

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Pelayanan Gizi Rumah Sakit

Pelayanan gizi di rumah sakit merupakan pelayanan yang diberikan kepada pasien dengan mempertimbangkan beberapa kondisi seperti kondisi klinis, status gizi, dan status metabolisme tubuh. Bentuk kegiatan pelayanan gizi di rumah sakit yaitu asuhan gizi rawat jalan, asuhan gizi rawat inap, penyelenggaraan makanan, serta penelitian dan pengembangan (Kemenkes RI, 2013).

2. Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit

a. Definisi

Penyelenggaraan makanan rumah sakit merupakan serangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan, pemasakan bahan makanan, distribusi dan pencatatan, pelaporan serta evaluasi (Kemenkes RI, 2013). Menurut Kemenkes (2018) penyelenggaraan makanan rumah sakit merupakan penyelenggaraan terkompleks jika dibandingkan dengan penyelenggaraan makanan di fasilitas pelayanan kesehatan lainnya seperti puskesmas perawatan atau klinik perawatan. Penyelenggaraan makanan rumah sakit pemerintah

termasuk ke dalam penyelenggaraan makanan yang bersifat non-komersial. (Routa & Siregar, 2015)

b. Tujuan

Penyelenggaraan makanan rumah sakit bertujuan untuk menyediakan makanan yang berkualitas sesuai kebutuhan gizi, biaya, aman, dan dapat diterima oleh konsumen guna mencapai status gizi yang optimal (Kemenkes RI, 2013).

3. Standar Umum Makanan Rumah Sakit

Standar makanan di definisikan sebagai susunan bahan makanan dipergunakan berdasarkan jenis makanan. Standar makanan biasanya diterapkan pada institusi rumah sakit. Standar makanan pada institusi rumah sakit meliputi makanan biasa, makanan lunak, makanan saring dan makanan cair. (Routa dan Siregar, 2015).

a. Makanan Biasa

Almatsier (2010) mendefinisikan makanan biasa sebagai makanan yang sama dengan makanan sehari-hari yang beraneka ragam, bervariasi, dengan bentuk, tekstur, dan aroma yang normal. Susunan makanan mengacu pada Pola Menu Seimbang dan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan bagi orang dewasa sehat. Makanan biasa diberikan kepada pasien yang berdasarkan penyakitnya tidak memerlukan makanan khusus (diet). Meskipun tidak ada pantangan secara khusus, makanan sebaiknya diberikan

dalam bentuk yang mudah dicerna dan tidak merangsang pada saluran cerna.

b. Makanan Lunak

Makanan lunak adalah makanan yang memiliki tekstur mudah dikunyah, ditelan dan dicerna dibandingkan makanan biasa. Makanan ini mengandung cukup zat-zat gizi, asalkan pasien mampu mengonsumsi makanan dalam jumlah cukup. Menurut keadaan penyakit, makanan lunak dapat diberikan langsung kepada pasien atau sebagai perpindahan dari makanan saring ke makanan biasa. (Almatsier, 2010).

c. Makanan Saring

Makanan saring adalah makanan semipadat yang mempunyai tekstur lebih halus daripada makanan lunak, sehingga lebih mudah ditelan dan dicerna. Menurut keadaan penyakit, makanan saring dapat diberikan langsung kepada pasien atau merupakan perpindahan dari makanan cair kental ke makanan lunak. (Routa & Siregar, 2015).

d. Makanan Cair

Makanan cair adalah makanan yang mempunyai konsistensi cair hingga kental. Makanan ini diberikan kepada pasien yang mengalami gangguan mengunyah, menelan dan mencernakan makanan yang disebabkan oleh menurunnya kesadaran, suhu tinggi, rasa mual, muntah pasca perdarahan saluran cerna, serta pra dan

pasca bedah. Makanan dapat diberikan secara oral atau parenteral. Menurut konsistensi makanan cair terdiri atas tiga jenis, yaitu makanan cair jernih, makanan cair pebuh, dan makanan cair kental (Almatsier, 2010).

