

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit

a. Pengertian Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2013), sistem penyelenggaraan makanan di rumah sakit merupakan suatu proses komprehensif yang dimulai dari perencanaan menu dan anggaran, pengadaan dan penyimpanan bahan, proses pemasakan, hingga distribusi, pencatatan, pelaporan, dan evaluasi. Proses ini bertujuan untuk menyediakan makanan yang bermutu tinggi, memenuhi kebutuhan nutrisi, efisien secara biaya, aman dikonsumsi, dan diterima oleh konsumen, dengan tujuan akhir mencapai kondisi gizi yang optimal. Sasaran utama dari layanan ini adalah pasien rawat inap, namun dapat diperluas untuk mencakup karyawan rumah sakit. Secara garis besar, ruang lingkup kegiatan ini meliputi aspek produksi dan distribusi makanan.

b. Alur Penyelenggaraan Makanan

Alur penyelenggaraan makanan menurut Kementerian Kesehatan RI (2013) antara lain:

1) Perencanaan Menu

Perencanaan menu adalah rangkaian kegiatan menyusun dan memadukan hidangan dengan variasi, memenuhi kecukupan gizi, cita rasa yang sesuai dengan selera konsumen (pasien), serta kebijakan dan kemampuan institusi. Perencanaan menu mencakup penetapan macam menu, siklus menu, pola menu, standar porsi, master menu, format menu, penilaian menu dan uji coba menu sebelum diberlakukan. Tujuan utama dari perencanaan menu menurut adalah untuk memastikan terpenuhinya kebutuhan zat gizi pasien sesuai kondisi klinis sehingga dapat menunjang proses pemulihan. (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Pada penyelenggaraan makanan rumah sakit, menu disusun minimal setiap enam bulan sekali dan harus disesuaikan dengan jenis diet pasien yang beragam (Departemen Kesehatan RI, 2007). Perencanaan menu yang cermat akan menjamin tersedianya makanan yang bergizi, bervariasi, dan sesuai dengan anggaran yang tersedia, sehingga pada gilirannya akan mendukung tercapainya tujuan penyelenggaraan makanan secara keseluruhan.

2) Pengadaan Bahan

Pengadaan bahan makanan merupakan usaha atau proses penyediaan bahan makanan sesuai dengan kebutuhan yang telah direncanakan dalam menu (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Tujuan utama dari pengadaan bahan makanan adalah tersedianya

bahan makanan pada waktu yang telah ditentukan, dalam macam dan jumlah yang cukup, serta kualitas yang sesuai dengan kebutuhan yang telah ditetapkan sebelumnya (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Menurut Wayansari dkk. (2018), kegiatan pengadaan bahan makanan mencakup empat komponen penting, yaitu penetapan spesifikasi bahan makanan yang menentukan standar mutu, jenis, dan karakteristik bahan yang akan dibeli, perhitungan harga makanan untuk mengestimasi biaya yang diperlukan berdasarkan kebutuhan dan harga pasar; pemesanan dan pembelian bahan makanan yang merupakan proses penyediaan bahan sesuai dengan pedoman menu dan rata-rata jumlah konsumen yang dilayani; serta survei pasar untuk memantau ketersediaan dan harga bahan makanan di pasaran guna memastikan efisiensi biaya.

Dalam konteks penyelenggaraan makanan rumah sakit, pengadaan bahan makanan harus mempertimbangkan jenis diet pasien, jumlah pasien yang dilayani, serta standar porsi yang telah ditetapkan dalam Peraturan Pemberian Makanan Rumah Sakit (PPMRS) (Departemen Kesehatan RI, 2007)

3) Penerimaan dan Penyimpanan Bahan

Penerimaan bahan makanan merupakan rangkaian kegiatan meneliti, memeriksa, mencatat, dan melaporkan bahan makanan yang diterima sesuai dengan spesifikasi yang ditetapkan dalam

kontrak atau surat perjanjian jual beli (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Kegiatan ini meliputi pemeriksaan kualitas, kuantitas, dan kesegaran bahan makanan untuk mencegah risiko kontaminasi sejak dini. Prinsip penerimaan bahan makanan mengharuskan bahwa bahan makanan yang diterima harus sesuai dengan pesanan baik dari segi jenis, jumlah, maupun mutu; petugas penerima berhak menolak atau mengembalikan bahan yang tidak sesuai spesifikasi; dan setiap penerimaan harus dicatat serta dilaporkan untuk keperluan administrasi dan pengendalian (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Pemeriksaan yang teliti pada tahap penerimaan sangat penting untuk menjamin keamanan dan kualitas bahan makanan yang akan digunakan dalam proses selanjutnya.

