

TUGAS AKHIR

**KAJIAN TEKNIK PENGOLAHAN, VARIASI MENU, DAN
NILAI GIZI HIDANGAN BERBASIS TELUR DAN AYAM
PADA PASIEN KELAS 3 DI RS PKU MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA**



ILMA KHAFIDZA AZ-ZAHRA

P07131123028

**PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN

2026

TUGAS AKHIR

**KAJIAN TEKNIK PENGOLAHAN, VARIASI MENU, DAN
NILAI GIZI HIDANGAN BERBASIS TELUR DAN AYAM
PADA PASIEN KELAS 3 DI RS PKU MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



ILMA KHAFIDZA AZ-ZAHRA

P07131123028

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA

JURUSAN GIZI

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

Kajian Teknik Pengolahan, Variasi Menu, dan Nilai Gizi Hidangan Berbasis Telur dan Ayam pada Pasien Kelas 3 di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta

Study Of Processing Techniques, Menu Variations, and Nutritional Value Of Egg and Chicken-Based Dishes For Class 3 Patients At PKU Muhammadiyah Yogyakarta Hospital

Disusun oleh:

ILMA KHAFIDZA AZ-ZAHRA

P07131123028

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

23 Juli 2026

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Setyowati, SKM, M.Kes.
NIP:196406211988032002

Pembimbing Pendamping,

Joko Susilo, SKM, M.Kes.
NIP:196412241988031002

Yogyakarta, 23 Juli 2026

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP: 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR

KAJIAN TEKNIK PENGOLAHAN, VARIASI MENU, DAN NILAI GIZI
HIDANGAN BERBASIS TELUR DAN AYAM PADA PASIEN KELAS 3 DI RS
PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

Disusun Oleh

ILMA KHAFIDZA AZ-ZAHRA

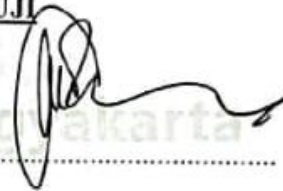
NIM. P07131123028

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal: 23 Juli 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Dr. Waluyo, S.TP, M.Kes.
NIP:196711091990031002



Anggota,
Setyowati, SKM, M.Kes.
NIP:196406211988032002



Anggota,
Joko Susilo, SKM, M.Kes.
NIP:196412241988031002



Yogyakarta, 23 Juli 2026

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes.
NIP: 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas akhir ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Ilma Khafidza Az-Zahra

NIM : P07131123028

Tanda Tangan : 

Tanggal : 23 Juli 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ilma Khafidza Az-Zahra
NIM : P07131123028
Program Studi : Diploma Tiga Gizi
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas Tugas Akhir saya yang berjudul:

"Kajian Teknik Pengolahan, Variasi Menu, dan Nilai Gizi Hidangan Berbasis Telur dan Ayam pada Pasien Kelas 3 di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, 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 : 23 Juli 2026

Yang menyatakan



(Ilma Khafidza Az-Zahra)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat- Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir (TA) ini. Penulisan TA ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Ibu Setyowati, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama dan Bapak Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi
3. Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Diploma III Gizi
4. Kepala Lahan Penelitian, Ulfah Latifa Arifani, S.Gz selaku Kepala Instalasi Gizi RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta
5. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan segala bantuan baik dukungan material maupun moral
6. Sahabat dan teman-teman yang telah menemani serta banyak membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Penulis meminta kritik dan saran yang membangun agar dalam penyusunan tugas akhir ini dapat lebih baik lagi dan membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 18 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

TUGAS AKHIR.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRACT	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup.....	4
E. Manfaat	6
F. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Telaah Pustaka.....	10
B. Landasan Teori	27
C. Kerangka Konsep	29
D. Pernyataan Penelitian	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Jenis dan Desain Penelitian	30
B. Objek Penelitian	30
C. Waktu dan Tempat	31
D. Aspek yang diteliti dan Batasan Istilah	31
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	33

F. Alat Ukur / Instrumen dan Bahan Penelitian.....	34
G. Prosedur Penelitian.....	34
H. Manajemen Data	36
I. Etika Penelitian	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Gambaran Umum Rumah Sakit	38
B. Teknik Pengolahan Hidangan Telur dan Ayam	40
C. Variasi Menu Hidangan Telur dan Ayam	43
D. Nilai Gizi Hidangan Telur dan Ayam	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka konsep penelitian	29
--	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	8
Tabel 2. Hidangan Telur dan Ayam berdasarkan Teknik Pengolahan	41
Tabel 3. Hidangan Telur dan Ayam berdasarkan Olahan	44
Tabel 4. Nilai Gizi Hidangan Telur dan Ayam per Porsi.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rekapitulasi Teknik Pengolahan Telur dan Ayam	59
Lampiran 2. Rekapitulasi Variasi Olahan Telur dan Ayam	60
Lampiran 3. Rekapitulasi Nilai Gizi Berdasarkan Menu Hidangan.....	61
Lampiran 4. Siklus Menu Diet Biasa RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.....	67
Lampiran 5. Standar Resep Lauk Hewani Berbasis Telur dan Ayam	69
Lampiran 6. Standar Makanan Biasa	85
Lampiran 7. Sampel Hidangan Berbasis Telur dan Ayam.....	86