4. Lauk Hewani

Lauk hewani merupakan hidangan dalam suatu acara dimana bahan dasar pembuatannya berasal dari sumber hewani atau dengan tambahan bahan lain. Proses pengolahan lauk hewani dapat dilakukan dengan cara digoreng, direbus, dipanggang maupun dikukus (Moehyi, 1992). Lauk hewani merupakan sumber protein yang kaya akan asam amino esensial, yang tidak dapat disintesis oleh tubuh. Lauk hewani berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan organ-organ sehingga harus ada dalam makanan.

Menurut Almatsier (2010) bahan makanan hewani merupakan sumber protein yang baik, ditinjau dari segi jumlah maupun kualitasnya. Bahan makanan hewani pada umumnya memiliki susunan asam amino yang paling sesuai bagi kebutuhan manusia. Tarwotjo, C.S. (1998) mengelompokkan bahan makanan sumber protein hewani menjadi :

a. Daging

Macam daging yang dikonsumsi berupa daging sapi, kerbau, kambing. Daging mengandung zat protein, lemak, kolesterol, zat besi,

kalsium, pospor dan vitamin B kompleks. Zat protein dan lemak hewani mudah dicerna dan mempunyai nilai biologi tinggi.

b. Unggas

Unggas adalah hewan ternak kelompok burung yang memiliki sayap, berbulu, berkaki dua, memiliki paruh, dan berkembang biak dengan cara bertelur yang dimanfaatkan daging maupun teurnya. Hewan yang termasuk unggas adalah ayam, itik, angsa, burung, dan kalkun.

c. Ikan

Ikan merupakan sumber zat protein yang sangat baik, mudah dicerna, mudah dimasak dan cepat matang serta memiliki rasa yang enak. Lemak atau minyak ikan mengandung asam lemak tak jenuh omega-3, terutama ikan yang hidup di laut dalam, yang dapat menurunkan kadar lemak darah dan dapat mencegah gumpalan trombosit.

5. Lauk Nabati

Lauk nabati merupakan bahan makanan yang bersumber dari protein nabati. Bahan makanan ini terdiri dari kelompok kacang – kacangan dan hasil olahannya, seperti tempe dan tahu. Harga sumber protein nabati lebih murah dibandingkan sumber protein hewani. Protein kacang – kacangan mempunyai nilai gizi lebih rendah dibandingkan dengan protein dari jenis daging (protein hewani). Apabila protein hewani termasuk kualitas lengkap (kualitas sempurna), maka protein kacang – kacangan hanya mencapai nilai kualitas setengah

sempurna, bahkan banyak yang berkualitas protein tidak sempurna (protein tidak lengkap) (Ahmacd Djaeni Sediaoetama, 1989).

Lauk nabati merupakan hidangan tambahan dimana bahan dasar pembuatannya berasal dari kacang-kacangan dan hasil olahannya. Proses pengolahan lauk nabati dapat dilakukan dengan cara digoreng, dikukus, atau dicampurkan dengan hidangan lainnya, seperti dicampurkan dengan sayuran (Moehyi, 1992).

6. Sayuran Berkuah

Sayuran merupakan bahan makanan yang berasal dari tumbuhan (bahan makanan nabati). Bagian tumbuhan yang dapat dibuat sayur adalah daun (sebagian besar sayur adalah daun), batang (wortel), bunga (jantung pisang), buah muda (kacang panjang, labu, nangka muda), dapat dikatakan bahwa semua bagian tumbuhan dapat dijadikan bahan makanan sayur (Ahmacd Djaeni Sediaoetama, 1989).

