

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Uraian Teori

##### 1. Penyelenggaraan makanan rumah sakit

Penyelenggaraan makanan institusi merupakan penyelenggaraan makanan yang dilakukan dalam jumlah besar atau massal. Penyelenggaraan makanan institusi yang termasuk pada kelompok pelayanan kesehatan adalah yang dilakukan di rumah sakit, puskesmas perawatan atau klinik perawatan. Rangkaian kegiatan penyelenggaraan dimulai dari perencanaan menu makan yang akan disajikan hingga makanan sampai ke pasien (Depkes RI, 2007)

Penyelenggaraan makanan rumah sakit mempunyai tujuan untuk mencapai status gizi pasien secara optimal dengan menyediakan makanan berkualitas yang sesuai kebutuhan gizi, biaya, aman, dan dapat diterima oleh konsumen. Pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan dan habis termakan merupakan salah satu cara untuk mempercepat penyembuhan dan memperpendek hari rawat inap. Sasaran utama dari penyelenggaraan makanan di rumah sakit adalah pasien rawat inap (Kemenkes RI, 2013).

Kegiatan penyelenggaraan makanan rumah sakit, meliputi :

##### a. Perencanaan menu

Perencanaan menu merupakan kegiatan yang terpenting karena menu yang disusun akan mempengaruhi tahapan kegiatan penyelenggaraan makanan selanjutnya dan menjadi tahap penentu dan citra dari institusi penyelenggaraan makanan (Depkes, 2007). Perencanaan menu mempunyai tujuan sebagai pedoman dalam kegiatan pengolahan makanan, mengatur variasi dan kombinasi hidangan, menyesuaikan dengan biaya yang tersedia, menghemat penggunaan waktu dan tenaga serta menu yang direncanakan dengan baik dapat digunakan sebagai alat penyuluhan. Perencanaan menu

merupakan rangkaian yang terdiri dari mengumpulkan jenis hidangan, membuat daftar kelompok bahan makanan yang terdiri dari lauk hewani, nabati, sayuran, buah serta makanan selingan. Perencanaan menu dalam satu siklus terdiri dari kegiatan menyusun pola menu, pedoman menu, memasukkan hidangan dalam master menu sampai dengan evaluasi menu (Bakri,2018).

Menurut Bakri (2018) dalam merencanakan menu diperlukan syarat-syarat sebagai berikut:

- 1) Standar porsi, rincian macam dan jumlah bahan makanan dalam berat bersih mentah untuk setiap jenis hidangan sesuai kebutuhan konsumen dalam satu kali makan.
- 2) Standar resep, resep yang sudah dibakukan untuk menciptakan kualitas/mutu dan porsi makanan yang relatif sama cita rasanya. Berisi komposisi atau racikan bahan makanan dan bumbu yang dipakai serta cara pengolahan sesuai resep dengan menggunakan alat pengolahan dan suhu yang tepat. Standar resep telah melalui percobaan cita rasa sebelum dijadikan pedoman.
- 3) Standar bumbu, berisi rincian macam dan jumlah bumbu untuk setiap resep masakan yang sudah dibakukan sehingga dapat menciptakan citarasa hidangan yang relatif sama cita rasanya.
- 4) Siklus menu, satu hidangan lengkap menu sehari yang disusun selama jangka waktu tertentu yang dilaksanakan dalam kurun waktu sesuai dengan tertentu, missal 3 hari, 4 hari, 10 hari, 1 bulan atau 1 tahun.
- 5) Standar makanan, bentuk modifikasi dari bahan makanan yang digunakan berdasarkan jenis makanan. Pada fasilitas pelayanan kesehatan atau rumah sakit biasanya memiliki beberapa standar makanan sesuai bentuk makanan (Almatsier, 2008), yaitu:

a) Standar makanan biasa

Makanan biasa adalah makanan yang diberikan kepada pasien yang tidak memerlukan diet khusus berhubungan dengan penyakitnya. Susunan makanannya sama seperti makanan orang sehat/makanan sehari-hari yang beraneka ragam, bervariasi dengan bentuk, tekstur dan aroma yang normal.

b) Standar makanan lunak.

Makanan lunak adalah makanan yang memiliki tekstur yang halus, mudah dikunyah, ditelan, dan dicerna dibandingkan makanan biasa.

c) Standar makanan saring.

