

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Penyelenggaraan makanan rumah sakit

a. Pengertian penyelenggaraan makanan rumah sakit

Pengertian Penyelenggaraan makanan rumah sakit adalah suatu rangkaian kegiatan mulai dari penetapan peraturan pemberian makanan rumah sakit, perencanaan menu, perencanaan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan, persiapan dan pengolahan makanan, distribusi makanan, penyajian makanan, dan pelayanan makanan pada pasien atau konsumen dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian diet yang tepat (Depkes,2007).

Dalam kegiatan penyelenggaraan makanan di rumah sakit, makanan disajikan pada waktu pagi,siang,dan malam. Siklus menu yang dibuat seperti menu 7 hari, 10 hari, atau 15 hari dan waktu penggunaan siklus menu dapat diputar selama 6 bulan – 1 tahun. Tujuan penyelenggaraan makanan di rumah sakit untuk menyediakan makanan dengan kualitas baik yang sesuai dengan standar kebutuhan gizi dan aman untuk dikonsumsi (Kemenkes RI,2013), serta bervariasi, dapat diterima dan memuaskan konsumen

dengan memerhatikan standar higiene dan sanitasi yang tinggi termasuk peralatan dan sarana (Manuntun, Rotua dkk, 2015). Pengawasan mutu dalam proses produksi memiliki faktor yang mempengaruhi kualitas makanan adalah suhu, waktu, metode pemasakkan sesuai dengan standar resep. Besar porsi harus sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan. Penilaian mutu makanan oleh konsumen dan manajemen melalui evaluasi kepuasan pasien atau daya terima pasien terhadap makanan yang disajikan, dan mencatat jumlah makanan yang dikonsumsi atau sisa makanan yang tidak dikonsumsi (Depkes, 2007).

Manajemen sistem penyelenggaraan makanan adalah suatu proses yang terdiri dari *planning, organizing, actuating, dan controlling*. Manajemen sistem penyelenggaraan makanan merupakan pendayagunaan makanan yang efektif, ekonomis, dan ilmiah. Mulai dari *input* yang terdiri dari aspek tenaga, dana, fasilitas, sarana, metode, dan waktu. Kemudian *proses* yang terdiri dari penyusunan anggaran hingga penyaluran makanan untuk mencapai *output* atau tujuan berupa penyelenggaraan makanan yang berkualitas dengan pelayanan yang layak. *Output* yang akan dicapai adalah mutu dari makanan, kepuasan konsumen, dan mendapatkan keuntungan.

b. Pengolahan Makanan

Pengolahan bahan makanan adalah suatu kegiatan memasak bahan makanan mentah menjadi makanan yang siap dimakan, berkualitas dan aman dikonsumsi.

Tujuan pengolahan :

1. Mengurangi resiko kehilangan zat gizi bahan makanan.
2. Meningkatkan nilai cerna.
3. Meningkatkan dan mempertahankan warna, rasa, keempukan, dan penampilan makanan.
4. Bebas dari organisme dan zat berbahaya bagi tubuh.

Jenis makanan yang diolah :

Pada rumah sakit, makanan yang diolah makanan diet yang disesuaikan dengan jenis penyakit pasien. Makanan untuk pasien dibedakan menjadi makanan biasa, makanan lunak, makanan saring, dan makanan cair (Manuntun,rotua dkk,2015).

2. Makanan lunak

Makanan lunak adalah makanan yang memiliki tekstur yang mudah dikunyah, ditelan dan dicerna dibandingkan dengan makanan biasa. Makanan ini mengandung cukup zat-zat gizi, pasien mampu mengkonsumsi dalam jumlah yang cukup sesuai yang dibutuhkan. Makanan lunak diberikan kepada pasien sesudah operasi tertentu, pasien dengan penyakit infeksi dengan kenaikan suhu yang tidak terlalu tinggi,

pasien dengan kesulitan mengunyah dan menelan serta sebagai perpindahan dari makanan saring ke makanan biasa (Almatsier, 2006).

Makanan lunak harus menghindari makanan yang merangsang, makanan yang berlemak tinggi, buah dan sayur yang tinggi serat dan bergas, berbumbu tajam, manis, gurih, dan minuman yang beralkohol dan mengandung soda (Wahyuningsih, Retno 2013). Adapun tujuan pemberian diit dengan makanan lunak adalah untuk memberikan makanan yang mudah ditelan dan dicerna sesuai dengan kebutuhan gizi dan penyakitnya.

Syarat-syarat makanan lunak (Almatsier, 2006):

- a. Energi, protein, dan zat gizi lain cukup

Makanan lunak mengandung cukup zat-zat gizi, asalkan pasien mampu mengonsumsi makanan dalam jumlah cukup.