Sayur merupakan suatu sajian berkuah yang merupakan kelengkapan nasi yang dapat dimakan dengan atau tanpa nasi. Sayur biasanya berisi kuah dan bahan pokok sayuran atau dapat pula ditambahkan dengan bahan lain seperti bahan hewani atau tumbuh-tumbuhan seperti produknya (makaroni, soun). Bahan yang digunakan dalam masakan sayur dapat berupa air, kaldu, atau santan. Bumbu yang digunakan bisa bervariasi tergantung rasa yang diinginkan, karena bumbu yang digunakan tiap daerah berbeda-beda. Sayuran diklasifikasikan

menjadi 3 jenis yaitu sayuran berkuah banyak, sayuran berkuah sedikit (tumis) dan sayuran tanpa kuah (Handayani & Murwanti, 2011)

Menurut Amrihati & Karina (2017) sayuran berkuah banyak terbagi menjadi dua macam yaitu sayuran berkuah menggunakan santan dan tidak menggunakan santan. Contoh sayuran berkuah menggunakan santan yaitu gulai sayuran, lodeh, kare sayuran, sambal goreng sayuran, bobor dan sayur gurih sedangkan contoh sayuran berkuah tidak menggunakan santan yaitu sayur bening bayam, bening daun katuk, sayur asem, dan sup sayuran.

7. Suhu

Suhu merupakan suatu penunjuk panas atau dinginnya suatu keadaan. Suhu makanan erat kaitannya dengan peningkatan mikroba di dalam makanan (Arisman, 2009). Makanan dengan suhu yang berdekatan dengan suhu tubuh manusia yaitu 37°C merupakan media pertumbuhan bakteri yang sangat pesat. Pertumbuhan bakteri akan mengalami perlambatan jika berada pada suhu lebih rendah atau lebih tinggi dari 37°C . Pada suhu kurang dari 10°C bakteri sama sekali tidak tumbuh dan pada suhu lebih dari 60°C bakteri mulai mati (Amaliyah, 2017).

Suhu merupakan titik kritis yang menentukan pertumbuhan berbagai macam bakteri pada makanan, terutama makanan matang. Bakteri akan membelah diri setiap 20-30 menit sekali. Suhu optimum

untuk pertumbuhan bakteri yaitu $28^{\circ}\text{C} - 47^{\circ}\text{C}$ (Adams dan Moss, 2006). Menurut Yunita dkk (2014) suhu aman untuk makanan yaitu $\leq 4^{\circ}\text{C}$ dan $\geq 60^{\circ}\text{C}$. Apabila suhu berada pada rentang $4^{\circ}\text{C} - 60^{\circ}\text{C}$ (*danger zone*) maka akan terjadi pertumbuhan bermacam bakteri. Dengan demikian upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah pertumbuhan bakteri pada makanan ialah menjaga agar makanan tidak berada pada suhu $4^{\circ}\text{C}-60^{\circ}\text{C}$.

a. Suhu Makanan Matang

Menurut Kemenkes RI (2013) pengaturan suhu pengolahan paling rendah yaitu 90°C . Hal ini bertujuan agar kuman pathogen mati. Pengolahan dengan suhu demikian tidak boleh terlalu lama karena dapat mengakibatkan kandungan zat gizi hilang akibat penguapan.

Makanan matang disimpan pada suhu yang berbeda-beda berdasarkan jenis makanannya. Makanan kering yang disajikan dalam waktu lama disimpan pada suhu 25°C s/d 30°C . Makanan basah (berkuah) yang akan segera disajikan disimpan pada suhu $>60^{\circ}\text{C}$ dan makanan yang belum segera disajikan disimpan pada suhu -10°C . Makanan cepat basi seperti santan, telur dan susu yang akan segera disajikan disimpan pada suhu $\geq 65.5^{\circ}\text{C}$ dan yang belum segera disajikan disimpan pada suhu -5°C s/d -1°C . Jenis makanan yang disajikan dingin yang akan segera disajikan disimpan pada

suhu 5°C s/d 10°C dan yang belum segera disajikan disimpan pada suhu $<10^{\circ}\text{C}$ (Kemenkes RI, 2013).

Amaliyah (2017) menjelaskan bahwa makanan kering atau goreng-gorengan disimpan pada suhu kamar yaitu $25-30^{\circ}\text{C}$. Makanan basah seperti kuah, sop dan gulai harus segera disajikan pada suhu diatas 60°C . Makanan basah yang masih lama disajikan disimpan pada suhu di bawah 10°C .

b. Suhu Penyajian Makanan

Salah satu prinsip dalam penyajian makanan adalah prinsip panas. Prinsip panas mengharuskan makanan disajikan dalam keadaan panas hal ini bertujuan untuk mencegah pertumbuhan bakteri dan meningkatkan selera makan. Panas dalam keadaan panas dengan memperhatikan suhu makanan, sebelum ditempatkan dalam alat saji panas yaitu *food warmer* atau *bean merry* makanan harus berada pada suhu $>60^{\circ}\text{C}$ (Kemenkes RI, 2013).

