

**TUGAS AKHIR**

**KESESUAIAN BESAR PORSI LAUK IKAN  
TERHADAP STANDAR PORSI RUMAH SAKIT ISLAM  
YOGYAKARTA PDHI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



**RINTAN DEWI WIDYAWATI**

**P07131117032**

**PRODI D-III**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN**

**YOGYAKARTA**

**TAHUN 2020**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

“Kesesuaian Besar Porsi Lauk Ikan terhadap Standar Porsi

Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI”

Disusun oleh :

RINTAN DEWI WIDYAWATI

P07131117032

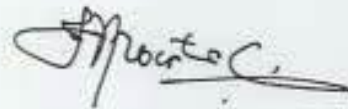
Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

.....

Mengetahui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Dra. Elza Ismail, M.Kes  
NIP. 196011201991032001

Dra. Noor Tifauzah, M.Kes  
NIP. 196005301989102001

Yogyakarta, .....

Kepala Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Air Gunawan, M.Si

NIP. 196303241986031001

HALAMAN PENGESAHAN  
TUGAS AKHIR

"Kesesuaian Besar Porsi Lauk Ikan terhadap Standar Porsi  
Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI"

Disusun Oleh  
RINTAN DEWI WIDYAWATI  
NIM P07131117032

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal: .....2020

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,  
Dra. Elza Ismail, M.Kes (.....)  
NIP. 196011201991032001  
Anggota,  
Dra. Noor Tifauzah, M.Kes (.....)  
NIP. 196005301989102001  
Anggota,  
Lastmi Wayansari, S.Gz. MPH (.....)  
NIP. 198007192001122001

Yogyakarta,.....

Ketua Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Aht Gunawan, M.Si

NIP. 196903241986031001

HALAMAN PERNYATAAN ORISININAL

**Tugas Akhir ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujukan telah penulis nyatakan dengan benar**

Nama : Rintan Dewi Widyawati

NIM : P07131117032

Tanda tangan : .....

Tanggal : .....

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Rintan Dewi Widyawati  
NIM : P07131117032  
Program Studi : DIII Gizi  
Jurusan : Gizi

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

“Kesesuaian Besar Porsi Lauk Ikan terhadap Standar Porsi Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihkandata/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 : .....

Pada tanggal : .....

Yang menyatakan

(.....)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir (TA) ini. Penulis TA ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi DIII Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya tulis ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Dra. Elza ismail, M.Kes selaku pembimbing utama dan Dra. Noor Tifauzah, M.Kes selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Kepala Unit Gizi Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI yang telah membantu penulis untuk melakukan penelitian.
5. Kedua orang tua, kakak saya dan seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan material dan moral.
6. Caca, Deta, Wulan, Andrian sebagai sahabat yang selalu memberikan semangat kepada penulis.
7. Semua teman-teman Jurusan Gizi angkatan 2017 yang telah memberikan dukungan.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebagian semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ini:

Yogyakarta,.....

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISININAL .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah.....	3
C. Tujuan .....	3
D. Ruang lingkup.....	3
E. Manfaat penelitian.....	4
F. Keaslian penelitian .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
A. Uraian teori .....	6
B. Landasan teori .....	16
C. Kerangka konsep.....	16
D. Pertanyaan peneliti.....	17
BAB III METODE PENELITIAN .....	18
A. Jenis dan Desain penelitian.....	18
B. Obyek dan Sampel .....	18
C. Waktu dan Tempat .....	19
D. Aspek-aspek yang Diteliti/Diamati.....	19

E. Batasan Istilah .....	20
F. Jenis dan teknik Pengumpulan Data .....	20
G. Instrumen dan Bahan Penelitian .....	21
H. Prosedur Penelitian .....	21
I. Manajemen Data.....	22
J. Etika Penelitian .....	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	24
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
A.Kesimpulan .....	38
B. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA .....	40
LAMPIRAN.....	42



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian .....	17

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Satuan Penukar Bahan Makanan Sumber Protein Hewani .....	14
Tabel 2 Frekuensi Penggunaan Lauk Hewani Pada Menu Makan Siang Selama Satu Siklus Menu 10 Hari .....	27
Tabel 3 Standar Porsi Lauk Ikan dalam Berat Bersih Mentah.....	28
Tabel 4 Konversi Mentah Matang Lauk Ikan pada Waktu Makan Siang.....	30
Tabel 5 Besar Porsi Lauk Ikan pada Waktu Makan Siang.....	31
Tabel 6 Kesesuaian Besar Porsi Lauk Ikan Tiap Masakan terhadap Standar Porsi .....	32
Tabel 7 Kesesuaian Besar Porsi Lauk Ikan Pada Waktu Makan Siang Selama 1 Siklus Menu.....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Struktur Organisasi Unit Gizi RS Islam Yogyakarta PDHI .....	42
Lampiran 2 Siklus Menu Unit Gizi RSIY PDHI .....	43
Lampiran 3 Form hasil penimbangan lauk ikan matang.....	47
Lampiran 4 Form hasil penimbangan lauk ikan mentah.....	48
Lampiran 5 Standar Porsi Lauk di Unit Gizi Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI .....	49
Lampiran 6 Besar Porsi Lauk Ikan pada Waktu Makan Siang Selama Satu Siklus Menu .....	50
Lampiran 7 Penimbangan Lauk Ikan Matang.....	54
Lampiran 8 Penimbangan Lauk Ikan Mentah.....	56
Lampiran 9 Spesifikasi Bahan Makanan Basah.....	57