

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Penyelenggaraan Makanan Institusi

a. Pengertian

Penyelenggaraan makanan merupakan rangkaian 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 yang dilaksanakan dalam rangka penyediaan makanan bagi kelompok di sebuah institusi guna mencapai status gizi yang optimal⁹. Tujuan penyelenggaraan makanan adalah menyediakan makanan yang berkualitas baik, bervariasi, memenuhi kecukupan gizi, dapat diterima, dan menyenangkan konsumen dengan memperhatikan standar higiene dan sanitasi yang tinggi termasuk macam peralatan dan sarana yang digunakan¹.

b. Bentuk Pelayanan Makanan yang akan Diselenggarakan

Bentuk pelayanan makanan penyelenggaraan makanan institusi dapat dilakukan melalui cara berikut⁷ :

1) Swakelola

Institusi menyiapkan dan memasak sendiri makanan kepada konsumen. Institusi menyiapkan seluruh fasilitas yang diperlukan, seperti ruangan dan peralatan untuk mengolah dan menyajikan makanan, tenaga, dan biaya yang diperlukan. Cara seperti ini biasanya diterapkan dalam penyelenggaraan makanan di rumah sakit, panti asuhan, lembaga permasyarakatan, dll.

2) Diborongkan ke Jasa Boga (*Out-sourcing*)

Institusi tidak menyiapkan dan tidak memasak sendiri makanan yang diperlukan, tetapi menyerahkannya kepada usaha jasa boga atau catering untuk memasok makanan yang diperlukan. Institusi hanya menyediakan fasilitas berupa ruang penyajian makanan, peralatan makanan, dan tenaga untuk menyajikan makanan. Biasanya cara ini diterapkan dalam penyelenggaraan makanan pada pusat industri, sekolah, dll.

3) Kantin atau Kafetaria

Institusi tidak menyiapkan, tidak memasak makanan yang diperlukan, dan tidak pula menyelenggarakan penyajian makanan kepada konsumen. Fasilitas yang disediakan oleh institusi hanya ruangan – ruangan, sedangkan perlengkapan lain serta tenaga pelaksana diserahkan kepada usaha jasa boga dari luar institusi tersebut.

c. Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi

Manajemen merupakan suatu proses yang terdiri dari perencanaan (*planning*), organisasi dan ketenagaan (*organizing*), pelaksanaan (*actuating*), dan pengawasan (*controlling*) yang dilaksanakan untuk mencapai tujuan akhir yaitu mendapatkan kualitas dan cita rasa makanan yang tinggi sehingga dapat memuaskan konsumen dengan menggunakan manusia dan sumber daya lainnya¹.

1) Perencanaan (*Planning*)

Perencanaan merupakan serangkaian tindakan yang dilakukan untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan. Dengan adanya perencanaan dapat ditetapkan berbagai masukan yang diperlukan berkenaan dengan tenaga, biaya, peralatan, waktu, dll. Pada tahap awal kegiatan penyelenggaraan makanan perlu perencanaan mengenai kebutuhan sarana fisik, peralatan pengolahan dan penyajian makanan, tenaga pelaksana, sesuai dengan kebutuhan sehingga nantinya kegiatan penyelenggaraan makanan dapat berjalan dengan baik¹.

2) Organisasi dan Ketenagaan (*Organizing*)

Organisasi dalam penyelenggaraan makanan adalah kelompok kegiatan, tugas, dan fungsi masing – masing unit kerja yang ada dalam organisasi itu serta hubungan kerja antara masing – masing unit kerja. Penyelenggaraan makanan

merupakan suatu proses rangkaian kegiatan yang melibatkan banyak orang, maka diperlukan pengorganisasian yang baik guna mendapatkan hasil yang memuaskan⁷.

Masalah ketenagaan masih merupakan titik yang paling lemah dalam penyelenggaraan makanan. Beberapa penyelenggaraan makanan institusi terutama nonkomersial, masih menggunakan tenaga yang hanya mengandalkan bakat alamiah, bukan tenaga profesional. Adapun jenis tenaga kerja yang diperlukan dalam kegiatan penyelenggaraan makanan dapat dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu kelompok tenaga pengelola, kelompok tenaga pelaksana, dan kelompok tenaga pembantu pelaksana⁷.

