

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Departemen Kesehatan Republik Indonesia menganjurkan kepada masyarakat untuk menghadirkan makanan yang memiliki susunan menu sehat seimbang yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Almatsier, 2001:286). Makanan yang sehat mengandung pengertian bahwa konsumsi zat gizi harus berimbang dan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Sumber bahan pangan yang bervariasi sangat dianjurkan karena makanan yang bervariasi dapat memberi manfaat yang lebih besar terhadap kesehatan. Makanan yang beragam dapat menjamin terpenuhinya kecukupan sumber energi, protein, lemak, vitamin, dan mineral bagi kebutuhan gizi seseorang.

Makanan yang berfungsi untuk membangun dan memperoleh tenaga, harus didukung dengan pelaksanaan menu makan yang baik. Pengelolaan menu makan yang baik adalah yang dilaksanakan dengan frekuensi lima kali sehari mulai dari makan pagi/sarapan, selingan pagi, makan siang, selingan siang dan makan malam. Variasi makanan dengan kelengkapan gizi dalam makanan dan porsi makan maka status kesehatan seseorang dapat meningkat dan angka harapan hidup akan semakin baik.

Sediaoetama (1985:25) mengungkapkan bahwa “keadaan kesehatan gizi tergantung dari tingkat konsumsi”. Tingkat konsumsi berkaitan dengan kualitas dan kuantitas makanan yang dijalankan dalam menu makan sehari – hari sehingga, jika susunan hidangan memenuhi kebutuhan tubuh maka tubuh akan mendapat kondisi kesehatan gizi yang baik.

Mahasiswa termasuk dalam kelompok remaja akhir dikenal dengan aktifitas yang cukup padat, mulai dari perkuliahan hingga kegiatan di luar perkuliahan seperti olah raga,

kegiatan kemahasiswaan pastinya akan menguras energi yang berujung pada keharusan mahasiswa dalam mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang.

Seiring dengan meningkatnya aktivitas fisik remaja, perilaku makan remaja sering kali menyimpang karena pemilihan makanan pada remaja terkadang dipengaruhi oleh teman, orang tua. Remaja kini banyak mengkonsumsi makanan cepat saji (*junk food*) karena sudah menjadi tren di kalangan remaja. Selain itu, terganggunya kebiasaan makan remaja yakni seringnya mengurangi porsi makan khususnya bagi remaja perempuan karena takut gemuk. Hal ini karena persepsi mereka bahwa cantik itu harus tinggi, putih dan kurus akibatnya remaja perempuan selalu berusaha untuk mengurangi makan sehingga terjadilah pengeloaan menu makan yang salah yakni makan dengan tidak bergizi seimbang.

Berdasarkan hasil prapenelitian yang dilakukan pada awal November 2012, didapatkan data konsumsi mahasiswa mengenai makanan siap saji dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1. 1 Rata – Rata Pembelian Makanan Siap Saji Dalam Satu Bulan

No	Rata – rata pembelian	Frekuensi	Presentase
1	< 3 kali	11	9,17 %
2	3-5 kali	26	21,67 %
3	5-8 kali	61	50,83 %
4	8-10 kali	5	4,17 %
5	>10 kali	17	14,17 %
	Jumlah	120	100 %

Sumber : Data diolah, 2012

Berdasarkan data tabel rata – rata pembelian makanan siap saji dalam satu bulan yang dilakukan oleh 120 mahasiswa MIK FPIPS UPI di atas dapat dijelaskan bahwa sebanyak 50,83 % mahasiswa membeli makanan siap saji rata – rata dalam satu bulan sebanyak 5 – 8 kali dengan jumlah mahasiswa 61 orang.

Perilaku makan remaja yang dapat menyebabkan masalah gizi selain karena konsumsi makan *junk food* yang berlebihan., Perilaku makan remaja yang salah diantaranya adalah kurang memperhatikan kandungan gizi makanan, sering melewatkan waktu makan dan membatasi porsi makan. Untuk lebih jelas mengenai data perilaku makan pada mahasiswa dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1. 2 Perilaku Makan Pada Mahasiswa MIK FPIPS UPI

No	Prilaku Makan	Ya		Tidak	
		f	%	f	%
1	Memperhatikan kandungan gizi makanan	50	41,67 %	70	58,33 %
2	Melewatkan salah satu waktu makan setiap harinya	66	55 %	54	45 %
3	Membatasi porsi makan	36	30 %	84	70 %

Sumber : Data diolah, 2012

Perilaku makan mahasiswa MIK FPIPS UPI berdasarkan hasil prapenelitian menunjukkan bahwa, sebanyak 70 mahasiswa tidak memperhatikan kandungan gizi makanan yang mereka makan, sebanyak 66 mahasiswa melewatkan salah satu waktu makan setiap harinya namun sebanyak 84 mahasiswa tidak membatasi porsi makan. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa MIK FPIPS UPI memiliki perilaku makan yang salah sehingga dapat mengakibatkan pemilihan menu yang tidak sehat dalam keputusan pembelian makanan.

Dari pemaparan di atas maka mahasiswa MIK FPIPS UPI memiliki permasalahan mengenai keputusan pembelian makanan yang tidak sehat. Salah satu faktor pemilihan makanan yang tidak sehat merupakan cerminan pengelolaan makanan yang tidak baik.

Berdasarkan hal yang pemaparan diatas maka penulis mengambil judul penelitian :

“Model Pengelolaan Menu Sehat Terhadap Keputusan Mahasiswa Dalam Membeli Makanan (Survei Pada Mahasiswa MIK FPIPS UPI)”.

1.2 Rumusan Masalah

Berikut ini merupakan rumusan masalah berdasarkan uraian latar belakang masalah.

1. Bagaimana gambaran model pengelolaan pola menu sehat bagi mahasiswa MIK FPIPS UPI ?
2. Bagaimana gambaran keputusan mahasiswa MIK FPIPS UPI dalam membeli makanan ?
3. Bagaimana model pengelolaan menu sehat berpengaruh terhadap keputusan mahasiswa dalam membeli makanan ?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan yakni :

1. Untuk mengetahui model pengelolaan menu sehat bagi mahasiswa MIK FPIPS UPI
2. Untuk mengetahui keputusan mahasiswa MIK FPIPS UPI dalam membeli makanan
3. Untuk mengetahui model pengelolaan menu sehat berpengaruh terhadap keputusan mahasiswa dalam membeli makanan.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi mahasiswa dalam pengelolaan menu sehat.
2. Sebagai informasi bagi para pembaca sehingga pengetahuan mengenai pengelolaan menu sehat sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari – hari.
3. Sebagai ilmu pengetahuan tambahan khususnya bagi mahasiswa mahasiswi di lingkungan Prodi Manajemen Industri Katering.