

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan berperan penting dalam membangun karakter dan potensi seseorang. Pendidikan di pesantren mempunyai keunikan, yaitu memberikan pendidikan agama yang lebih luas dan komprehensif kepada santri. Selain pembelajaran agama, pesantren memiliki berbagai kegiatan meliputi kegiatan belajar mengajar, mengaji, pendidikan karakter, pelatihan kepemimpinan dan beberapa aktivitas lain untuk mengembangkan *skill* santri. Mengingat banyaknya kegiatan yang dilakukan santri, sudah sepatutnya pesantren memperhatikan aspek-aspek penting dalam kehidupan sehari-hari seperti gizi dan pola makan agar mendukung kesejahteraan dan prestasi belajar santri.

Pola makan yang seimbang dan bervariasi mempunyai pengaruh dalam kesejahteraan dan kesehatan seseorang. Variasi menu makanan mengacu pada keragaman jenis makanan dan hidangan yang dikonsumsi dalam periode waktu tertentu. Menurut Santoso (2019) variasi menu merupakan ragam makanan yang ditawarkan oleh pemilik usaha kuliner yang dapat dibedakan berdasarkan bahan makanan, cara memasak, cara mengolah dan jenis makanan yang disajikan. Menurut Salsabilla (2017) makanan yang sehat merupakan faktor penting bagi setiap orang, tidak hanya membuat kenyang tetapi juga memberikan energi dan nutrisi untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Pola makan yang sehat sangat membantu dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan maksimal bagi remaja. Tubuh yang sehat membuat seseorang akan lebih bersemangat untuk bekerja, berpikir dan lebih produktif. Asupan makanan yang mengandung kalori yang berfungsi sebagai energi pembangun dimaksudkan agar anak mempunyai energi ketika mengikuti kegiatan pendidikan dan pembelajaran (Safaryani & Hartini 2017).

Makan pagi atau sarapan merupakan waktu makan yang paling penting sebelum memulai aktivitas di pagi hari, sarapan juga berpengaruh bagi kognitif remaja. Wijayanti (2023) menyatakan bahwa memulai hari dengan sarapan akan membantu seseorang untuk lebih berkonsentrasi dalam belajar maupun bekerja.

Sarapan memberikan nutrisi yang penting untuk otak sehingga dapat memacu otak dalam memusatkan pikiran (konsentrasi). Ahli gizi UGM, Hapsari (2022) menyatakan bahwa setelah 8 jam tidur tidak makan dan minum kadar glukosa di dalam tubuh rendah. Jika tidak mengonsumsi makanan setelah bangun tidur maka tubuh akan lemas karena tidak ada bahan bakar yang masuk. Selain itu sarapan juga mampu menjaga suasana hati atau *mood*, sarapan menjadi bahan energi yang membuat kondisi otak segar sehingga dapat memperbaiki *mood*. Melalui variasi menu sarapan yang bergizi, seseorang dapat memperoleh beragam vitamin, mineral, serat dan zat gizi penting lainnya yang dapat mendukung motivasi belajar.

Motivasi belajar santri merupakan aspek penting dalam proses pembelajaran, salah satu cara peningkatannya dapat melalui pemenuhan kebutuhan gizi santri dengan mempersiapkan menu sarapan yang bervariasi dan bergizi. Menurut Harianti (2013) menu yang kurang menggugah selera akan membuat seseorang merasa bosan dan kehilangan minat untuk mengonsumsinya, akibatnya makanan yang dikonsumsi lebih sedikit dan penyerapan nutrisi menurun. Variasi menu dapat meningkatkan nafsu makan dan juga motivasi belajar, menurut Badaruddin (2015). Motivasi belajar yaitu dorongan energi atau psikologis siswa yang melakukan suatu tindakan agar menguasai sesuatu yang baru berupa pengetahuan, keterampilan, kemampuan, kebiasaan dan sikap. Motivasi juga berfungsi sebagai sumber energi mental. Ketika seseorang sangat termotivasi untuk mencapai tujuan belajarnya, kemungkinan besar siswa akan mempertahankan tingkat fokus yang lebih tinggi. Apabila termotivasi maka siswa akan terdorong untuk belajar mencapai target dan tujuan karena siswa yakin dan sadar akan kepentingan dan manfaat dari belajar (Rahman, 2021).