Penyimpanan bahan makanan adalah proses pengaturan dan pemeliharaan bahan pangan, baik yang bersifat kering maupun segar di ruang penyimpanan yang sesuai, seperti gudang bahan kering, lemari pendingin, atau *freezer*. Prosedur ini bertujuan menjaga ketersediaan, kualitas, dan keamanan bahan selama masa penyimpanan agar tetap layak digunakan dalam proses produksi makanan. Secara umum, tujuan penyimpanan adalah memastikan bahan makanan selalu tersedia dalam jumlah yang memadai dan mutu yang sesuai dengan kebutuhan operasional (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

4) Persiapan dan Pengolahan Makanan

Persiapan bahan makanan merupakan serangkaian kegiatan dalam mempersiapkan bahan makanan yang siap diolah, seperti mencuci, memotong, menyangi, dan meracik sesuai dengan menu, standar resep, standar porsi, dan standar bumbu yang telah ditetapkan (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Tahap ini harus memperhatikan prinsip higiene dan sanitasi untuk mencegah kontaminasi silang antar bahan makanan. Menurut Rotua dan Siregar (2015), persiapan bahan makanan yang baik memerlukan perhatian terhadap kebersihan peralatan yang digunakan, kebersihan tangan petugas, serta pemisahan bahan makanan mentah dan matang untuk menghindari risiko kontaminasi.

Pengolahan atau pemasakan bahan makanan merupakan kegiatan mengubah bahan makanan mentah menjadi makanan yang siap dimakan, berkualitas, dan aman untuk dikonsumsi (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Pengolahan makanan harus menerapkan prinsip higiene sanitasi makanan sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1096/MENKES/PER/VI/2011 tentang Higiene Sanitasi Jasad Boga. Terdapat beberapa persyaratan yang harus dipenuhi dalam pengolahan makanan, yaitu tersedianya menu, pedoman menu, dan siklus menu, tersedianya bahan makanan yang akan dimasak, tersedianya peralatan pemasakan yang memadai, tersedianya aturan dalam menilai hasil pemasakan,

tersedianya prosedur tetap pemasakan, serta tersedianya peraturan penggunaan bahan tambahan pangan yang aman (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

5) Distribusi Makanan

Distribusi makanan adalah serangkaian proses penyampaian makanan sesuai dengan jenis makanan dan jumlah porsi konsumen yang dilayani (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Kegiatan ini mencakup dua kegiatan inti, yaitu pembagian atau pemorsian makanan dan penyampaian makanan sampai ke konsumen. Menurut Maulina (2024), distribusi makanan merupakan tahap kritis dalam penyelenggaraan makanan karena pada tahap ini terjadi perpindahan makanan dari tempat pengolahan ke tempat pelayanan, sehingga diperlukan pengawasan yang ketat untuk menjaga kualitas dan keamanan makanan.

Beberapa persyaratan yang harus dipenuhi dalam pendistribusian makanan antara lain tersedianya Peraturan Pemberian Makanan Rumah Sakit (PPMRS), tersedianya standar porsi yang ditetapkan institusi, adanya peraturan pengambilan makanan, adanya daftar permintaan makanan pasien, tersedianya peralatan untuk distribusi makanan dan peralatan makan, serta adanya jadwal pendistribusian makanan yang telah ditetapkan (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

6) Penyajian Makanan di Ruang

Penyajian makanan merupakan tahap di mana makanan yang telah didistribusikan disajikan kepada konsumen sesuai dengan porsi dan diet yang ditentukan (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Pada penyelenggaraan makanan rumah sakit, penyajian dilakukan di ruang perawatan pasien dengan memperhatikan estetika penyajian dan kenyamanan konsumen. Menurut

Gregoire (2013), penyajian makanan yang baik harus memperhatikan penampilan makanan, aroma, tekstur, dan suhu, karena aspek-aspek tersebut sangat mempengaruhi selera makan dan kepuasan konsumen. Penyajian makanan yang menarik secara visual dapat meningkatkan nafsu makan, terutama pada pasien yang sedang dalam masa pemulihan.