3) Pelaksanaan Penyelenggaraan Makanan (*Actuating*)

Penyelenggaraan makanan merupakan rangkaian kegiatan, dimulai dari perencanaan menu makanan sampai makanan yang dihasilkan dapat disajikan. Rangkaian kegiatan pelaksanaan penyelenggaraan makanan sebagai berikut :

a) Perencanaan menu

Menu merupakan hidangan yang disajikan dalam suatu acara makan, baik makan pagi, makan siang maupun makan malam. Dalam penyelenggaraan makanan institusi, menu dapat disusun untuk jangka waktu yang cukup lama, misalnya menu untuk tujuh hari atau sepuluh hari⁷. Adapun

perencanaan menu merupakan rangkaian kegiatan untuk menyusun suatu hidangan dalam variasi yang serasi yang bertujuan untuk memuaskan konsumen⁹. Tujuan perencanaan menu adalah tersedianya menu yang sesuai dengan tujuan sistem penyelenggaraan makanan, baik komersial maupun nonkomersial¹⁰.

Terdapat kaidah dalam menyusun menu, yaitu *balance* dan bervariasi. *Balance* artinya adanya keseimbangan dalam rasa, warna, dan penggunaan bahan makanan. Sehingga dalam menyusun menu sebaiknya tidak terjadi pengulangan warna, bahan, bentuk, dan rasa pada satu kali makan. Sedangkan bervariasi artinya tidak boleh terjadi penggunaan hidangan yang sama dalam satu kali makan¹⁰. Menu yang dianggap lazim di Indonesia, umumnya terdiri dari susunan hidangan makanan pokok, lauk-pauk, sayur, dan buah – buahan⁷.

b) Pengadaan bahan makanan

Pengadaan bahan makanan dapat dilakukan melalui pemesanan atau pembelian sendiri. Pengadaan bahan makanan melalui pemasok (leveransir) biasanya dilakukan oleh penyelenggara makanan institusi⁷.

c) Penerimaan bahan makanan

Penerimaan bahan makanan adalah suatu kegiatan meliputi pemeriksaan / penelitian, pencatatan dan pelaporan tentang macam, kualitas, dan kuantitas bahan makanan yang diterima sesuai dengan pesanan serta spesifikasi yang telah ditetapkan. Adapun prasyarat penerimaan bahan makanan meliputi tersedianya rincian pesanan bahan makanan dan spesifikasi bahan makanan¹¹.

d) Penyimpanan bahan makanan

Penyimpanan bahan makanan bertujuan agar tersedia bahan makanan siap pakai dengan kualitas dan kuantitas yang tepat sesuai dengan perencanaan. Adapun prasyarat penyimpanan bahan makanan meliputi adanya sistem penyimpanan barang, tersedianya fasilitas ruang penyimpanan, dan tersedianya stok / buku catatan keluar masuknya bahan makanan¹¹.

e) Persiapan bahan makanan

Persiapan bahan makanan adalah kegiatan yang dilakukan dalam rangka menyiapkan bahan makanan, alat, dan bumbu sebelum dilakukan pemasakan. Atau dengan kata lain bahwa persiapan adalah kegiatan dimana bahan makanan siap untuk diolah¹¹. Adapun prasyarat dalam persiapan bahan makanan meliputi tersedianya bahan

makanan yang akan dipersiapkan, peralatan persiapan, mekanisme persiapan, standar potongan dan bentuk, serta standar porsi dan standar resep¹⁰.

f) Pengolahan Bahan Makanan

Pengolahan bahan makanan merupakan suatu kegiatan mengubah (memasak) makanan mentah menjadi makanan siap dimakan, berkualitas, dan aman untuk dikonsumsi¹². Adapun prasyarat pengolahan bahan makanan ialah tersedianya siklus menu, peraturan penggunaan bahan tambahan pangan, bahan makanan yang akan diolah, peralatan pengolahan bahan makanan, aturan penilaian, dan prosedur tetap pengolahan¹¹.

g) Penyimpanan Makanan Masak

Penyimpanan makanan masak harus memperhatikan persyaratan penyimpanan makanan masak, yaitu wadah yang digunakan untuk menyimpan makanan harus terpisah untuk setiap jenis makanan jadi dan disimpan dalam kondisi tertutup, makanan jadi tidak dicampur dengan bahan makanan mentah, serta suhu penyimpanan makanan¹³.

h) Distribusi Makanan

Distribusi makanan dalam penyelenggaraan makanan adalah proses memindahkan makanan dari dapur ke tangan konsumen. Proses ini sangat perlu untuk dijaga

kesesuaian peralatannya agar makanan tetap diterima konsumen dalam keadaan baik, suhunya sesuai, dan terhindar dari cemaran / kontaminasi mikroba¹⁴.