- b. Makanan diberikan dalam bentuk lunak

Tekstur makanan lunak supaya dapat mudah dikunyah, ditelan, dan dicerna.

- c. Makanan mudah cerna

Makanan mudah cerna merupakan makanan yang tidak merangsang saluran cerna. Makanan mudah cerna hanya dilihat dari proses pemasakkan yang dibuat lunak dari makanan biasanya. Proses pemasakkan ini dapat menghancurkan serat-serat pada bahan makanan (Soenardi, Tuti 2014).

- d. Rendah serat

Serat (*fiber*) adalah bagian dari tanaman yang terdiri atas polisakarida selulosa, hemiselulosa, pektin, gum, dan mucilages, termasuk juga non polisakarida lignin yang tidak dapat dicerna oleh enzim pencernaan. *Dietary fiber* adalah sisa dari hidrolisis enzim pencernaan manusia setelah melewati usus halus dan masuk ke kolon untuk difermentasi bakteri (Devi, Nirmala, 2010). Serat (*fiber*) disebut juga “*residu non-nutritif*” untuk menunjukkan bagian dari pangan yang tidak dapat dicerna dan diserap oleh tubuh (Sudargo, 2014). Serat dibagi dalam dua golongan yaitu serat tidak larut air berupa selulosa, hemiselulosa, dan lignin, serta serat larut air berupa pektin, gum, dan mukilase (Almatsier, dkk , 2011).

Serat diklasifikasikan menjadi 2 yaitu serat larut air dan serat tidak larut air. Serat larut air adalah serat yang larut dalam air kemudian membentuk gel dalam saluran pencernaan dengan cara menyerap air. Serat tidak larut air adalah serat yang tidak larut dalam air, tetapi memiliki kemampuan menyerap air dan meningkatkan tekstur dan volume tinja (Devi, Nirmala, 2010). Serat tidak larut dalam air yaitu selulosa merupakan komponen utama dinding sel. Bahan makanan yang mengandung kaya selulosa adalah bekatul, biji-bijian, kacang-kacangan, sayuran (kol), dan apel. Hemiselulosa adalah kelompok heterogen dari senyawa-senyawa yang mengandung sejumlah gula pada rantai

utama. Bahan makanan yang tinggi hemiselulosa adalah bekatul dan biji-bijian utuh. Lignin adalah komponen non karbohidrat utama dari serat. Kandungan lignin tertinggi terdapat pada wortel, gandum, dan buah yang bijinya dapat dimakan seperti arbei.

Serat larut air yaitu pektin adalah suatu komponen dari komponen yang mengandung pektik yang terdiri dari *pectin*, *pectic acid*, dan *pectinic acid*. Bahan makanan yang mengandung banyak pektin adalah apel, strawberi, dan jeruk. Gum adalah salah satu kelompok senyawa yang dapat disebut *hidrokoloid*. Gum terdiri dari berbagai jenis gula dan derivatnya. Bahan makanan yang mengandung gum yaitu oat, barley, dan tumbuhan polong. Secara umum sayur-sayuran dan gandum mengandung lebih banyak serat tak larut (Tala, 2009).

Konsumsi serat yang kurang atau berlebihan memiliki dampak negatif terhadap kesehatan. Serat banyak ditemui pada buah-buahan, sayuran, biji-bijian, padi-padian, dan kacang-kacangan. Menurut waspadji serat larut yang berbentuk viskus dapat memperpanjang waktu pengosongan lambung. Sementara itu, guar dan pektin memperpanjang waktu transit time di usus. Sebaliknya, serat tidak larut akan memperpendek waktu transit time dengan kata lain kurun waktu antara masuknya makanan dan keluarnya sebagai sisa makanan yang dibutuhkan oleh tubuh menjadi lebih singkat. Transit time yang pendek menyebabkan

kontak antara zat-zat iritatif dan mukosa kolorektal menjadi singkat, sehingga bisa mencegah terjadi penyakit di bagian kolon dan rektum (Kusharto, 2007).

Rendah serat adalah makanan yang meninggalkan sedikit sisa. Sisa adalah bagian-bagian makanan yang tidak diserap seperti yang terdapat di dalam susu dan produk susu serta serat daging yang berserat kasar. Tujuan adanya rendah serat untuk membatasi volume feses, dan tidak merangsang saluran cerna.