Makanan saring adalah makanan semi padat yang mempunyai tekstur lebih halus dari makanan lunak, sehingga lebih mudah ditelan dan dicerna.

d) Standar makanan cair

Makanan cair adalah makanan yang mempunyai konsistensi cair hingga kental.

b. Pengadaan bahan

Kegiatan pengadaan bahan makanan meliputi penetapan spesifikasi bahan makanan, perhitungan harga makanan, pemesanan, pembelian bahan makanan dan melakukan survey pasar. Spesifikasi bahan makanan merupakan ketetapan ukuran, bentuk, penampilan, dan kualitas bahan makanan yang dijadikan pedoman dalam melakukan pemesanan. Spesifikasi bahan makanan terdiri dari tiga tipe yaitu spesifikasi teknik, spesifikasi penampilan dan spesifikasi pabrik. Spesifikasi teknik digunakan untuk bahan yang dapat diukur secara objektif dan dengan menggunakan instrumen. Spesifikasi penampilan berisi mengenai nama bahan, ukuran, tipe, tingkat kualitas, umur, warna, identifikasi pabrik, masa pakai bahan, data isi produk bila dalam kemasan dan satuan bahan makanan. Spesifikasi pabrik

merupakan kualitas barang suatu pabrik yang diketahui oleh pembeli. Dalam pengadaan bahan perlu melakukan survey pasar, survey pasar untuk mencari informasi mengenai harga bahan makanan yang ada di pasaran sesuai dengan spesifikasi yang dibutuhkan sebagai dasar perencanaan anggaran bahan makanan (Kemenkes RI, 2013).

c. Pemesanan bahan makanan

Pemesanan bahan makanan adalah kegiatan penyusunan bahan makanan yang dibutuhkan sesuai dengan kebutuhan bahan yang sudah dibuat pada saat perencanaan menu. Pemesanan dapat dilakukan sesuai dengan kurun waktu tertentu (harian, mingguan, atau bulanan). Tujuan dari kegiatan pemesanan adalah tersedianya bahan makanan yang dibutuhkan dan sesuai dengan standar atau spesifikasi yang ditetapkan oleh pihak institusi (Bakri,2018).

d. Pembelian Bahan Makanan

Pembelian bahan makanan merupakan serangkaian kegiatan penyediaan macam, jumlah, spesifikasi bahan makanan untuk memenuhi kebutuhan konsumen/pasien sesuai ketentuan/kebijakan yang berlaku. Pembelian bahan makanan bertujuan untuk memperoleh bahan makanan, biasanya terkait dengan bahan dan harga yang sesuai, jumlah dan waktu yang tepat (Kemenkes RI, 2013). Pembelian bahan makanan institusi dipengaruhi oleh peraturan institusi, kondisi institusi (ada tidaknya tempat penyimpanan), besar institusi dan kemampuan sumber daya yang ada pada institusi tersebut. Selain itu, faktor banyak atau sedikitnya bahan makanan akan mempengaruhi terhadap penetapan sistem pembelian bahan makanan (Bakri,2018).

e. Penerimaan bahan makanan

Penerimaan bahan makanan merupakan suatu kegiatan yang meliputi pemeriksaan/penelitian, pencatatan, dan pelaporan. Pemeriksaan meliputi pengecekan kualitas dan kuantitas bahan makanan yang diterima sesuai dengan pesanan serta spesifikasi yang telah ditetapkan dalam perjanjian jual beli. Apabila terdapat barang yang tidak sesuai

dengan spesifikasi, baik jumlah maupun spesifikasi maka tim penerima harus mencatat atau mengembalikannya kepada pemasok (Depkes, 2007).

f. Penyimpanan bahan makanan

Bahan yang diterima akan segera digunakan atau disimpan terlebih dahulu. Penyimpanan bahan selalu dicatat dan dilaporkan. Prinsip dasar penyimpanan adalah tepat tempat, tepat waktu, tepat mutu, tepat jumlah dan tepat nilai (Depkes, 2007).

g. Persiapan bahan makanan

Persiapan bahan makanan merupakan alat pengendalian terutama pada produksi makanan dalam jumlah besar. Persiapan bahan makanan yang berpusat sangat efektif, karena bahan makanan ditimbang, diporsi, dan dipersiapkan di ruang persiapan yang terpusat (Wayansari, 2018).

h. Pengolahan makanan

Pengolahan makanan adalah suatu proses mengubah bentuk bahan makanan dari mentah menjadi makanan yang siap dimakan, berkualitas dan aman dikonsumsi (Wayansari, 2018).

i. Distribusi

Kegiatan distribusi makanan merupakan kegiatan akhir dari proses penyelenggaraan makanan. Distribusi makanan memiliki 2 kegiatan inti yaitu pembagian (pemorsian) makanan dan penyampaian makanan sampai ke konsumen. Pemorsian adalah suatu cara atau proses mencetak makanan sesuai dengan porsi yang telah ditetapkan. Sedangkan penyampaian makanan perlu dipastikan bahwa pasien menerima makanan tepat waktu dan sesuai jenis diet (Wayansari, 2018).