Penyajian makanan harus memperhatikan beberapa hal penting, yaitu ketepatan jenis makanan sesuai dengan permintaan atau diet yang telah ditentukan, ketepatan porsi yang telah ditetapkan dalam standar porsi, suhu makanan saat penyajian di mana makanan hangat disajikan dalam keadaan panas dan makanan dingin disajikan dalam keadaan dingin, serta estetika penyajian untuk meningkatkan selera makan konsumen (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

7) Pelayanan makanan Pasien

Pelayanan makanan pasien merupakan tahap akhir dari alur penyelenggaraan makanan yang berfokus pada pemberian layanan langsung kepada konsumen (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Kegiatan pelayanan makanan pasien mencakup verifikasi kesesuaian makanan dengan diet yang ditentukan, monitoring asupan makanan pasien, pencatatan konsumsi makanan, evaluasi kepuasan pasien terhadap makanan yang disajikan, serta tindak lanjut terhadap keluhan atau masalah yang muncul selama proses pelayanan (Departemen Kesehatan RI, 2007).

Menurut Maulina (2024), pelayanan makanan pasien tidak hanya terbatas pada pemberian makanan secara fisik, tetapi juga mencakup aspek komunikasi dan edukasi gizi kepada pasien dan keluarganya.

2. Menu

Kata "menu" berasal dari bahasa Prancis "*Le Menu*", yang bermakna daftar hidangan yang disediakan untuk tamu di ruang makan. Dalam bahasa Inggris, menu juga dikenal sebagai "*Bill of Fare*". Menu berfungsi sebagai panduan bagi penyaji makanan atau hidangan, serta sebagai acuan bagi mereka yang menikmati hidangan tersebut (Chandradewi et al., 2025).

Menu dapat diartikan sebagai kumpulan berbagai jenis makanan atau hidangan yang disediakan untuk individu atau kelompok, mencakup susunan sajian untuk makan pagi, siang, dan malam. Selain itu, menu juga merujuk pada rangkaian makanan atau hidangan yang dikonsumsi seseorang dalam satu kali makan harian sesuai dengan waktu yang ditentukan (Chandradewi et al., 2025).

a. Klasifikasi menu berdasarkan jenisnya, menurut Soenardi (2013):

- 1) Menu statis (*static menu*) merupakan menu yang disajikan secara identik setiap hari. Menu ini cocok digunakan oleh restoran yang pelanggannya berubah-ubah setiap hari dan puas dengan pilihan yang tersedia.
- 2) Menu sekali pakai (*single use menu*) adalah menu yang dirancang khusus untuk satu kali penggunaan, biasanya pada hari tertentu atau acara khusus.
- 3) Menu siklus (*cycle menu*) merupakan menu yang berubah setiap hari dalam satu periode tertentu dan dapat diulang pada periode berikutnya. Misalnya, menu yang berlaku selama lima hari, tujuh hari, atau sepuluh hari, dan seterusnya.

b. Klasifikasi menu berdasarkan tingkat pilihan:

- 1) Menu non pilihan (*non selective menu*) adalah susunan menu di mana pelanggan tidak memiliki opsi untuk memilih hidangan yang disajikan. Menu ini sangat tepat untuk pelanggan yang tidak terlalu peduli dengan variasi makanan dan memiliki keterbatasan waktu.
- 2) Menu pilihan terbatas (*semi selective menu*) adalah menu di mana pelanggan hanya dapat memilih dari sebagian kelompok hidangan. Pada menu ini, pilihan dibatasi pada kategori hidangan tertentu dan tidak diperbolehkan untuk kategori lainnya. Sebagai contoh, pelanggan boleh memilih minuman dan sayuran, tetapi tidak untuk buah-buahan.

3) Menu pilihan (*selective menu*) adalah menu di mana pelanggan diminta untuk memilih satu paket atau satu opsi dari setiap kelompok hidangan yang ditawarkan. Setiap kelompok hidangan dapat disesuaikan dengan pola menu yang berlaku di institusi tersebut, dengan jumlah pilihan yang biasanya dibatasi menjadi dua atau tiga varian. Menu ini sangat tepat untuk pelanggan yang tidak terlalu peduli dengan variasi makanan dan memiliki keterbatasan waktu.

3. Teknik Pengolahan Makanan

Proses transformasi bahan pangan mentah menjadi produk jadi yang aman dan bernilai melibatkan teknik-teknik tertentu yang menggunakan media panas dan proses fisika-kimia. Tujuan mendasar dari teknik-teknik ini adalah untuk menjamin keamanan mikrobiologis, meningkatkan kemampuan tubuh untuk mencerna makanan, serta meminimalkan hilangnya zat gizi selama proses pengolahan, sehingga nilai gizi dan kualitas sensorinya dapat dipertahankan secara optimal (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Setelah tahap persiapan bahan, proses selanjutnya melibatkan teknik pengolahan tertentu. Menurut Chandradewi et al., (2025) terdapat tiga kategori utama teknik memasak berdasarkan sumber panas yang digunakan.