Menurut Kemenkes RI (2013), selama distribusi makanan harus memperhatikan wadah penyimpanan makanan masak, yaitu setiap makanan masak memiliki wadah yang terpisah, pemisahan didasarkan pada jenis makanan, dan setiap wadah harus memiliki tutup tetapi tetap berventilasi serta alat pengangkutan khusus¹³.

i) Penyajian Makanan

Penyajian makanan merupakan rangkaian akhir dari perjalanan makanan. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam penyajian makanan meliputi wadah yang digunakan, suhu makanan, dan hygiene tenaga penyaji¹³.

4) Pengawasan (*Controlling*)

Pengawasan merupakan salah satu fungsi manajemen yang mengusahakan agar kegiatan terlaksana sesuai dengan rencana dan kebijakan yang ditetapkan dapat mencapai sasaran yang dikehendaki¹³. Kegiatan pengawasan dalam penyelenggaraan makanan dilakukan untuk menghasilkan output (keluaran) berupa penyelenggaraan makanan yang berkualitas dengan pelayanan yang layak atau efisien, dapat dinilai dari mutu makanan, kepuasan konsumen, dan keuntungan¹.

Adapun kegiatan pengawasan dalam penyelenggaraan makanan mencakup pengawasan terhadap cita rasa, kesesuaian diet, keamanan makanan, serta pengawasan terhadap penggunaan berbagai faktor produksi, yaitu penggunaan biaya, penggunaan bahan makanan, penggunaan peralatan, dan penggunaan tenaga kerja⁷.

2. Evaluasi

a. Pengertian

Evaluasi merupakan suatu proses atau kegiatan pemilihan, pengumpulan, analisis, dan penyajian informasi yang dapat digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan serta penyusunan program selanjutnya (Stark & Thomas, 1994). Sementara menurut Stufflebeam dan Shinkifield (1985) menyatakan bahwa evaluasi adalah penyediaan informasi yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam mengambil keputusan¹⁵.

Adapun tujuan evaluasi adalah untuk memperoleh informasi yang akurat dan objektif tentang suatu program sehingga dapat dipergunakan untuk kepentingan penyusunan program berikutnya maupun kebijakan yang terkait dengan program¹⁵. Evaluasi dalam penyelenggaraan makanan bertujuan untuk menilai pelaksanaan kegiatan sesuai dengan rencana dan kebijaksanaan yang disusun sehingga dapat mencapai sasaran yang dikehendaki¹³.

b. Model Evaluasi

Model evaluasi merupakan desain evaluasi yang dikembangkan oleh ahli evaluasi¹⁵. Ada banyak model evaluasi yang dikembangkan oleh para ahli yang dapat dipakai dalam mengevaluasi program, salah satunya adalah model evaluasi yang dikembangkan oleh Stufflebeam. Model evaluasi yang dikembangkan adalah model CIPP (*Context, Input, Process, Output*). Konsep model CIPP ini beranggapan bahwa tujuan evaluasi bukan membuktikan, tetapi untuk memperbaiki. Stufflebeam membagi model evaluasi menjadi empat macam, yaitu:

1) Evaluasi Konteks (*Context Evaluation*)

Evaluasi konteks mencakup analisis masalah yang berkaitan dengan lingkungan program atau kondisi objektif yang akan dilaksanakan. Berisi tentang analisis kekuatan dan kelemahan objek tertentu¹⁶.

