

INTISARI

Latar belakang : Untuk mencapai prestasi atlet yang maksimal pada suatu cabang olahraga yang digeluti, diperlukan sistem pelatihan yang optimal, termasuk ketersediaan dan kecukupan gizi yang sesuai dengan jenis olahraganya. Di Indonesia, bibit-bibit atlet yang didapatkan dari berbagai daerah akan mengikuti Pusat Latihan Daerah (PUSLATDA). Banyak hal yang harus diperhatikan berkaitan dengan kegiatan penyediaan makanan untuk atlet yang tinggal di asrama pemusatan latihan. Proses penyelenggaraan makanan memberikan pengaruh yang besar untuk konsumennya.

Tujuan : Mengetahui pengaruh persepsi atlet pada menu makanan yang diberikan oleh pihak asrama terhadap tingkat asupan zat gizi makro, vitamin C, dan juga kalsium.

Metode : Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan metode *cross-sectional*. Subyek penelitian sebanyak 24 atlet dari cabang olahraga taekwondo, karate, dan pencak silat PPLP Jawa Tengah. Variabel penelitian adalah persepsi atlet pada menu makanan dan tingkat asupan zat gizi makro, vitamin C, dan kalsium. Persepsi atlet dinilai menggunakan kuesioner persepsi, sedangkan variabel tingkat asupan diukur menggunakan kuesioner *food record*. Analisis statistik yang digunakan adalah uji Pearson dan Spearman.

Hasil : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi responden pada menu makan terhadap tingkat asupan zat gizi makro, vitamin C, dan kalsium ($p > 0,05$) dari makanan asrama. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi responden pada menu makan terhadap tingkat asupan energi, protein, dan lemak dari makanan luar asrama ($p < 0,05$).

Kesimpulan : Persepsi responden pada menu makan tidak memiliki hubungan dengan tingkat asupan zat gizi makro, vitamin C, dan kalsium dari makanan asrama.

Kata Kunci : persepsi, menu, atlet, asrama, asupan, zat gizi

ABSTRACT

Background : To accomplish their best performance, athletes need an optimal training regimen that is including adequate nutrition intake based on their sports. In Indonesia, young athletes go to a training center managed by Dinas Pemuda dan Olahraga and live at a dormitory together. Providing food for athlete need to be managed cautiously as it can be affecting the athlete's performance.

Objective : To determine the correlation between perception on menu towards the intake of macronutrient, vitamin C, and calcium.

Methods : This study was an observational study using cross-sectional method. The subjects of this study was Taekwondo, Karate, and Pencak Silat athletes from Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Jawa Tengah with total sample of 24 athletes. Variable of this study were athlete's perception on menu variety of food given by the dormitory, and athlete's intake of macronutrient, vitamin C, and calcium. Perception on menu variety was measured using validated questioner. Nutrient intake was assessed using 3 days food record. The correlation was analyzed using Pearson Correlation and Spearman Test.

Results : Perception on menu had no correlation with intake of macronutrient, vitamin C, and calcium from dormitory food ($p > 0,05$). Perception on menu correlated with intake of energy, protein, and fat from meal from outside of the dormitory ($p < 0,05$).

Conclusion : Perception on menu variety had no correlation with intake of macronutrient, vitamin C, and calcium of athlete dormitory meal.

Key Word : perception, menu, athlete, dormitory, nutrient intake.