

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPUASAN MAKAN
DENGAN ASUPAN MAKAN MAHASISWI PESMA KH MAS
MANSUR UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**



**Disusun sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Studi
Strata I pada Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan**

Oleh :

ANISAH NIMAH AZIZAH

J 310 150 156

**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2020

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPUASAN MAKAN DENGAN
ASUPAN MAKAN MAHASISWI PESMA KH MAS MANSUR
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

ANISAH NIMAH AZIZAH

J 310 150 156

Telah diperiksa dan disetujui oleh:

Dosen
Pembimbing



Titik Susilowati SKM, M.Gizi, RD
NIK/NIDN : 1975 0331 2009 04

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPUASAN MAKAN DENGAN
ASUPAN MAKAN MAHASISWI PESMA KH MAS MANSUR
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Oleh:

ANISAH NIMAH AZIZAH

J 310 150 156

Telah diperiksa di depan Dewan Penguji
Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Jumat, 17 Januari 2020
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

- | | |
|---|---|
| 1. Titik Susilowati SKM, M.Gizi, RD
(Ketua Dewan Penguji) | () |
| 2. Endang Nur Widiyaningsih, S.ST., M.Si Med
(Anggota I Dewan Penguji) | () |
| 3. Ir. Lisyani Hidayati, M.Kes
(Anggota II Dewan Penguji) | () |

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Mutalazimah, S.KM., M.Kes
NIK/NIDN. 786/06-1711-7301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali tertulis di dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 9 Februari 2020

Penulis,



ANISAH NIMAH AZIZAH
J310150149

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPUASAN MAKAN DENGAN ASUPAN MAKAN MAHASISWI PESMA KH MAS MANSUR UNIVERSITAS MUHAMMADIAH SURAKARTA

Abstrak

Kepuasan makan merupakan salah satu indikator keberhasilan penyelenggaraan makan di asrama yang dapat mempengaruhi asupan makan mahasiswa. Tingkat kepuasan yang baik menyebabkan asupan makan tercukupi dan terhindar dari kekurangan zat gizi dan menunjang aktivitas keseharian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepuasan makan dengan asupan makan mahasiswa Pesma KH Mas Mansur Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian yaitu observasional dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 49 responden dengan metode pengambilan sampel adalah simple random sampling. Pengumpulan data tingkat kepuasan makan menggunakan kuisioner dihitung dengan skala likert dan data asupan makan menggunakan metode recall 3 x 24 jam tidak berurutan. Hasil penelitian menunjukkan tingkat kepuasan makan mahasiswa Pesma KH Mas Mansur UMS yaitu puas 26,9%, cukup puas 73,1% dan tidak terdapat mahasiswa yang tidak puas terhadap asrama. Uji statistik pada penelitian ini menggunakan uji Chi Square 3 x 2. Hasil uji Chi Square ($p = 0,000$), ($p = 0,000$), ($p = 0,000$), ($p = 0,000$), menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat kepuasan makan dengan asupan protein, lemak dan karbohidrat.

Kata Kunci: kepuasan makan, asupan makan, mahasiswa

Abstract

Meal satisfaction was one indicator of the successful implementation of eating in a dormitory that can affect student food intake. A good level of satisfaction causes the intake of food to be impressed and protected from nutrient deficiencies and to support daily activities. This study aimed to determine the correlation between the levels of eating satisfaction with eating intake of KH Mas Mansur Boarding School of University of Muhammadiyah Surakarta students. This study used an observational study with a cross sectional approach. The number of samples in this study was 49 respondents with a simple random sampling method. Data collection on the level of food satisfaction using questionnaire was calculated with Likert scale and food intake data using the method of recall 3 x 24 hour were not sequential. The results showed the level of satisfaction of eating students Pesma KH Mas Mansur UMS that was satisfied 26,9%, sufficient 73,1 % and there were not satisfied student. The statistical test in this study used the Chi Square 3 x 2 test. Chi Square test results ($p = 0,000$), ($p = 0,000$), ($p = 0,000$), ($p = 0,000$), show there was a relationship between the level of satisfaction with eating protein intake, fat and carbohydrates. There is a relationship between the level of satisfaction with energy intake ($p = 0,000$), protein intake ($p = 0,000$), fat ($p = 0,000$), carbohydrate ($p = 0,000$) in female students of Pesma KH Mas Mansur UMS.