2) Evaluasi Masukan (*Input Evaluation*)

Evaluasi masukan membantu mengatur keputusan, menentukan sumber – sumber yang ada, alternatif apa yang diambil, apa rencana dan strategi untuk mencapai tujuan, dan bagaimana prosedur kerja untuk mencapainya¹⁶. Komponen evaluasi masukan dalam penyelenggaraan makanan meliputi tenaga kerja, biaya, bahan makanan, peralatan, metode, dan konsumen¹⁷.

3) Evaluasi Proses (*Process Evaluation*)

Evaluasi proses dalam penyelenggaraan makanan meliputi sistem pengadaan (mulai dari perencanaan menu sampai penyimpanan), produksi atau pengolahan (mulai dari persiapan sampai pemasakan), dan sistem distribusi makanan, penerapan hygiene sanitasi dan keselamatan kerja¹⁷.

4) Evaluasi Produk / Hasil (*Product Evaluation*)

Evaluasi produk adalah hasil akhir dari penyelenggaraan makanan yaitu makanan yang bermutu dan sistem pelayanan atau penyajian makanan yang tepat dan efisien serta sesuai dengan kondisi dan harapan dari konsumennya¹⁷.

3. Standar Porsi

Standar porsi adalah rincian macam dan jumlah bahan makanan dalam berat bersih mentah untuk setiap hidangan¹. Pada penyelenggaraan makanan perlu adanya standar porsi untuk mempertahankan kualitas suatu makanan yang dihasilkan. Porsi makanan akan berpengaruh terhadap nilai gizi setiap hidangan untuk memenuhi kecukupan gizi seseorang³. Standar porsi disusun sesuai dengan standar gizi untuk kelompok konsumen, sehingga dengan porsi yang terstandar akan dapat membantu terpenuhinya asupan zat gizi konsumen.

Sebagai pedoman untuk menetapkan standar porsi makanan disusun daftar bahan makanan penukar. Setiap golongan bahan makanan disusun daftar bahan makanan dalam jumlah (dinyatakan dalam ukuran rumah tangga dan gram) yang zat gizinya rata – rata setara (ekuivalen)¹⁸. Tabel 1. menjelaskan mengenai anjuran jumlah porsi menurut kecukupan energi untuk mahasiswa.

Tabel 1. Anjuran Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi untuk Mahasiswa

Bahan Makanan	Laki – laki 2725 kkal	Perempuan 2250 kkal	Rata – Rata 2500 kkal
Nasi	8 p	5 p	6 ½ p
Daging	3 p	3 p	3 p
Tempe	3 p	3 p	3 p
Sayur	3 p	3 p	3 p
Buah	5 p	5 p	5 p
Minyak	7 p	5 p	6 p
Gula Pasir	2 p	2 p	2 p

Sumber : Kemenkes RI, 2014¹⁹

Adapun anjuran jumlah porsi tersebut dibagi berdasarkan waktu makan seperti pada Tabel 2.

Tabel 2. Anjuran Pembagian Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi untuk Mahasiswa Berdasarkan Waktu Makan

Bahan Makanan	Makan Pagi		Makan Siang		Makan Malam	
	Penukar	Berat (gram)	Penukar	Berat (gram)	Penukar	Berat (gram)
Nasi	2p	200	2 ½ p	250	2p	200
Daging	1p	50	1p	50	1p	50
Tempe	1p	50	1p	50	1p	50
Sayur	1p	100	1p	100	1p	100
Buah	-	-	3p	300	2p	200
Minyak	2p	10	2p	10	2p	10
Gula	-	-	1p	10	1p	10

Sumber : Kemenkes RI, 2014¹⁹

Menurut Muchatob (2001), pengawasan standar porsi dibutuhkan untuk mempertahankan kualitas suatu makanan yang dihasilkan. Hal ini tentu akan mempengaruhi terpenuhinya kecukupan gizi seseorang. Standar porsi juga akan sangat mempengaruhi terhadap nilai gizi setiap hidangan²⁰.

4. Angka Kecukupan Gizi

a. Angka Kecukupan Gizi (AKG)

Angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) adalah suatu kecukupan rata – rata gizi setiap hari bagi semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, dan aktifitas tubuh untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Adapun kegunaan angka kecukupan gizi (AKG) adalah sebagai acuan dalam menilai kecukupan gizi, acuan dalam menyusun makanan sehari – hari termasuk perencanaan makanan di institusi, acuan perhitungan dalam perencanaan penyediaan tingkat regional maupun nasional, acuan pendidikan gizi, dan acuan label pangan yang mencantumkan informasi nilai gizi²¹.