8. Cara Penggunaan Thermometer Makanan

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menggunakan thermometer makanan, sebagai berikut :

1. Pastikan bahwa termometer itu bersih dan kering;
2. Letakkan probe di dalam makanan dan tunggu hingga catatan ukuran suhu telah stabil sebelum membaca ukuran suhu;

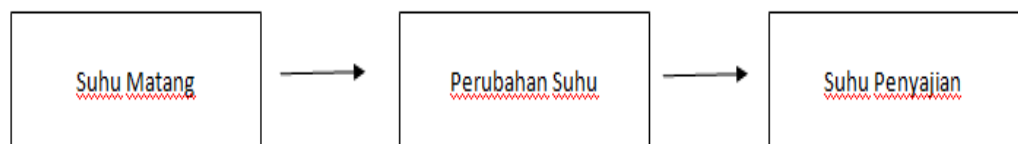
3. Mengukur bagian lain makanan karena suhu mungkin tidak sama, misalnya, jika makanan didinginkan dalam lemari es, bagian atas makanan bisa lebih dingin dari bagian tengah;
4. Bersihkan dan sterilkan termometer sesudah mengukur suhu suatu makanan dan sebelum mengukur suhu dari makanan lain;
5. Jika menggunakan termometer untuk mengukur makanan yang dingin atau panas, tunggu hingga thermometer kembali ke suhu ruang antara waktu-waktu mengukur;
6. Mengukur suhu dari bermacam makanan dalam lemari es atau unit pameran karena ada bagian-bagian yang lebih dingin dan lebih panas di dalam lemari es atau unit pameran; dan
7. Mengukur suhu makanan dalam paket yang didinginkan dengan menaruh sepanjang termometer antara dua paket suhu akan ditaksir sedangkan paket tetap utuh (ANZFA, 2001).

B. Landasan Teori

Ruang lingkup penyelenggaraan makanan rumah sakit meliputi produksi dan distribusi makanan (Kemenkes RI, 2013). Bagian terakhir dari proses pengolahan bahan makanan ialah proses penyajian makanan. Makanan yang disajikan harus baik dan laik santap. Salah satu prinsip penyajian makanan ialah prinsip panas, yaitu prinsip penyajian makanan dimana factor suhu makanan penting diperhatikan Suhu merupakan suatu penunjuk panas atau dinginnya suatu keadaan. Suhu makanan erat kaitannya dengan peningkatan

mikroba di dalam makanan (Arisman, 2009). Bakteri akan membelah diri setiap 20-30 menit sekali. Suhu optimum untuk pertumbuhan bakteri yaitu $28^{\circ}\text{C} - 47^{\circ}\text{C}$. (Adams dan Moss, 2006). Menurut Yunita dkk (2014) suhu aman untuk makanan yaitu $\leq 4^{\circ}\text{C}$ dan $\geq 60^{\circ}\text{C}$. Dengan demikian upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah pertumbuhan bakteri pada makanan ialah menjaga agar makanan tidak berada dalam suhu $4^{\circ}\text{C}-60^{\circ}\text{C}$.

C. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka konsep evaluasi suhu lauk hewani, lauk nabati dan sayuran berkuah

D. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana evaluasi suhu lauk hewani, lauk nabati dan sayuran berkuah menu non diet yang disajikan bagi pasien kelas 3 di RS X?
2. Bagaimana suhu lauk hewani menu non-diet yang disajikan bagi pasien kelas 3 di RS X?
3. Bagaimana suhu lauk nabati menu non diet yang disajikan bagi pasien kelas 3 di RS X?
4. Bagaimana suhu sayuran berkuah menu non diet yang disajikan bagi pasien kelas 3 di RS X?