Keywords: food satisfaction, food intake, students

1. PENDAHULUAN

Penyelenggaraan makan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk menyajikan makanan dengan jenis, jumlah dan mutu yang berkualitas dalam jumlah besar (Bakrie, 2018). Komponen dalam penyelenggaraan makanan terdiri dari : *input (resources)*, *process*, dan *output* (Palacio &Theis, 2016). Penyelenggaraan makanan kepada sekelompok orang disebut penyelenggaraan makan institusi berupa panti asuhan, rumah sakit, lembaga kemasyarakatan, sekolah dan asrama (Rotua dan Siregar, 2013).

Pesma KH Mas Mansur merupakan asrama yang melayani mahasiswa dan mahasiswi usia 19 - 29 tahun. Mahasiswi tergolong dalam usia dewasa muda yang memiliki permasalahan dalam konsumsi makanan. Mahasiswi lebih memperhatikan *body image* dan cenderung mengurangi konsumsi makanan dibandingkan laki-laki. Makanan tinggi lemak, *fast food*, *surgery* dan tinggi kafein menjadi kebiasaan konsumsi di kalangan mahasiswi (Wardlaw dan Smith). Masalah penyelenggaraan makanan di asrama diantaranya makanan yang disajikan tidak sesuai dengan selera kepuasan makan dan keinginan individu sehingga berpengaruh terhadap konsumsi asupan makan (Supariasa dan Hardiansyah, 2016).

Asupan makan individu dinilai menggunakan metode Recall 24 jam dengan mencatat konsumsi makan, ukuran porsi, dan jumlah makanan (Barasi, 2009). Asupan makan sangat mempengaruhi status gizi individu, kurangnya konsumsi makan baik secara kualitas dan kuantitas dapat menyebabkan gangguan proses produksi tenaga dan pertahanan tubuh. Gangguan dalam produksi tenaga menyebabkan individu kekurangan tenaga untuk bergerak dan beraktivitas termasuk menurunkan konsentrasi belajar. Gangguan pertahanan dalam tubuh dapat menyebabkan turunnya daya tahan tubuh sehingga tubuh mudah terserang penyakit (Wardlaw dan Smmith, 2004). Asupan makanan yang buruk dan diikuti gaya hidup yang tidak sehat merupakan faktor resiko munculnya penyakit kronik seperti penyakit kardiovaskuler, stroke, hipertensi, diabetes dan beberapa jenis kanker serta menyebabkan kerusakan jaringan (Almaitser, 2004).

Terdapat banyak penelitian di asrama berkaitan dengan asupan makan yang rendah. Menurut Luo et al. (2009) asupan makan siswa di asrama lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak tinggal di asrama. Konsumsi makanan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga lebih tinggi dibandingkan yang tinggal di asrama (Sharma, 2009). Heryanti (2009) menyebutkan hanya 24,8% mahasiswa di asrama Universitas Indonesia Depok yang mencukupi kebutuhan energi dan protein berdasarkan AKG. Penelitian (Wiadyani, 2018) di asrama Akper Kesdam Udayana Denpasar menunjukkan harapan mahasiswa terhadap menu dan penyajian makanan tinggi sebesar 45,63% dan 81,23% mahasiswa tidak puas terhadap rasa, *texture*, dan aroma. Menurut Anyika (2009) jumlah makanan yang tersedia, peraturan makan, dan daya terima makan yang kurang disebabkan oleh rendahnya mutu pelayanan.