Penggunaan angka kecukupan gizi ini berguna sebagai dasar perencanaan konsumsi pangan kelompok atau wilayah untuk mencapai status gizi dan kesehatan yang optimal, tidak dimaksudkan untuk menilai tingkat asupan zat gizi individu²². Dalam penyelenggaraan makanan institusi asrama, perlu

memperhatikan kecukupan gizi makanan yang akan disajikan sehingga dapat memenuhi kecukupan gizi mahasiswa asrama. Penyediaan makanan yang bervariasi sangat dianjurkan untuk memenuhi kecukupan gizi, hal itu disebabkan karena tidak ada satu jenis bahan makanan yang memiliki kandungan gizi lengkap, sehingga perlu adanya variasi bahan makanan untuk melengkapi zat – zat gizi yang dikandungnya¹⁸. Angka kecukupan gizi (AKG) yang digunakan dalam penyelenggaraan makanan institusi diperoleh dari hasil rata – rata angka kecukupan gizi laki – laki dan perempuan yang dianjurkan berdasarkan kelompok usia.

b. Angka Kecukupan Energi (AKE)

Energi merupakan salah satu hasil metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak. Energi berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu, dan kegiatan fisik. Pangan sumber energi adalah pangan sumber lemak, karbohidrat dan protein. Pangan sumber energi yang kaya lemak antara lain lemak/gajih dan minyak, buah berlemak (alpokat), biji berminyak (biji wijen, bunga matahari dan kemiri), santan, coklat, kacang-kacangan dengan kadar air rendah (kacang tanah dan kacang kedele), dan aneka pangan produk turunannya. Pangan sumber energi yang kaya karbohidrat antara lain beras, jagung, oat, sereal lain-lainnya, umbi-umbian, tepung, gula, madu, buah dengan kadar air rendah (pisang, kurma, dan lain lain) dan aneka produk turunannya.

Pangan sumber energi yang kaya protein antara lain daging, ikan, telur, susu dan aneka produk turunannya²².

Berdasarkan Permenkes RI tahun 2013, angka kecukupan gizi energi untuk mahasiswa (usia 19 – 29 tahun) seperti pada Tabel 3.

Tabel 3. Angka Kecukupan Gizi Energi untuk Mahasiswa

Jenis Kelamin	Energi (kkal)
Laki – Laki	2725
Perempuan	2250
Rata - Rata	2500

Sumber : Permenkes RI (2013)²¹

c. Angka Kecukupan Protein (AKP)

Protein terdiri atas rangkaian ikatan asam – asam amino yang memiliki fungsi utama untuk membentuk jaringan baru dan memperbaiki jaringan yang rusak¹⁸. Protein sangat penting bagi semua taraf kehidupan, mulai dari masa kanak – kanak, remaja yang sedang tumbuh, ibu hamil dan menyusui, dewasa, dan lanjut usia untuk pembentukan jaringan baru yang terjadi selama hidup²³. Terdapat dua sumber protein, yaitu protein hewani dan nabati. Sumber protein hewani meliputi daging, telur, susu, ikan, seafood, dan hasil olahannya. Sedangkan sumber protein nabati meliputi kedelai, kacang – kacangan dan hasil olahannya seperti tempe dan tahu²².

Berdasarkan Permenkes RI tahun 2013, angka kecukupan gizi protein untuk mahasiswa (usia 19 – 29 tahun) seperti pada Tabel 4.

Tabel 4. Angka Kecukupan Gizi Protein untuk Mahasiswa

Jenis Kelamin	Protein (gram)
Laki – Laki	62
Perempuan	56
Rata - Rata	59

Sumber : Permenkes RI (2013)²¹

5. Tingkat Kecukupan Energi

Tingkat kecukupan energi adalah jumlah asupan energi dari makanan dibandingkan dengan kecukupan gizi energi. BPS (2006) dalam WNPG (2004) menyatakan bahwa konsumsi makanan masyarakat dikatakan memadai jika memenuhi dua kriteria kecukupan, yaitu kecukupan energi dan protein²⁴. Adapun tingkat kecukupan energi dikategorikan seperti pada Tabel 5.