Bahan makanan rendah serat :

- 1) Beras yang ditim dan bubur, tepung-tepungan yang dibubur atau dibuat puding. Sedangkan yang dihindari beras ketan, beras tumbuk dan beras merah, jagung, singkong, dan talas.
- 2) Tahu dan susu kedelai serta lauk nabati yang diolah dengan direbus, dikukus. Sedangkan yang dihindari seperti kacang merah, kacang tanah, kacang hijau, dan kacang-kacangan yang lain.
- 3) Sayuran seperti kacang panjang, buncis muda, bayam, labu siam, tomat. Sayuran yang dihindari seperti daun singkong, daun katuk, daun pepaya, daun mlinjo, oyong, dan serat tinggi lainnya.
- 4) Buah-buahan rendah serat seperti pepaya, pisang, jeruk, avokad, dan buah segar yang sudah matang.

Buah-buahan yang memiliki tinggi serat yaitu buah yang dimakan dengan kulit seperti apel, jambu biji, dan pir serta jeruk yang dimakan dengan kulit ari.

e. Tidak mengandung bumbu yang tajam

Bumbu tajam seperti cabai dan merica, serta makanan yang terlalu manis, dan terlalu gurih. Bumbu tidak tajam seperti garam, gula, pala, kayu manis, asam, saos tomat, dan kecap. Menurut Moehyi (1992) penggunaan bumbu-bumbu harus diperhatikan terutama untuk orang sakit tidak boleh mengkonsumsi makanan yang pedas atau merangsang saluran pencernaan.

3. Variasi Menu

Variasi menu adalah susunan golongan bahan makanan yang terdapat dalam suatu hidangan berbeda pada tiap kali penyajian. Menu yang dianggap lazim di semua daerah di Indonesia umumnya terdiri dari susunan variasi hidangan sebagai berikut (Moehyi,1992) :

a. Hidangan makanan pokok

Makanan pokok karena dari makanan ini tubuh memperoleh sebagian zat tenaga yang diperlukan tubuh.

b. Hidangan lauk pauk

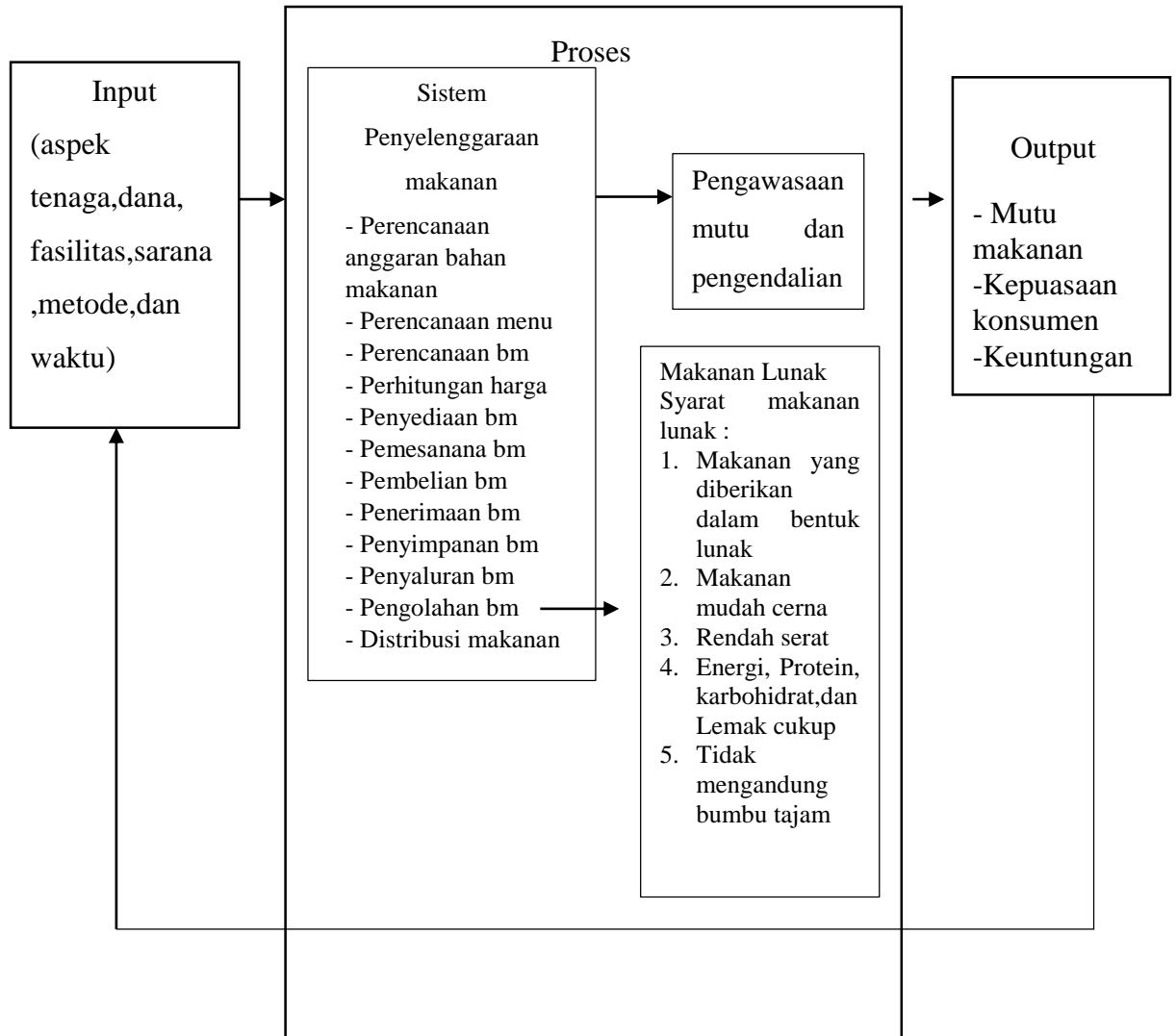
Hidangan ini berupa masakan yang bervariasi yang terbuat dari bahan makanan lauk hewani atau lauk nabati. Bahan makanan hewani yang digunakan dapat berupa daging sapi, ayam, ikan,