2. Lauk ikan

Lauk pauk adalah suatu hidangan yang merupakan pelengkap nasi yang dapat berasal dari bahan hewan dan produknya, tumbuh-tumbuhan atau kombinasi bahan hewan dan tumbuh-tumbuhan yang biasanya

dimasak dengan bumbu tertentu. Contoh bahan hewani, antara lain daging, ayam, unggas, jeroan, dan ikan. Sedangkan bahan nabati contohnya kacang tanah dan kacang hijau. Teknik pengolahan makanan biasanya meliputi persiapan, seperti cara memotong daging, ikan, dan ayam. Teknik penyajian lauk pauk dapat dengan cara per porsi atau secara prasmanan (Marwanti, 2002).

Protein pada lauk hewani memiliki semua asam amino esensial dalam jumlah yang cukup sehingga mempunyai nilai biologis yang tinggi (Proverawati, 2010). Protein mempunyai fungsi utama yaitu sebagai zat pembangun. Protein merupakan bahan pembentuk jaringan-jaringan baru menggantikan jaringan rusak dan tetap mempertahankan jaringan yang telah ada. Protein dapat mengatur keseimbangan cairan dalam jaringan dan pembuluh darah. Protein dalam tubuh manusia, terutama dalam sel jaringan, bertindak sebagai bahan membran sel yang dapat membentuk jaringan pengikat inert yaitu rambut dan kolagen (Winarno, 2008).

Kekurangan protein dalam waktu lama dapat mengganggu berbagai proses dalam tubuh dan menurunkan daya tahan tubuh. Pada anak kekurangan protein dapat mengakibatkan gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Apabila kelebihan protein mengakibatkan beban kerja hati dan ginjal berat (Almatsier, 2004).

Lauk hewani yang sering dijadikan menu di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI adalah ikan. Ikan merupakan sumber zat protein yang sangat baik, mudah dicerna, mudah dimasak dan cepat matang. Lemak/minyak ikan mengandung asam lemak tidak jenuh omega-3, terutama yang hidup di laut dalam, yang dapat menurunkan kadar lemak darah dan dapat mencegah gumpalan trombosit. Nilai gizi ikan untuk setiap 100 g mengandung 17-18 g protein. Selain protein ikan mengandung zat kalsium, pospor, dan vitamin A. Ikan merupakan sumber omega 3 rantai panjang yang dapat menurunkan kadar lipida darah, terutama kolesterol jenis LDL dan trigliserid. Ikan dapat dibagi menjadi 2 golongan yaitu ikan laut dan ikan darat. Agar kandungan gizi pada ikan

tidak rusak maka mengolah ikan tidak membutuhkan waktu yang lama. Berikut teknik mengolah ikan:

a. Menggoreng

Menggunakan minyak dalam jumlah yang banyak hingga memperoleh hasil yang krispi atau kering. Menggoreng ikan dengan hasil yang kering akan mengurangi mutu dari protein ikan. Agar kulit ikan tidak terlalu kering, menggoreng dengan teknik deep frying, ikan dapat di balur dengan tepung terigu atau tepung panir (Sa'diah, 2017).

b. Mengukus – Merebus

Boiling adalah proses memasak makanan di dalam air mendidih, atau memasak makanan berbasis/pada media cairan seperti air, kaldu, santan atau susu yang direbus (Wayansari,2018). Memasak teknik mengukus untuk ikan dapat mempertahankan mutu kandungan bio aktif yang ada pada ikan. Ikan segar mempunyai rasa after taste yang manis dengan meminimalkan proses memasak (Sa'diah, 2017).

c. Stir Frying atau suteing, untuk membuat main course ikan menggunakan teknik masak ini dengan minyak yang sedikit untuk memasak makanan hingga memberikan kesan coklat (Sa'diah, 2017).

d. Stew merupakan teknik pengolahan bahan makanan padat yang dimasak dalam air atau berbasis cairan, serupa dengan simmering dan kemudian disajikan tanpa dikeringkan. Bahan makanan yang dimasak dengan stew merupakan kombinasi berbagai jenis bahan makanan nabati dan hewani. Satu resep masakan stew misalnya menggunakan bahan-bahan seperti buncis dan brokoli, buah (cabe, tomat) daging, sosis, ayam, seafood (Wayansari,2018).