Tabel 5. Kategori Tingkat Kecukupan Energi

Kategori	Tingkat Kecukupan % AKE
Sangat Kurang	<70% AKE
Kurang	70 - <100% AKE
Normal	≥100% - <130% AKE
Lebih	>130% AKE

Sumber : Tana, L., dkk (2014)²⁵

Kekurangan asupan energi dalam jangka waktu yang cukup lama dapat mengakibatkan perubahan status gizi (menurunnya berat badan) dan keadaan kekurangan zat gizi yang lain²⁶. Menurut Kartasapoetra dan Marsetyo, H. (2005), manusia yang kurang asupan energinya akan lemah baik daya tahan tubuh maupun daya pemikirannya rendah karena kurangnya zat-zat makanan yang diterima tubuh sehingga energi yang dihasilkan lebih sedikit²⁷. Sedangkan asupan energi yang berlebih dapat menyebabkan terjadinya masalah kegemukan (obesitas)²⁸.

6. Tingkat Kecukupan Protein

Tingkat kecukupan protein adalah jumlah asupan protein dari makanan dibandingkan dengan kecukupan gizi protein. BPS (2006) dalam WNPG (2004) menyatakan bahwa konsumsi makanan masyarakat dikatakan memadai jika memenuhi dua kriteria kecukupan, yaitu kecukupan energi dan protein²⁴. Adapun tingkat kecukupan protein dikategorikan seperti pada Tabel 6.

Tabel 6. Kategori Tingkat Kecukupan Protein

Kategori	Tingkat Kecukupan % AKP
Sangat Kurang	<80% AKP
Kurang	80 - <100% AKP
Normal	≥100 - <120% AKP
Lebih	≥120%AKP

Sumber : Tana, L., dkk (2014)²⁵

Menurut Kartasapoetra, G dan Marsetyo, H. (2005), kekurangan protein yang terus menerus akan menimbulkan gejala yaitu pertumbuhan kurang baik, daya tahan tubuh menurun, rentan terhadap penyakit, daya kreatifitas dan daya kerja merosot, mental lemah dan lain-lain²⁹. Sedangkan protein yang dikonsumsi melebihi kebutuhan tubuh akan diubah dan disimpan sebagai lemak. Jika seseorang mengkonsumsi sejumlah besar protein tambahan, akan sangat mungkin terjadi kenaikan berat badan³⁰.

7. Pedoman Gizi Seimbang (PGS)

Gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh,

dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Susunan makanan yang dianjurkan adalah yang menjamin keseimbangan zat – zat gizi dan dapat memenuhi kecukupan gizi¹⁹. Kontribusi sumbangan zat gizi tiap waktu makan perlu diperhatikan supaya dapat memenuhi kecukupan gizi. Adapun pengaturan makan dalam sehari dapat dilihat pada Tabel 7.

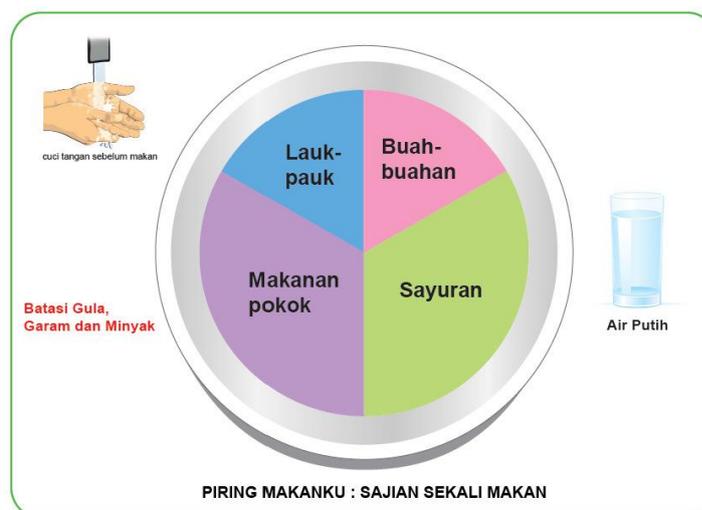
Tabel 7. Pengaturan Makan dalam Sehari

Waktu Makan	% Nilai Gizi
Makan Pagi	15 – 30% AKG
Makan Siang	35 – 40% AKG
Makan Malam	30 – 35% AKG

Sumber : MWA Training & Consulting dalam Baliwati, Y. dan Prathivi, M. (2013)⁴

Adapun gambaran susunan makanan yang dianjurkan pada setiap kali makan terwujud dalam Piring Makanku : Sajian Sekali Makan, dapat dilihat pada Gambar 1.

