

KARYA TULIS ILMIAH

**KAJIAN STANDAR BUMBU MENU MAKAN SIANG LAUK
HEWANI DAN SAYUR DI SEKOLAH *FULLDAY*
SD UNGGULAN AISYIYAH BANTUL**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



OKTIA PRADENTA
NIM : P07131113035

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TAHUN 2016**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Oktia Pradenta

NIM : P07131113035

Tanda tangan :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Oktia Pradenta', written in a cursive style.

Tanggal : 12 Juli 2016

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui oleh pembimbing
pada tanggal: 12 Juli 2016

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Tjarono Sari, SKM, M. Kes
NIP. 19610203 198501 2001

Pembimbing Pendamping



Dra. Elza Ismail, M. Kes
NIP. 19601120 199103 2001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi



Tjarono Sari, SKM, M. Kes
NIP. 19610203 198501 2001

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh,

Nama : Oktia Pradenta
NIM : P07131113035
Program Studi/Jurusan : D-III Gizi
Judul Tugas Akhir : Kajian Standar Bumbu Menu Makan Siang Lauk
Hewani dan Sayur di Sekolah *Fullday* SD Unggulan
Aisyiyah Bantul

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi Diploma III Gizi, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Pembimbing
Tjarono Sari, SKM, M.Kes
NIP. 19610203 198501 2001

Pembimbing
Dra. Elza Ismail, M.Kes
NIP. 19601120 199103 2001

Penguji
Nurul Huda Syamsiatun, S.SiT, M.Kes
NIP. 19721006 199703 2001

Ditetapkan di : Yogyakarta

Tanggal : 14 Juli 2016



(.....)

(.....)

(.....)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Penulisan KTI ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi Program Studi Diploma III, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, dan oleh karena itu pada kesempatan ini saya menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Abidillah Mursyid, SKM, MS selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Tjarono Sari, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sekaligus selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
3. Weni Kurdanti, S.S.IT M. Kes selaku Ketua Program Studi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
4. Dra. Elza Ismail, M. Kes selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Nurul Huda Syamsiatun, S.SiT, M.Kes selaku penguji yang telah memberikan waktu untuk memberikan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
6. Kedua orang tua dan adik-adikku yang telah memberikan bantuan moral, spiritual, dan material.
7. Sahabat- sahabatku tersayang yang selalu ada dan selalu memberi dukungan dan motivasi.
8. Sahabat- sahabatku Jurusan Gizi 2013 yang telah memberikan semangat dan dukungan.
9. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan baik moral, material, maupun spiritual.

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

Yogyakarta, Juli 2016

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Oktia Pradenta
NIM : P07131113035
Program Studi/Jurusan : D-III Gizi
Judul Tugas Akhir : Kajian Standar Bumbu Menu Makan Siang Lauk
Hewani dan Sayur di Sekolah *Fullday* SD Unggulan
Aisyiyah Bantul

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 :

Kajian Standar Bumbu Menu Makan Siang Lauk Hewani dan Sayur di Sekolah *Fullday* SD Unggulan Aisyiyah Bantul

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/ format-kan, 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 : 14 Juli 2016

Yang menyatakan



Oktia Pradenta

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRACK	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Anak Sekolah	9
B. Sekolah <i>Full day</i>	10
C. Penyelenggaraan Makanan.....	10
D. Penyelenggaraan Makanan Institusi.....	13
E. Menu	15
F. Perencanaan Menu	17
G. Prasyarat dalam Perencanaan Menu.....	19
H. Lauk Pauk	22
I. Sayur	23
J. Standar Bumbu.....	24
K. Bumbu dan Rempah.....	27
L. Kerangka Teori	29
M. Kerangka Konsep.....	30
N. Pertanyaan Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Design Penelitian.....	31
B. Obyek Penelitian	31
C. Waktu dan Tempat Penelitian	31
D. Variabel Penelitian	32
E. Definisi Operasional Variabel.....	32

F. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	35
G. Jenis dan Teknik Pengolahan Data	35
H. Prosedur Penelitian.....	38
I. Pengolahan dan Analisa Data.....	39
J. Etika Penelitian	39

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum SD Unggulan Aisyiyah Bantul	40
B. Penyelenggaraan Makanan SD Unggulan Aisyiyah Bantul	41
C. Gambaran Umum Standar Bumbu	43
D. Standar Bumbu Menu Lauk Hewani.....	46
E. Standar Bumbu Menu Sayur	47
F. Berat Bahan Dasar Bumbu Menu Lauk Hewani.....	49
G. Berat Bahan Dasar Bumbu Menu Sayur	54
H. Kesesuaian Jenis Bahan Dasar Bumbu Lauk Hewani.....	57
I. Kesesuaian Jenis Bahan Dasar Bumbu Sayur.....	62

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	67
B. Saran	67

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Standar Bumbu Lauk Hewani	46
Tabel 2. Standar Bumbu Sayur	47
Tabel 3. Berat Bahan Dasar Bumbu per Porsi Masakan Opor.....	50
Tabel 4. Berat Bahan Dasar Bumbu per Porsi Masakan Soto.....	51
Tabel 5. Berat Bahan Dasar Bumbu per Porsi Masakan Semur	52
Tabel 6. Berat Bahan Dasar Bumbu per Porsi Masakan Bakso	53
Tabel 7. Berat Bahan Dasar Bumbu per Porsi Masakan Lodeh.....	54
Tabel 8. Berat Bahan Dasar Bumbu per Porsi Masakan Gudangan	55
Tabel 9. Berat Bahan Dasar Bumbu per Porsi Masakan Kare	56
Tabel 10. Berat Bahan Dasar Bumbu per Porsi Masakan Sop.....	57
Tabel 11. Perbandingan Jenis Bahan Dasar Bumbu Masakan Opor.....	59
Tabel 12. Perbandingan Jenis Bahan Dasar Bumbu Masakan Soto.....	60
Tabel 13. Perbandingan Jenis Bahan Dasar Bumbu Masakan Semur	61
Tabel 14. Perbandingan Jenis Bahan Dasar Bumbu Masakan Bakso	62
Tabel 15. Perbandingan Jenis Bahan Dasar Bumbu Masakan Lodeh.....	63
Tabel 16. Perbandingan Jenis Bahan Dasar Bumbu Masakan Gudang ..	64
Tabel 17. Perbandingan Jenis Bahan Dasar Bumbu Masakan Kare	65
Tabel 18. Perbandingan Jenis Bahan Dasar Bumbu Masakan Sop.....	66

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Prasyarat dalam Menentukan Menu.....	29
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian	30

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Perijinan	71
Lampiran 2. Analisis Data.....	72
Lampiran 3. Form Kesesuaian Jenis Bahan Dasar Bumbu	75
Lampiran 4. Form Berat Bahan Dasar Bumbu.....	76
Lampiran 5. Foto	77