

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Sistem Penyelenggaraan Makanan

Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi atau Makanan Massal (SPMI/M) merupakan suatu kegiatan pengelolaan makanan dalam jumlah besar yang mana dikatakan sebagai penyelenggaraan makanan massal apabila melibatkan produksi lebih dari 50 porsi dalam satu kali proses pengolahan, dan apabila dikonsumsi tiga kali sehari maka totalnya mencapai 150 porsi. Semua tahapan dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip mutu dan keamanan makanan, seperti higienitas, pemenuhan kebutuhan gizi, kepuasan konsumen, dan keterjangkauan biaya (Mastuti & Nugraheni, 2025).

Tujuan SPMI/M adalah menyediakan makanan berkualitas dengan menu seimbang dan bervariasi, pelayanan yang cepat dan memuaskan, serta memenuhi standar kebersihan dan sanitasi. Kegiatannya meliputi perencanaan anggaran, menu, dan bahan makanan, pengadaan, penyimpanan, pengolahan, distribusi, hingga evaluasi dan pelaporan (Mastuti & Nugraheni, 2025)

Penyelenggaraan makanan rumah sakit merupakan serangkaian kegiatan dimulai dari perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan makanan, penerimaan dan penyimpanan, pemasakan

bahan makanan, distribusi dan pencatatan, pelaporan serta evaluasi. Kegiatan penyelenggaraan makanan rumah sakit memiliki tujuan, yaitu untuk menyediakan makanan yang berkualitas sesuai dengan kebutuhan gizi, biaya yang aman, serta dapat diterima dengan baik oleh konsumen agar mencapai status gizi yang optimal (Kemenkes, 2013).

2. Menu

Menu merupakan susunan hidangan yang disajikan pada waktu makan tertentu, seperti sarapan, makan siang, makan malam, maupun selingan, yang disiapkan untuk memenuhi kebutuhan gizi dan dapat diterima oleh konsumen. Dalam penyelenggaraan makanan institusi, menu berperan sebagai dasar dalam menentukan jenis dan jumlah hidangan yang disajikan sehingga kualitas makanan, baik dari segi cita rasa, nilai gizi, maupun kesesuaian dengan kebutuhan konsumen, dapat tercapai. Menu didefinisikan sebagai kumpulan berbagai jenis pangan yang disajikan pada satu kali waktu makan atau dalam satu hari penuh, mencakup susunan hidangan pagi, siang, dan malam, serta menggambarkan komposisi makanan yang dikonsumsi seseorang sesuai waktu penyajian (Supriasa, 2016).

Dalam praktik penyelenggaraan makanan, menu biasanya disusun menggunakan beberapa komponen yang saling berhubungan. Siklus menu merupakan rangkaian menu harian yang ditetapkan untuk jangka waktu tertentu, seperti tiga hari, sepuluh hari, atau satu bulan, dan

digunakan kembali sesuai periode yang telah dirancang. Penggunaan siklus menu bertujuan untuk menjaga variasi hidangan, memastikan penggunaan bahan makanan berlangsung efektif, serta memudahkan pengaturan alur produksi (Rotua & Siregar, 2015).

Selanjutnya, pola menu menjadi pedoman mengenai kelompok bahan makanan dan frekuensi penyajian setiap jenis hidangan dalam satu siklus. Pola ini berfungsi untuk mengontrol keberagaman bahan makanan sehingga pemenuhan gizi dapat mengacu pada prinsip gizi seimbang serta menghindari dominasi jenis pangan tertentu (Depkes, 2013).

Agar pengaturan menu lebih sistematis, institusi umumnya menyusun master menu, yaitu matriks berisi penempatan bahan makanan atau hidangan pada setiap hari dalam siklus menu. Master menu membantu menjaga keseimbangan penggunaan bahan makanan, meminimalkan pengulangan menu yang berlebihan, serta mempermudah penyesuaian apabila terjadi perubahan anggaran atau kebijakan institusi (Bakri et al., 2018).

Setelah komponen tersebut ditetapkan, hidangan kemudian dituangkan ke dalam format menu, yakni bentuk penyusunan akhir yang memuat urutan hidangan sesuai kelompok bahan makanan pada setiap waktu makan dalam siklus (Rotua & Siregar, 2015).