Mutu pelayanan yang baik dapat dilihat dari tingkat kepuasan konsumen terhadap makanan yang disajikan (Fitzsimons dan Mona, 2006). Tingkat kepuasan makan diukur melalui kualitas makanan dan kualitas pelayanan makan. Kemenkes RI (2013) menyatakan indikator yang mempengaruhi kepuasan konsumen ialah ketepatan waktu, variasi menu makanan, cita rasa makanan, kebersihan alat, serta penampilan petugas. Kualitas pelayanan makan ditentukan oleh reliabilitas, daya tangggap, jaminan, empati dan bukti fisik (Fitzsimons dan Mona, 2006).

2. METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian *observasional* yaitu menjelaskan suatu keadaan dan situasi dari populasi. Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional* yang mengkaji hubungan antara tingkat kepuasan makan dengan asupan makan mahasiswi Pesma KH Mas Mansur Universitas Muhammadiyah Surakarta. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2018 sampai bulan Juni 2019.

Alat yang digunakan adalah kuisioner tingkat kepuasan makan , *form recall 3x 24 jam*, *inform concern* dan program *spss* versi 20, dan alat tulis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Univariat Asupan Energi, Protein, Karbohidrat dan Lemak

Pengukuran asupan energy, protein, lemak dan karbohidrat diperoleh melalui metode *Recall 3 x 24* jam tidak berurutan. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan angka kecukupan asupan energi mahasiswi Pesma KH Mas Mansur UMS adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan asupan energi

Kategori Asupan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Cukup	13	25 %
Kurang	39	75 %
Jumlah	52	100

Kebiasaan makan pada fase dewasa awal terutama mahasiswa yang sering meninggalkan sarapan menyebabkan terjadinya peningkatan frekuensi konsumsi camilan serta peningkatan konsumsi makanan diluar kebiasaan makanan sehari-hari (Hartwell, 2006). Penelitian ini sejalan dengan Heryanti (2009) mahasiswi di asrama UI Depok bahwa 24,8% mahasiswi memiliki asupan energi dan protein yang rendah berdasarkan Angka Kecukupan Gizi. Story & Stang (2005) menyebutkan, remaja yang meninggalkan sarapan memiliki konsumsi energi, vitamin dan mineral lebih rendah dibandingkan remaja yang sarapan di pagi hari. Asupan Rata-rata energi mahasiswi secara keseluruhan belum memenuhi angka kecukupan gizi dikarenakan banyak dari mahasiswi memiliki aktivitas padat sehingga mengkonsumsi makanan di luar asrama.

Menurut Wardlaw dan Smith (2011), asupan energi yang kurang akan memicu penggunaan protein untuk memenuhi kebutuhan energi, sehingga fungsi protein sebagai pengganti jaringan yang rusak tidak optimal selain itu pertumbuhan akan terhambat.

Tabel 2. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan asupan protein

Kategori Asupan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Cukup	23	44,2 %
Kurang	29	55,8 %
Jumlah	52	100

Asupan Protein dapat diperoleh dari sumber hewani maupun nabati. Makanan sumber protein hewani diantaranya adalah unggas, telur, daging, ikan, susu dan produk olahannya. Sedangkan sumber protein dari produk nabati diantaranya adalah kacang-kacangan, biji- bijian dan sayur-sayuran (Gropper & Smith, 2012).

Tabel 3 . Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan asupan lemak

Kategori Asupan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Cukup	19	36,5 %
Kurang	33	63,5 %
Jumlah	52	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebagian subjek penelitian memiliki asupan Lemak yang kurang yaitu sebanyak 19 mahasiswi dengan presentase 36,5%, sedangkan asupan Lemak kurang sebanyak 33 siswi dengan persentase 63,5%.

Tabel 4. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan asupan karbohidrat

Kategori Asupan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Cukup	16	30,8 %
Kurang	36	69,2 %
Jumlah	52	100

Asupan karbohidrat dapat diperoleh dari sumber hewani maupun nabati. Makanan sumber karbohidrat hewani diantaranya adalah unggas, telur, daging, ikan, susu dan produk olahannya. Sedangkan sumber karbohidrat dari produk nabati diantaranya adalah kacang-kacangan, biji- bijian beserta produk olahannya (Gropper & Smith, 2012).

