

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN VARIASI SAYUR BERDASARKAN FREKUENSI  
PENGUNAAN BAHAN DAN CARA OLAH SAYUR PADA SIKLUS  
MENU DI RSUD MERAH PUTIH KABUPATEN MAGELANG**



**NURINA RAHMA HAPSARI**

**P07131121034**

**PROGRAM STUDI D-III GIZI**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA**

**2024**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN VARIASI SAYUR BERDASARKAN FREKUENSI  
PENGUNAAN BAHAN DAN CARA OLAH SAYUR PADA SIKLUS  
MENU DI RSUD MERAH PUTIH KABUPATEN MAGELANG**

Disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



**NURINA RAHMA HAPSARI**

**P07131121034**

**PROGRAM STUDI D-III GIZI**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA**

**2024**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

“Gambaran Variasi Sayur Berdasarkan Frekuensi Penggunaan Bahan Dan Cara Olah Sayur Pada Siklus Menu di RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang”

Disusun oleh :

NURINA RAHMA HAPSARI

P07131121034

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :  
24 November 2023

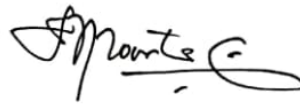
Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Tjarono Sari, SKM, M.Kes  
NIP. 196102031985012001

Pembimbing Pendamping,



Dra. Noor Tifauzah, M.Kes  
NIP. 196005301989102001

Yogyakarta, 24 November 2023

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes

NIP. 196804021992031003

**HALAMAN PENGESAHAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**“Gambaran Variasi Sayur Berdasarkan Frekuensi Penggunaan Bahan Dan Cara Olah Sayur Pada Siklus Menu di RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang”**

Disusun oleh :

NURINA RAHMA HAPSARI

NIM. P07131121034

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 20 Mei 2024

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,

Waluyo, STP, M.Kes

NIP. 196711091990031002

Anggota,


Tjarono Sari, SKM, M.Kes

NIP. 196102031985012001

Anggota,

Dra. Noor Tifauzah, M.Kes

NIP. 196005301989102001




## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Nurina Rahma Hapsari

NIM : P07131121034

Tanda tangan : 

Tanggal : 20 Mei 2024

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

---

---

Nama : Nurina Rahma Hapsari  
NIM : P07131121034  
Program Studi : Diploma III  
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty – Free Right)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

“Gambaran Variasi Sayur Berdasarkan Frekuensi Penggunaan Bahan Dan Cara Olah Sayur Pada Siklus Menu di RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 20 Mei 2024

Yang menyatakan



Nurina Rahma Hapsari

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkat dan rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilaksanakan dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah ini dapat terwujud atas bimbingan serta pengarahan dari Tjarono Sari, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing utama dan Dra. Noor Tifauzah, M.Kes selaku dosen pembimbing pendamping, serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan kali ini ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Iswanto, S.Pd, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi
3. Bapak Susilo Wirawan, SKM, MPH selaku Ketua Prodi Diploma Tiga Gizi
4. Bapak Waluyo, STP, M.Kes selaku dosen penguji
5. Staff perpustakaan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan akses terhadap referensi penelitian
6. Orang tua serta keluarga yang selalu memberikan dukungan berupa doa dan motivasi
7. Teman-teman D-III Gizi 2021 Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah

Akhir kata, penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini tidak luput dari kekurangan. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat dan dapat dikembangkan lagi lebih lanjut.

Yogyakarta, 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
ABSTRACT.....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Ruang Lingkup.....	3
E. Manfaat Penelitian .....	4
F. Keaslian Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Telaah Pustaka .....	7
1. Sistem Penyelenggaraan Makanan .....	7
2. Perencanaan Menu .....	8
3. Hidangan.....	13
4. Sayuran .....	17
B. Kerangka Teori .....	20
C. Kerangka Konsep.....	20
D. Pertanyaan Penelitian .....	21



BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	22
B. Objek Penelitian .....	22
C. Waktu dan Tempat Penelitian .....	22
D. Aspek-aspek yang diteliti.....	23
E. Batasan Istilah .....	23
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	24
G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian.....	25
H. Prosedur Penelitian .....	25
I. Manajemen Data .....	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Gambaran Umum RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang .....	27
B. Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang.....	27
C. Hasil .....	28
a. Hidangan Sayur .....	28
b. Frekuensi Penggunaan Bahan Makanan Sayur .....	30
c. Teknik Pengolahan Hidangan Sayur .....	32
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	34
A. Kesimpulan .....	34
B. Saran .....	35
DAFTAR PUSTAKA .....	36
LAMPIRAN.....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori .....	29
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	29

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hidangan Sayur RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang .....	29
Tabel 2. Bahan Makanan Sayur yang Digunakan di RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang .....	30
Tabel 3. Frekuensi Penggunaan Bahan Makanan Sayur RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang .....	45
Tabel 4. Teknik Pengolahan Hidangan Sayur RSUD Merah Putih Kabupaten Magelang .....	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Siklus Menu .....	38
-------------------------------	----