Gambar 1. Piring Makanku : Sajian Sekali Makan



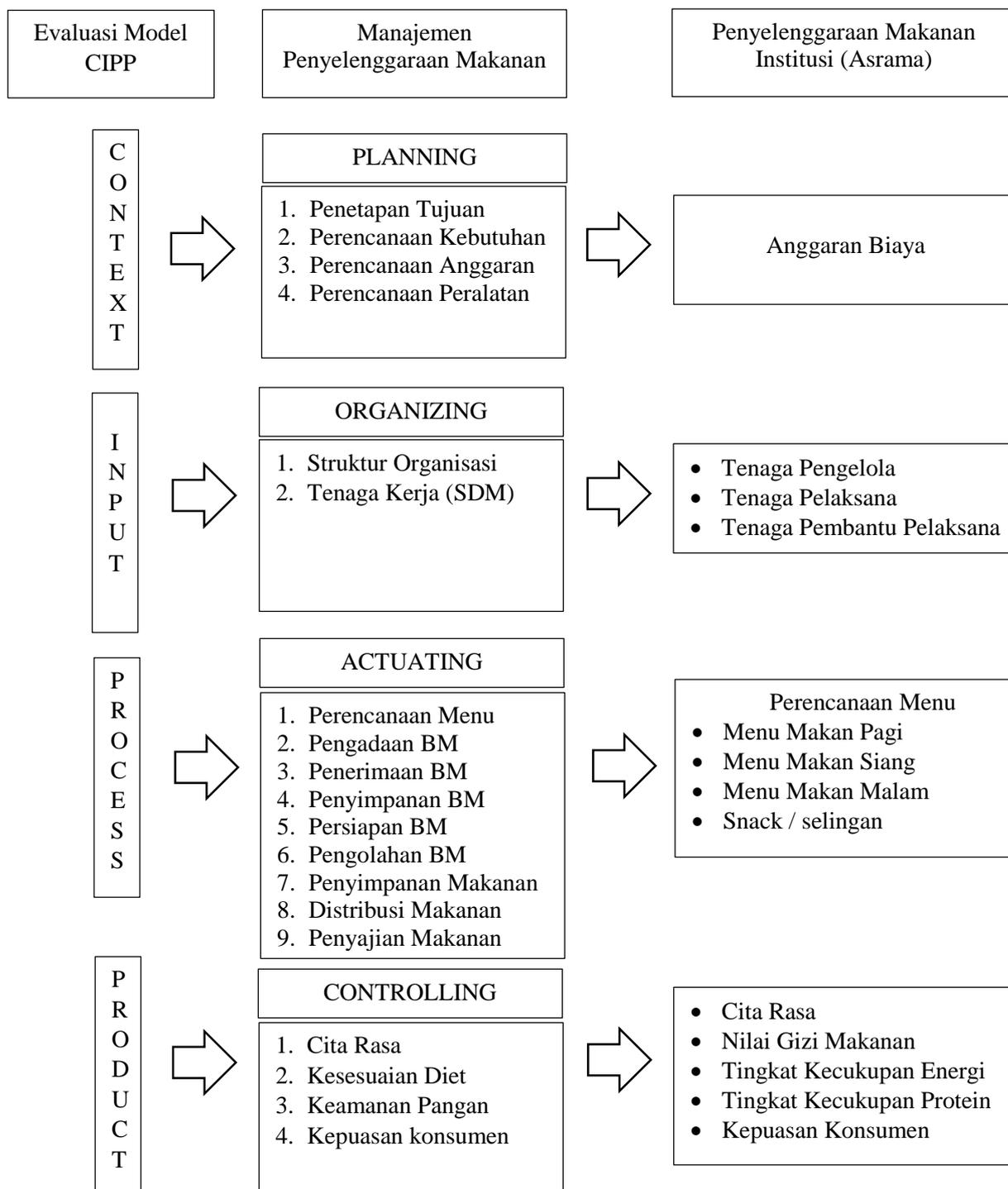
Sumber : Kemenkes, RI (2014)¹⁹

Piring Makanku : Sajian Sekali Makan, dimaksudkan sebagai panduan yang menunjukkan sajian makanan dan minuman pada setiap kali makan, di mana susunan menu terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah, dan minuman. Adapun untuk makan pagi terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran atau buah – buahan, dan minuman¹⁹.

