu yang paling banyak tidak disukai yaitu lodoh pindang, tumis tahu ampela, dan tumis kentang telur puyuh menjadi sarden pindang, krengsengan tahu ampela dan kari kentang telur puyuh, melakukan survei kepada santri mengenai selera menu yang disukai.

DAFTAR PUSTAKA

Astutik, R. P., Wayan, N., Utami, A., Luh, N., & Suariyani, P. (2020). *Penerimaan Remaja Putri Terhadap Makanan Di Pondok*

Pesantren DB Dan BM Di Kabupaten Banyuwangi. 6(1).

Bakhri, B., Intiyati, A., & Widartika. (2018). *SISTEM PENYELENGGARAAN MAKANAN INSTITUSI*.

Budiman, D. S. (2019). Hubungan Daya Terima Makanan Dan Asupan Gizi Dengan Z-Skor Indeks Massa Tubuh Berdasarkan Umur Pada Santri Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 8(1), 288–294.

Damayanti, N. R., Wahdah, N., Author, C., & Rosa, N. (2022). *Analisis Hubungan Biaya Makanan dengan Kandungan Gizi Menu dan Tingkat Kesukaan Menu SMP IT Madina Samarinda*. 1(6), 673–682.

Fakri, S., & Jananda, I. (2021). HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI SANTRI DI PESANTREN NURUL FALAH MEULABOH TAHUN 2019. *Jurnal Nasional Indonesia*, 1(7).

Hartina, Abdul Hakim Laenggeng, & Nurjanah. (2020). Hubungan Pola Makan dan Ketersediaan Pangan Rumah Tangga dengan Status Gizi Remaja di Huntara Asam III Kec. Ulujadi Kota Palu. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 3(4), 203–209. <https://doi.org/10.56338/jks.v3i4.1714>

Ilmi, N., Dachlan, D. M., Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin, P., & Sakit Wahidin Sudiro Husodo Makassar, R. (2014). *GAMBARAN SISTEM PENYELENGGARAAN MAKANAN DI PONDOK PESANTREN PUTRI UMMUL MUKMININ MAKASSAR The Description of Procurement System of Food in the Cottage Boarding School Female Ummul Mukminin Makassar*.

Kemenkes RI. (2017). Buku Saku Pemantauan Status Gizi. *Buku Saku*, 1–150.

Ningtyias, F. W., Prasetyowati, I., Astuti, I. S. W., Muslich, S., Nafi', A., & Haryono, A. (2018). *GAMBARAN SISTEM PENYELENGGARAAN MAKANAN DI PONDOK PESANTREN, KABUPATEN JEMBER*. *Medical Technology And Public Health*, 2, 1–99.

Paradisa, N. K., Sofiyatin, R., Sulendri, N. K., & Chandradewi, A. (2019). Analisis Ketersediaan Dan Asupa Zat Gizi Pada Menu Buka Puasa Pondok Pesantren Nurul Hakim. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*,

Ketersediaan Energi dan Protein serta Tingkat Kesukaan Santri terhadap Makanan pada SMP

- 4(2), 128.
<https://doi.org/10.32807/jgp.v4i2.144>
- Permenkes, N. 4. (2014). Permenkes, No 41. *European Journal of Endocrinology*, 171(6), 727–735.
<https://eje.bioscientifica.com/view/journals/eje/171/6/727.xml>
- PMK-53_PMK.02_2014 Tentang Standar Biaya Masukan Tahun Anggaran 2015.pdf. (n.d.).
- Rukmin, L., & Suranadi, L. (2019). Ketersediaan Zat Gizi Siswi di Yayasan Pondok Pesantren Nurul Hakim Kediri Kabupaten Lombok Barat. *Journal Prime Nutrition*, 1(1), 1–8.
- Setiyaningrum, Z. (2021). Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di Pondok Pesantren Firdaus. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 3(01), 1–8.
<https://doi.org/10.46772/jigk.v3i01.559>
- Sirajuddin, Surmita, & Astuti, T. (2018). *Survey Konsumsi Pangan*.
- Sitoayu, L., & Trisia, N. (2016). Cita Rasa Sebagai Faktor Dominan Terhadap Daya Terima Pasien Bedah Di Rsud Cengkarengtahun 2016. *Nutrire Diaita*, 8(2), 50.
- Sudrajat, A. S., & Sinaga, T. (2017). Analisis Biaya Makan Terhadap Ketersediaan Makanan Serta Tingkat Kecukupan Gizi Santri Di Pondok Pesantren Darul Arqam Garut. *Gizi Indonesia*, 39(2), 115.
<https://doi.org/10.36457/gizindo.v39i2.214>
- Taqhi, S. A. (2014). The Description of Food Procurement Systemat the Hubulo Islamic. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 241–247.
- Yudiarti, M., Soekatri, E., Muslimatun, S., Purwanto, Arian, M., Hardinsyah, Egayanti, Y., & Kardono, L. B. (2012). *Widyakarya nasional pangan dan gizi x*.
- Yuspa. (2016). *No Title*. 14(28).