3.2 Hasil Tingkat Kepuasan Makan Mahasiswi

Pada Hasil penelitian tingkat kepuasan makan di Pesma KH Mas Mansur UMS didapatkan hasil sebagai berikut pada tabel 5 :

Tabel 5. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan tingkat kepuasan

Kategori Asupan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Cukup puas	38	73,1%
Puas	14	26,9 %
Jumlah	52	100

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa secara keseluruhan tingkat kepuasan makan mahasiwi Pesma KH Mas Mansur UMS adalah cukup puas dengan presentase 73,1 % dan sebanyak 14 mahasiswi menyatakan puas dengan presentase 26,9%. Tingkat kepuasan makan dalam proses penyelenggaraan makan dipengaruhi oleh mutu makanan dan pelayanan makanan yang diberikan (Rotua dan Siregar, 2013).

3.3 Hasil Tingkat Kepuasan Makan Mahasiswi Berdasarkan Kualitas Makanan

Berdasarkan Hasil uji tingkat kepuasan makan melalui kuisioner kualitas makanan di dapatkan hasil pada tabel 14 sebagai berikut :

Tabel 6. Hasil analisis bivariat tingkat kepuasan makan berdasarkan kualitas makanan

No.	Indikator	Harapan	Kenyataan	Tingkat Kesesuaian
Rasa				
1.	Rasa masakan yang disajikan enak	2,65	4,5	59%
2.	Rasa masakan yang disajikan sesuai dengan selera santri	2,48	4,26	58%
Aroma				
3.	Masakan yang disajikan beraroma sedap	2,75	4,32	63,5%
4.	Aroma masakan menggugah selera makan	2,73	4,38	62,2%
5.	Nasi tidak berbau apek	2,67	4,55	58,6%
Konsistensi				
6.	Makanan yang disajikan memiliki tekstur yang berbeda seperti nasi (padat), kare (kental), sop (cair)	3,48	4,21	82,6%
Kesegaran				
7.	Makanan yang disajikan masih hangat	2,82	4,26	66,2%
8.	Sayuran masih segar dan tidak terdapat daun yang sudah tua	2,84	4,38	65%

Penampilan				
9.	Penampilan makanan menggugah selera makan	2,80	4,26	66%
10.	Bentuk potongan bahan makanan yang disajikan menarik	2,88	4,17	70%
11.	Kombinasi warna pada makanan yang disajikan bervariasi	2,96	4,0	74%
Kematangan				
12.	Makanan matang sempurna sehingga tidak mentah dan tidak terlalu matang	3,38	4,48	75%
13.	Lauk hewani dimasak dengan matang sempurna (daging, ayam, telur, ikan)	3,32	4,42	75,2%
14.	Sayuran seperti wortel, buncis dan kacang-kacangan matang sempurna sehingga tidak keras	3,26	4,34	75,2%
Variasi				
15.	Makanan disajikan bervariasi dalam satu menu yaitu terdapat lauk hewani atau nabati, sayuran dan buah	3,0	4,36	68,7%
16.	Menu makanan berbeda untuk makan pagi, makan siang dan makan sore.	3,17	4,46	71,7 %
17.	Menu makanan menunjang gizi seimbang yaitu terdapat karbohidrat (nasi/umbi),	3,15	4,5	70 %
Total		4,34	2,96	68,01 %

Penilaian tingkat kepuasan makan menggunakan kuisioner kualitas makanan dilakukan dengan melihat persepsi mahasiswi mengenai harapan dan kenyataan kualitas makanann yang di dapat di Pesma KH Mas Mansur

Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kualitas makanan yang didapatkan menurut mahasiswi masih belum memuaskan dilihat dari total rata-rata skor sebesar 4,34 sedangkan total rata-rata pelayanan yang di dapat sebesar 2,96 dengan presentase tingkat kesesuaian sebesar 68,01 %. Artinya tingkat kepuasan mahasiswi terhadap kualitas makanan di Pesma KH Mas Mansur Universitas Muhammadiyah Surakarta termasuk dalam kategori tidak puas karena harapan yang diinginkan lebih besar dari pada kenyataan yang di dapatkan. Kualitas makanan yang diberikan sangat menentukan puas atau tidaknya konsumen dari pelayanan yang diberikan dengan membandingkan persepsi atau harapan yang diinginkan dengan kenyataan yang di dapatkan (Fitzsimons dan Mona, 2016).