Jenis ikan yang digunakan di Unit Gizi Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI:

a. Ikan gurame

Ikan gurame mempunyai panjang sekitar 50 cm yang beratnya mencapai 3 kg. Warna hitam putih, bersisik besar, dagingnya agak

tebal, tidak berduri dan mempunyai rasa yang enak dan gurih (Tarwotjo, 2000).

b. Ikan bandeng

Ikan bandeng mempunyai warna putih kehitaman, bersisik, berduri banyak dan halus di dalam dagingnya. Ikan bandeng banyak diolah menjadi pindang bandeng. Kulit ikan bandeng yang tebal dan kuat sehingga dalam segi kuliner yang dapat diolah menjadi macam-macam hidangan seperti otak-otak bandeng (Tarwotjo, 2000).

c. Ikan tuna

Ikan tuna adalah jenis ikan dengan kandungan protein yang sangat tinggi antara 22,6-26,2 g, lemak yang rendah antara 0,2-2,7 g. Ikan tuna mengandung mineral seperti kalsium, fosfor, zat besi, sodium, vitamin A, dan vitamin B (Anonim,2014).

d. Ikan dori

Ikan dori mempunyai warna daging putih bersih dengan tekstur lembut dan rasa yang gurih. Ikan dori mengandung asam lemak tidak jenuh (omega 3), DHA, EPA, yodium, zat besi, Mg, taurin, Selenium, Flourida.

3. Standar Porsi

Standar porsi adalah berat bersih bahan makanan (siap di masak) atau berat matang setiap jenis hidangan untuk satu orang atau untuk satu porsi. Standar porsi dibuat untuk kebutuhan perorang yang memuat jumlah dan komposisi bahan makanan yang dibutuhkan individu untuk setiap kali makan, sesuai dengan siklus menu dan standar makanan. Standar porsi dalam berat mentah diperlukan pada persiapan bahan makanan, sedangkan standar porsi dalam berat matang diperlukan pada saat distribusi. Pedoman yang digunakan dalam menetapkan porsi baku makanan Indonesia dapat menggunakan angka patokan kecukupan makanan yang dianjurkan yang disusun oleh Departemen Kesehatan (Bakri, 2018).



Standar porsi berdasarkan satuan penukar untuk lauk hewani dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Satuan Penukar Bahan Makanan Sumber Protein Hewani

Bahan makanan	Berat (g)	URT	Bahan makanan	Berat (g)	URT
Daging sapi	50	1 ptg sdg	Telur ayam negeri	60	1 btr bsr
Daging babi	50	1 ptg kcl	Telur bebek	60	1 btr
Daging ayam	50	1 ptg sdg	Ikan segar	50	1 ptg sdg
Hati sapi	75	1 ptg sdg	Ikan asin	25	1 ptg sdg
Didih sapi	50	2 ptg sdg	Ikan teri	25	3 sdm
Babat	65	2 ptg sdg	Udang basah	50	¼ gls
Usus sapi	125	3 bulatan	Keju	30	1 ptg sdg
Telur ayam	75	2 btr	Bakso daging	100	10 bj bsr 20 bj kcl

Sumber : Almatsier, 2008

Penggunaan standar porsi tidak hanya pada unit pengolahan melainkan pada unit perencanaan menu, pembelian untuk penetapan spesifikasi bahan makanan, unit persiapan untuk menyeragamkan potongan bahan makanan, dan unit distribusi untuk proses pemorsian. Standar porsi mempunyai fungsi yaitu membantu terpenuhinya asupan zat gizi pasien karena standar porsi disusun sesuai dengan standar gizi untuk kelompok konsumen (Wayansari, 2018).

#### 4. Besar porsi

Besar porsi makanan adalah berat porsi bahan makanan per sajian pada tiap kali makan. Cara untuk mengetahui besar porsi makanan dengan menimbang makanan tanpa tulang, kemudian dikalikan dengan faktor konversi (Sirajuddin, 2018). Kesesuaian standar porsi yaitu hasil dari besar porsi dibandingkan dengan standar porsi yang telah ditetapkan pada menu diet makanan biasa (Astuti, 2018).

Faktor yang mempengaruhi ketepatan porsi berasal dari tenaga pengolah dan pengawasan sistem penyelenggaraan makanan. Terdapat hubungan antara lama bekerja dengan ketepatan porsi (Widyomukti, 2017).

Masa lama bekerja tergolong menjadi dua yaitu lebih dari tiga tahun dan dikatakan baru apabila kurang dari tiga tahun. Seseorang yang telah bekerja lama akan memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung (Handoko, 2010).

Untuk memudahkan dalam menyajikan makanan saat pemorsian menggunakan ukuran rumah tangga. Misalnya untuk nasi menggunakan cetakan nasi yang telah diukur sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan dan untuk lauk menggunakan ukuran potong besar/sedang/kecil (Wayansari, 2018).