Visual Piring Makanku ini menggambarkan anjuran makan sehat di mana separuh (50%) dari total jumlah makanan setiap kali makan adalah sayur dan buah, dan separuh (50%) lagi adalah makanan pokok dan lauk-pauk. Piring Makanku juga menganjurkan bahwa porsi sayuran harus lebih banyak dari porsi buah, dan porsi makanan pokok lebih banyak dari porsi lauk-pauk. Piring Makanku juga menganjurkan perlu minum setiap kali makan, bisa sebelum, ketika, atau setelah makan. Selain itu dianjurkan untuk cuci tangan untuk menjaga agar tetap bersih dan aman¹⁹.

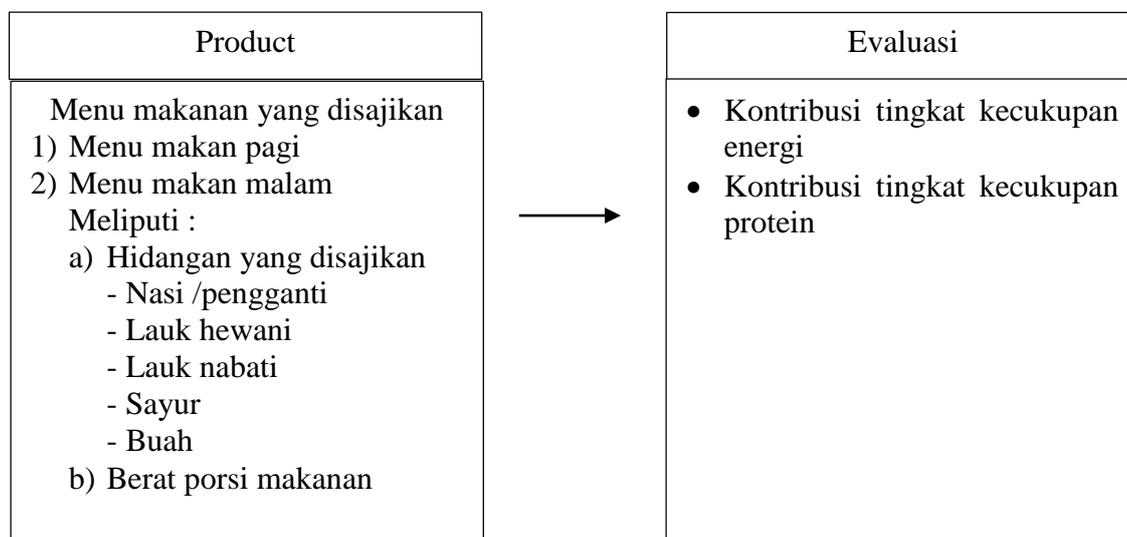
B. Landasan Teori

1. Kerangka Teori



Gambar 2. Bagan Evaluasi untuk Manajemen Penyelenggaraan Makanan Institusi
 Sumber : Stufflebeam (1993)¹⁵ dan Moehyi (1992)⁷

2. Kerangka Konsep



Gambar 3. Kerangka Konsep

C. Hipotesis Penelitian

1. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara berat porsi nasi, lauk hewani, lauk nabati, dan sayur pada makan pagi dan makan malam.
2. Kontribusi kandungan energi menu makan pagi memenuhi 15 – 30% dari AKE sehari dan menu makan malam memenuhi sekitar 30 – 35% dari AKE sehari.
3. Kontribusi kandungan protein menu makan pagi memenuhi 15 – 30% dari AKP sehari dan menu makan malam memenuhi sekitar 30 – 35% dari AKP sehari.