4. PENUTUP

Tingkat Kepuasan Makan Mahasiswi Pesma KH Mas Mansur UMS adalah 26 mahasiswi puas dengan presentase 26,9 % dan sebanyak 38 mahasiswi menyatakan cukup puas dengan presentase 73,1 % dan tidak terdapat mahasiswi yang merasa tidak puas.

Terdapat hubungan antara tingkat kepuasan makan dengan asupan makan mahasiswi Pesma KH Mas Mansur Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Perlu penelitian lebih lanjut mengenai tingkat kepuasan makan dengan asupan makan mahasiswi Pesma KH Mas Mansur Universitas Muhammadiyah Surakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S et al. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekarti, M. 2011. *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Anyika JU, Uwaegbute AC, Olojede AO, & Nwamatah JU. 2009. *Nutrient intakes of adolescent girls* .Joournal of Scientific, 2 (2) :110-115
- Bakrie, Bachtiar. 2018. *Sistem Penyelenggaraan Makan Institusi* . Jakarta : Kemenkes 2018.
- Barasi, E. 2009. *At a Glance : Ilmu Gizi* . Jakarta : Penerbit Erlangga

- Brown, J.E. 2005. *Nutrition Through Life Circle*. Thomson Wadsworth
- Esfandiari dan Wahini. 2017. *Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Pasien terhadap Kualitas Makan di Rumah Sakit Angkatan Darat Brawijaya, Surabaya*. Jurnal Boga . Universitas Negeri Surabaya : Fakultas Teknik.
- Heryanti, Evi. 2009. *Kebiasaan Makan Cepat Saji, Aktivitas Fisik, dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi pada Mahasiswa Penghuni Asrama UI*. Skripsi
- Hester, Harisson. 2001. *Food Safety and Food Quality*. UK : RSC
- Kementrian Kesehatan RI. 2013. *Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia*. Jakarta: Peraturan Menteri Kesehatan RI.
- Luo R, Shi Y, Zhang L, Liu C, Rozelle S, & Sharbono B. 2009. *Malnutrition in China's rural boarding schools: the case of primary schools in Shaanxi Province*. APJE, 29(4), 481—501.
- Paramitha,N. 2007. *Analisis Tingkat Ketersediaan dan Daya Terima Makanan di Sekolah terhadap Tingkat Kecukupan Zat gizi pada Siswa-Siswi SD Marsudini, Parung, Bogor*. Skripsi Sarjana. Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor : Bogor.
- Palacio & Theis. 2009. *Introduction to Food Service*. Pearson Education, Ohio.
- Palacio & Theis. 2016. *Foodservice Management Principle and Practices*. United States : Pearson Education
- Priansa, Donni. 2017. *Perilaku Konsumen dalam Persaingan Bisnis Kontemporer*. Bandung: Alfabeta.
- Rotua dan Siregar. 2013. *Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi Dasar*. Jakarta : EGC
- Supariasa dan Hardiansyah. 2016. *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. Jakarta : EGC.
- Supariasa dan Bakri. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC
- Tjiptono, Chandra. 2016. *Service Quality and Satisfaction fourth edition*. Yogyakarta : Penerbit Andi
- Wardlaw,Gordon., Smith,Anna. 2011. *Contemporary Nutrition eight edition*. NewYork: McGraww Hill.
- Wardle, et al. (2004). *Gender Differences in Food Choice: The Contribution of Health Beliefs and Dieting*. Annals of Behavioral Medicine, 27(2), 107-116.