telur, udang. Lauk pauk nabati biasanya berbahan dasar kacang-kacangan atau hasil olahan seperti tahu dan tempe.

c. Hidangan sayur mayur

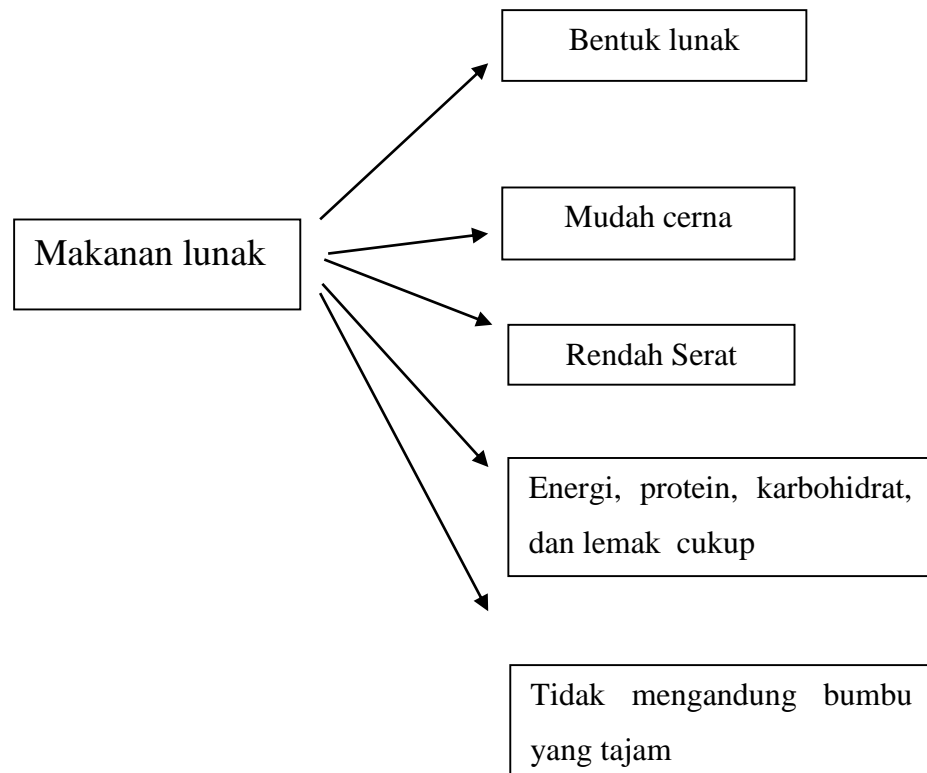
Hidangan makanan ini bisa terdiri dari gabungan jenis makanan sayur berkuah dan tidak berkuah.

B. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka teori bagan sistem penyelenggaraan makanan institusi
 “Kajian Makanan Lunak”
 sumber : Manajemen sistem penyelenggaraan makanan institusi dasar (Rotua,
 2015)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka konsep “Kajian Makanan Lunak”

D. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana kesesuaian makanan lunak dengan standar syarat diberikan dalam bentuk lunak?
2. Bagaimana kesesuaian makanan lunak dengan standar syarat makanan mudah cerna?

3. Bagaimana kesesuaian makanan lunak dengan standar syarat rendah serat?
4. Bagaimana kesesuaian makanan lunak dengan standar syarat energi, protein, karbohidrat dan lemak sesuai dengan standar RS?
5. Bagaimana kesesuaian makanan lunak dengan standar syarat tidak mengandung bumbu yang tajam?