3. Variasi Menu

Variasi menu merupakan perbedaan komposisi kelompok bahan makanan dalam suatu hidangan yang disajikan pada setiap waktu makan sehingga konsumen tidak menerima jenis hidangan yang sama dalam jangka waktu singkat. Dalam penyelenggaraan makanan institusi, variasi menu berperan dalam meningkatkan daya terima makanan sekaligus mendukung pemenuhan kebutuhan gizi melalui keberagaman bahan pangan. Rasa makanan dan variasi menu juga menjadi faktor eksternal yang memengaruhi jumlah sisa makanan, di mana hidangan yang kurang menarik atau tidak bervariasi cenderung menyisakan makanan lebih banyak dibandingkan hidangan yang memiliki rasa dan tampilan lebih baik (Moehyi, 2014).

Kurangnya keragaman variasi menu dapat menimbulkan kejenuhan dan kebosanan pada konsumen, sehingga menurunkan nafsu makan serta memengaruhi jumlah konsumsi makanan. Kondisi ini berpotensi berdampak pada pemenuhan kebutuhan gizi, terutama pada kelompok yang sangat bergantung pada makanan institusional seperti pasien, anak sekolah, atau pekerja yang tinggal di asrama. Oleh karena itu, penyelenggara makanan perlu menerapkan variasi menu yang tepat dan terstruktur agar dapat meningkatkan penerimaan makanan, mempertahankan selera makan, serta meminimalkan *food waste* dalam institusi (Umami, 2017).

4. Frekuensi Penggunaan Bahan Makanan

Frekuensi penggunaan bahan makanan merupakan jumlah kemunculan suatu bahan makanan dalam periode menu tertentu yang digunakan untuk menilai tingkat keberagaman menu dalam penyelenggaraan makanan. Semakin beragam penggunaan bahan makanan, semakin tinggi variasi menu yang dihasilkan. Variasi menu menjadi salah satu komponen penting dalam penyelenggaraan makanan karena dapat meningkatkan daya tarik makanan, mengurangi kebosanan, serta mendukung pemenuhan kebutuhan gizi konsumen secara lebih optimal (Humaidah et al., 2025).

Dalam penyelenggaraan makanan institusi, pengaturan frekuensi penggunaan bahan makanan perlu diperhatikan agar tidak terjadi pengulangan bahan atau hidangan yang terlalu sering dalam waktu berdekatan. Pengulangan menu yang berlebihan dapat menurunkan daya terima makanan dan meningkatkan risiko sisa makanan. Oleh karena itu, penyusunan siklus menu harus memperhatikan keberagaman bahan makanan dan jenis olahan yang digunakan (Bakri, 2022).

Variasi penggunaan bahan makanan juga berhubungan dengan kepuasan konsumen terhadap makanan yang disajikan. Menu yang beragam dapat meningkatkan penerimaan makanan serta membantu memenuhi kebutuhan zat gizi yang lebih beragam dibandingkan penggunaan bahan makanan yang sama secara berulang (Oksandi et al., 2019).

5. Teknik Pengolahan

Teknik pengolahan merupakan serangkaian metode yang digunakan untuk mengubah bahan makanan mentah menjadi olahan siap konsumsi, dan berperan penting dalam menentukan mutu tekstur, cita rasa, keamanan, serta daya cerna lauk nabati. Dalam penyelenggaraan makanan rumah sakit, teknik pengolahan dipilih tidak hanya berdasarkan preferensi sensoris, tetapi juga mempertimbangkan aspek gizi, keamanan pangan, serta kemampuan pasien dalam menerima makanan. Teknik pengolahan seperti perebusan, pengukusan, penumisan, penggorengan, dan pemanggangan dapat memberikan karakteristik berbeda pada bahan pangan nabati, sekaligus memengaruhi komposisi zat gizinya. Pengolahan dengan suhu rendah hingga sedang, seperti pengukusan dan perebusan, cenderung mempertahankan vitamin larut air dan tekstur yang lebih lembut, sedangkan metode seperti penggorengan dapat meningkatkan palatabilitas namun berpotensi menambah kandungan lemak pada makanan. Dengan demikian, pemilihan teknik pengolahan yang tepat sangat penting untuk menghasilkan lauk nabati yang memenuhi standar kualitas sensoris, gizi, dan keamanan bagi pasien di rumah sakit (Azizah Rasyid, 2020).

Selain memengaruhi kualitas sensoris, teknik pengolahan juga menentukan keseragaman produk, efisiensi waktu, serta ketepatan dalam mencapai standar porsi dan mutu yang ditetapkan oleh institusi.

Proses pengolahan yang konsisten penting untuk memastikan nilai gizi tidak mengalami penurunan signifikan akibat pemanasan berlebih ataupun penanganan yang tidak tepat. Dalam penyelenggaraan makanan institusi, termasuk rumah sakit, teknik pengolahan dipilih sesuai tujuan diet, kebutuhan pasien, serta kemampuan dapur dalam mempertahankan keamanan pangan. Penggunaan teknik seperti pemanggangan atau penumisan dapat membantu menciptakan variasi hidangan sehingga meningkatkan daya terima, namun tetap perlu dikontrol untuk memastikan kesesuaian dengan standar diet rumah sakit. Oleh karena itu, teknik pengolahan menjadi salah satu komponen penting dalam menghasilkan lauk nabati yang beragam, bergizi, aman, dan memenuhi kebutuhan pasien di fasilitas pelayanan kesehatan (Kemenkes RI, 2013).

Berdasarkan Permatasari (2018), teknik pengolahan dapat dikategorikan menjadi beberapa jenis, teknik yang umum digunakan meliputi :

a. Penggorengan (*Frying*)

Teknik ini melibatkan penggunaan minyak panas untuk menghasilkan lapisan renyah di luar. Contohnya, tahu goreng atau tempe goreng, yang memberikan rasa gurih dan tekstur *crispy*. Namun, teknik ini perlu diperhatikan agar tidak menambah kadar lemak berlebih (Moehyi, 2014).

b. Pengukusan (*Steaming*)

Pengukusan adalah teknik panas basah yang mempertahankan nutrisi bahan. Lauk nabati seperti tahu kukus atau tempe kukus sering digunakan dalam hidangan sehat, karena proses ini menghindari penambahan minyak (Rotua & Siregar, 2015).

c. Perebusan (*Boiling* atau *Simmering*)

Teknik ini digunakan untuk hidangan seperti tempe bacem atau tahu rebus, di mana bahan direndam dalam bumbu dan direbus perlahan. Hal ini membantu penyerapan rasa dan membuat hidangan lebih empuk (Titin et al., 2011).

6. Lauk Nabati

Lauk nabati merupakan bahan makanan yang berbahan dasar pangan nabati seperti kedelai, kacang-kacangan, biji-bijian, dan aneka olahan seperti tahu, tempe, serta produk turunan lainnya. Bahan makanan nabati ini memiliki kandungan protein nabati, vitamin, mineral, serta serat yang berperan penting dalam memenuhi kebutuhan gizi harian, terutama pada institusi pelayanan kesehatan yang menerapkan menu berstandar gizi seimbang. Sebagai bagian dari komponen lauk dalam satu porsi makanan lengkap, lauk nabati diutamakan karena mudah dicerna, memiliki variasi olahan yang luas, serta dapat disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan pasien dalam pelayanan gizi rumah sakit (Widiastuti & Hardinsyah, 2016).

Dalam penyusunan menu rumah sakit, lauk nabati harus disajikan dengan variasi yang cukup, baik dari segi bahan dasar maupun teknik pengolahannya, sehingga tidak menimbulkan kebosanan serta tetap memenuhi standar gizi seimbang. Variasi dalam pengolahan dapat digunakan untuk mempertahankan kualitas gizi sekaligus meningkatkan daya terima pasien. Dalam siklus menu institusi, penggunaan lauk nabati sebaiknya diatur secara proporsional agar tidak terjadi pengulangan berlebihan, serta mampu menyumbang keragaman hidangan yang mendukung pemenuhan kebutuhan zat gizi harian pasien (Rotua & Siregar, 2015)

Laik nabati mencakup berbagai jenis olahan yang berbasis pada bahan nabati non-hewani. Beberapa macam lauk nabati yang umum ditemukan dalam masakan Indonesia meliputi:

a. Tahu dan Tempe

Tahu adalah produk olahan kedelai yang dapat dibentuk menjadi berbagai varian seperti tahu goreng atau tahu bacem. Tempe, yang juga berasal dari kedelai, sering diolah menjadi tempe goreng atau tempe bacem. Kedua bahan ini kaya akan protein dan sering digunakan sebagai lauk utama atau pelengkap (Sari & Wulandari, 2019).

b. Oncom

Oncom adalah fermentasi dari ampas tahu atau kedelai, yang memiliki tekstur unik dan rasa gurih. Olahan oncom biasanya diolah

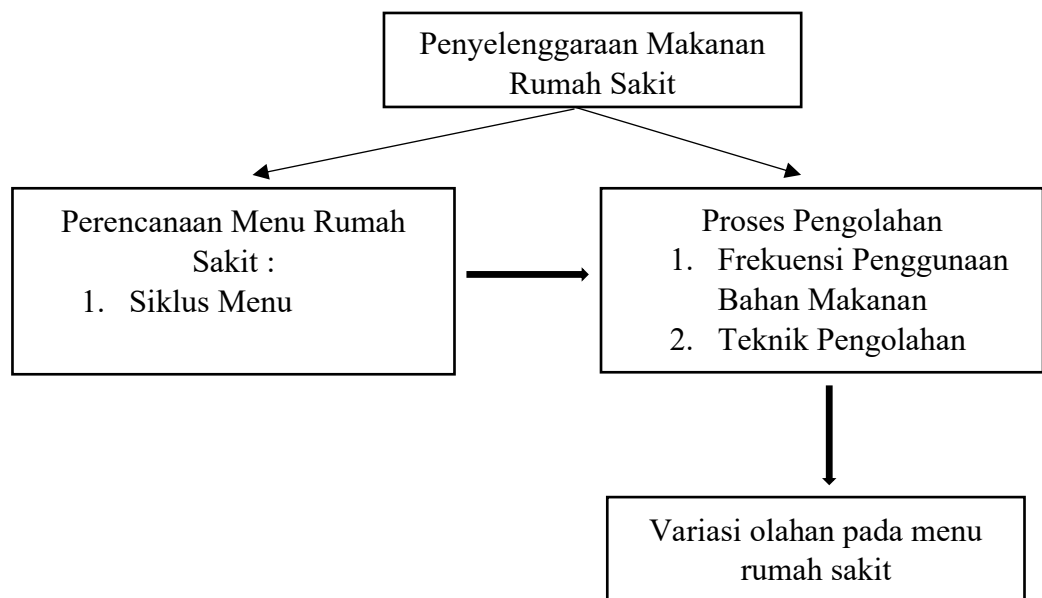
menjadi oncom goreng atau oncom sambal, yang populer di daerah Jawa Barat (Permatasari, 2018).

c. Kacang-Kacangan Lainnya:

Selain kedelai, lauk nabati juga dapat berasal dari kacang tanah, kacang hijau, atau lentil. Contohnya, kacang tanah dapat diolah menjadi bumbu pecel atau sambal kacang, sementara kacang hijau sering digunakan dalam olahan seperti bubur kacang hijau atau kolak (Amalia, 2020).

B. Kerangka Teori

Kerangka teori yang digunakan dalam penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 1.

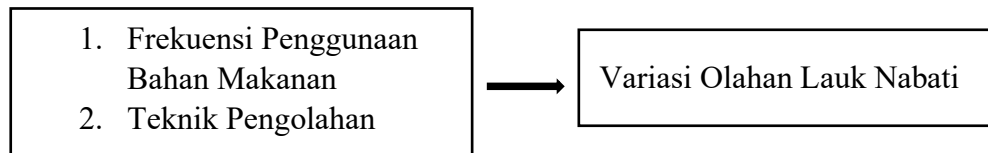


Gambar 1. Kerangka Teori Tentang Bagan SPMI

Sumber : Kemenkes RI (2013) dan Bakri et al, (2018)

C. Kerangka Konsep

Kerangka teori yang digunakan dalam penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian Gambaran Variasi Lauk Nabati Berdasarkan Frekuensi Penggunaan Bahan Makanan dan Teknik Pengolahan pada Menu yang Disajikan di RSUD Wonosari.

D. Pernyataan Penelitian

Berdasarkan landasan teori tersebut, dapat diambil pernyataan penelitian sebagai berikut :

1. Variasi lauk nabati berdasarkan frekuensi penggunaan bahan makanan lauk nabati pada menu yang disajikan di RSUD Wonosari bervariasi.
2. Variasi lauk nabati berdasarkan teknik pengolahan lauk nabati pada menu yang disajikan di RSUD Wonosari bervariasi.