Pesantren Nurul Fikri *Boarding School* Serang merupakan salah satu institusi pendidikan Islam yang mengintegrasikan pendidikan agama dan ilmu umum. Mengenai konteks ini pihak dapur pesantren menyediakan menu sarapan yang bergizi dan beragam agar meningkatkan motivasi belajar santri. Berdasarkan data rata-rata nilai PTS (Penilaian Tengah Semester) 2024 yang diperoleh terdapat 217 (52%) santri yang telah mencapai nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75, dan 198 (48%) santri yang belum mencapai nilai KKM. Hal tersebut menunjukkan hasil belajar santri SMA Islam Nurul Fikri *Boarding School* masih

kurang optimal. Sehubungan dengan penelitian Tokan & Imakulata (2019) menyatakan bahwa motivasi intrinsik secara langsung mempengaruhi perilaku pembelajaran dan prestasi belajar. Hasil presurvey juga menunjukkan sebanyak 70% santri menyatakan tidak selalu merasa bersemangat saat belajar, selain itu permasalahan lain yang ada di SMA Islam Nurul Fikri *Boarding School* Serang yaitu sebanyak 85% santri menyatakan bahwa tidak menghabiskan sarapan dikarenakan tidak suka dengan jenis menu tertentu terutama makanan yang terlalu berminyak seperti soto dan makanan dengan rasa pedas seperti *spaghetti* dan ketoprak.

Pemilihan menu sarapan yang bergizi dapat membantu otak untuk meningkatkan fokus belajar. Pada penelitian Sudarto dkk. (2022) menyatakan, terdapat pengaruh yang signifikan antara jenis sarapan pagi dengan semangat belajar siswa kelas IV SD Negeri 22 Jeppe'e. Sarapan yang memiliki gizi yang cukup akan berpengaruh terhadap belajar siswa. Pada penelitian Zhafirah (2018) ditemukan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara kebiasaan sarapan bergizi dengan konsentrasi belajar siswa. Hasil penelitian Setyawati dkk. (2018) menyatakan bahwa mengonsumsi sarapan bergizi di pagi hari dapat meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar siswa lebih baik dibandingkan kelompok siswa yang tidak sarapan pagi.

Mengingat pentingnya variasi menu sarapan, terutama dalam konteks pendidikan dan motivasi belajar, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara variasi menu sarapan dengan motivasi belajar santri SMA di Pesantren Nurul Fikri *Boarding School* Serang.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Ada beberapa santri yang tidak sarapan pagi sebelum berangkat sekolah
2. Ada beberapa menu sarapan pagi yang tersisa atau tidak dihabiskan sesuai porsi
3. Ada beberapa menu sarapan yang tidak disukai santri
4. Ada beberapa santri yang merasa kurang termotivasi saat belajar

### 1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka batasan penelitian ini hanya meneliti tentang hubungan antara variasi menu sarapan dengan motivasi belajar santri SMA di pesantren Nurul Fikri *Boarding School* Serang.

### 1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara variasi menu sarapan dengan motivasi belajar santri SMA di pesantren Nurul Fikri *Boarding School* Serang?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variasi menu sarapan dengan motivasi belajar santri SMA di pesantren Nurul Fikri *Boarding School* Serang.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagi Penulis
  - a. Sebagai persyaratan kelulusan pada program studi Pendidikan Tata Boga Universitas Negeri Jakarta.
  - b. Untuk menambah wawasan dan pengetahuan yang berkaitan dengan masalah yang diteliti, yaitu variasi menu sarapan dan motivasi belajar.
  - c. Sebagai bahan latihan untuk menerapkan teori dan mengembangkan ilmu yang telah diterima di bangku kuliah.
2. Bagi Lembaga
  - a. Mendapatkan gambaran menyeluruh mengenai variasi menu sarapan di pesantren Nurul Fikri *Boarding School* Serang
  - b. Memberikan rekomendasi evaluasi yang dapat diimplementasikan oleh lembaga yang bersangkutan. Untuk memperoleh informasi tentang menu sarapan pagi yang mempengaruhi motivasi belajar santri.
  - c. Sebagai referensi dalam pemenuhan pelayanan makanan (sarapan) untuk peningkatan motivasi belajar santri.
  - d. Memberikan kepercayaan kepada orang tua santri terhadap jaminan kuantitas dan kualitas layanan kebutuhan menu sarapan bagi anaknya di pesantren.

3. Bagi Program Studi
  - a. Menjadi sumber informasi bagi program studi mengenai hubungan antara variasi menu sarapan dengan motivasi belajar santri SMA di pesantren.
  - b. Menambah referensi terkait mengenai hubungan variasi menu sarapan dengan motivasi belajar santri di pesantren. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber rujukan untuk penelitian selanjutnya.
4. Bagi masyarakat
  - a. Sebagai acuan orang tua santri dalam menyekolahkan anaknya di pesantren Nurul Fikri *Boarding School* Serang.
  - b. Kepercayaan terhadap kualitas dan kuantitas pemenuhan layanan makanan di pesantren Nurul Fikri *Boarding School* Serang.