Bedasarkan Depkes RI 2003, pengawasan standar porsi dapat dilakukan dengan cara:

- a. Bahan makanan padat, pengawasan porsi dilakukan dengan penimbangan
- b. Bahan makanan cair atau setengah cair seperti susu dan bumbu digunakan gelas ukur/liter matt, sendok ukur atau alat ukur lain yang sudah distandarisasi atau bila perlu ditimbang
- c. Pemotongan bentuk bahan makanan yang sesuai untuk jenis hidangan dapat menggunakan alat-alat pemotong atau dipotong menurut petunjuk
- d. Memudahkan persiapan sayuran dapat diukur dengan kontainer/panci yang standar dan bentuk sama

## B. Landasan teori

Penyelenggaraan makanan institusi merupakan penyelenggaraan makanan yang dilakukan dalam jumlah besar atau massal (Bakri,2018). Pemberian makanan yang memenuhi gizi seimbang serta habis termakan merupakan salah satu cara untuk mempercepat penyembuhan dan memperpendek hari rawat inap. Sasaran utama dari penyelenggaraan makanan di rumah sakit adalah pasien rawat. Rangkaian kegiatan penyelenggaraan dimulai dari perencanaan menu makan yang akan disajikan hingga makanan sampai ke pasien inap (Kemenkes, 2013).

Perencanaan menu merupakan kegiatan yang terpenting karena menu yang disusun akan mempengaruhi tahapan kegiatan penyelenggaraan makanan selanjutnya dan menjadi tahap penentu dan citra dari institusi penyelenggaraan makanan (Depkes, 2007). Perencanaan menu dalam satu siklus terdiri dari kegiatan menyusun pola menu, pedoman menu, master menu, memasukkan hidangan dalam master menu sampai dengan evaluasi menu. Dalam merencanakan menu harus memperhatikan beberapa standar yaitu standar porsi, standar resep, standar bumbu, standar makanan dan siklus menu (Bakri,2018).

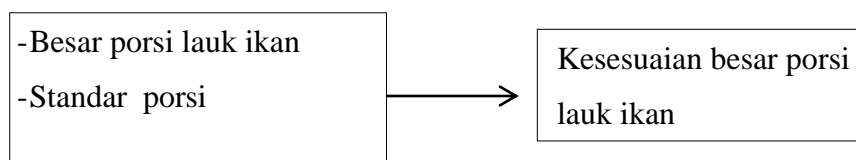
Pada saat pemesanan dan penerimaan bahan makanan perlu adanya pengecekan spesifikasi bahan makanan agar sesuai dengan spesifikasi yang ditetapkan oleh institusi. Bahan makanan yang sesuai dengan spesifikasi baik kuantitas maupun kualitas akan mempengaruhi kebutuhan gizi pasien (Kemenkes RI, 2013).

Lauk hewani merupakan makanan sumber protein dengan nilai biologis yang tinggi. Kandungan protein untuk tubuh dapat digunakan sebagai bahan pembentuk jaringan-jaringan baru menggantikan jaringan rusak dan tetap mempertahankan jaringan yang telah ada (Winarno, 2008).

Standar porsi adalah berat bersih bahan makanan (siap di masak) atau berat matang setiap jenis hidangan untuk satu orang atau untuk satu porsi. Standar porsi dalam berat mentah diperlukan pada persiapan bahan makanan, sedangkan standar porsi dalam berat matang diperlukan pada saat distribusi (Bakri, 2018). Standar porsi mempunyai fungsi yaitu membantu terpenuhinya asupan zat gizi pasien karena standar porsi disusun sesuai dengan standar gizi untuk kelompok konsumen.

Besar porsi makanan adalah berat porsi bahan makanan per sajian pada tiap kali makan. Cara untuk mengetahui besar porsi makanan dengan menimbang makanan tanpa tulang, kemudian dikalikan dengan faktor konversi (Sirajuddin, 2018). Kesesuaian standar porsi makan yaitu hasil dari berat makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan sayur yang disajikan dibandingkan dengan standar porsi yang telah ditetapkan pada menu diet makanan biasa porsi makanan (Astuti, 2018). Faktor yang mempengaruhi kesesuaian porsi berasal dari tenaga pengolah dan pengawasan system penyelenggaraan makananan institusi (Widyomukti, 2017).

### C. Kerangka konsep



Gambar 1. Kerangka konsep penelitian

### D. Pertanyaan peneliti

Bagaimana kesesuaian besar porsi lauk ikan terhadap standar porsi Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI?