

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Variasi lauk nabati berdasarkan Frekuensi penggunaan bahan makanan lauk nabati pada menu yang disajikan di RSUD Wonosari tergolong tidak bervariasi, karena terdapat dua jenis bahan makanan yang digunakan yaitu didominasi oleh tahu dengan persentase 63,33%.
2. Variasi lauk nabati berdasarkan teknik pengolahan lauk nabati pada menu yang disajikan di RSUD Wonosari tergolong tidak bervariasi, karena terdapat teknik pengolahan yang digunakan berulang sebanyak tiga kali pada satu hari yang sama.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Frekuensi penggunaan bahan makanan lauk nabati yang terlalu sering sebaiknya dikendalikan dengan melakukan variasi dan kombinasi bahan pangan nabati lain, seperti kacang-kacangan atau produk olahan kedelai lainnya, sehingga dapat meningkatkan keberagaman menu dan mencegah kejenuhan pasien.

2. Variasi teknik pengolahan lauk nabati perlu ditingkatkan dengan penggunaan teknik pengolahan yang lebih beragam dan seimbang. Teknik pengolahan masih didominasi metode rebus, sedangkan metode kukus hanya digunakan satu kali. Oleh karena itu, penggunaan teknik pengolahan yang lebih sehat, seperti pengukusan, perlu ditingkatkan.
3. Pengembangan menu perlu dilakukan melalui penerapan teknik pengolahan yang lebih beragam, seperti pepes, semur, tumis, dan panggang, dengan tetap memperhatikan kesesuaian terhadap kebutuhan gizi serta kondisi pasien sehingga variasi tekstur, cita rasa, dan penampilan makanan menjadi lebih menarik.