1) Teknik pengolahan panas basah

Teknik pengolahan panas basah (*moist heat cooking*) merupakan metode memasak yang memanfaatkan cairan atau uap sebagai media penghantar panas untuk mematangkan bahan

makanan. Cairan yang digunakan dapat bervariasi, seperti air, kaldu, susu, atau santan (Nita et al., 2022). Berikut adalah sub-teknik dalam kategori ini:

a) *Boiling* (Merebus)

Teknik merebus bahan makanan dalam cairan berlebih pada suhu sekitar 100°C, dengan seluruh bahan terendam. Prosesnya meliputi persiapan bahan, pemotongan, dan pemasakan dalam panci. Kelebihannya mencakup kemudahan pematangan, keamanan, dan retensi nutrisi (Chandradewi et al., 2026).

b) *Steaming* (Mengukus)

Steaming adalah teknik memasak dengan memanfaatkan uap air mendidih, di mana bahan makanan tidak bersentuhan langsung dengan air. Metode ini sangat efektif untuk menjaga kandungan gizi, tekstur, warna, dan cita rasa bahan makanan (Nita et al., 2022). Teknik ini banyak digunakan untuk memasak sayuran dan seafood karena menghasilkan hidangan yang lebih sehat dan rendah lemak.

2) Teknik Pengolahan Panas Kering

Teknik pengolahan panas kering (*dry heat cooking*) merupakan metode memasak yang tidak menggunakan tambahan cairan (seperti air atau kaldu) selama proses pemasakan (Fatah et al., 2025). Pada teknik ini, panas disalurkan melalui media berupa udara panas atau radiasi langsung dari sumber api, tanpa adanya uap air

sebagai penghantar utama (Setyaningsih et al., 2024). Berikut adalah teknik-teknik dalam kategori ini:

a) *Baking* dan *Roasting* (Mengoven/memanggang)

Kedua metode ini beroperasi dengan prinsip serupa, yakni menggunakan oven untuk menyebarkan udara panas dan kering ke seluruh bagian makanan, sehingga menghasilkan hasil akhir yang kering, berkilau, dan berwarna kecokelatan akibat lemak. Perbedaannya terletak pada penggunaan istilah, yaitu *baking* biasanya untuk memanggang kue, roti, atau adonan yang memerlukan waktu lebih lama pada suhu rendah, sedangkan *roasting* lebih cepat dengan suhu tinggi untuk mencapai kecokelatan. Keduanya melibatkan proses karamelisasi pada karbohidrat dan reaksi Maillard pada daging serta unggas, yang memberikan warna keemasan atau kecokelatan (Chandradewi et al., 2026).

b) *Grilling* (membakar/memanggang)

Grilling adalah teknik memasak dengan panas radiasi tinggi yang berasal dari bawah bahan makanan, biasanya menggunakan bara api, gas, atau panggangan listrik (Fatah et al., 2025). Hasilnya adalah cita rasa berasap dan tekstur khas. Jika konduksi lambat, makanan didekatkan ke api untuk mempercepat pematangan. Cocok untuk protein hewani seperti daging dan unggas, baik potongan besar maupun kecil.

3) Teknik Pengolahan dengan Media Minyak atau Lemak

Metode ini menggunakan lemak sebagai penghantar panas. Jenis lemak bervariasi, seperti minyak dengan rantai pendek (minyak kelapa sawit) atau panjang (minyak zaitun, biji bunga matahari), serta lemak padat dari hewani (mentega) atau nabati (margarin) (Chandradewi et al., 2026). Berikut macam pengolahan media dengan minyak :

a) *Frying* (Menggoreng)

Juga dikenal sebagai menggoreng, teknik ini menggunakan minyak berlebih, dengan bahan terendam sebagian atau seluruhnya. Hasilnya tekstur berkulit, kering, gurih, dengan peningkatan kalori dari lemak, rasa unik, dan warna kuning kecokelatan (Chandradewi et al., 2026). Variasi:

- (1) *Deep Frying*: Menggoreng dengan minyak banyak, bahan terendam penuh, api kecil hingga sedang.
- (2) *Stir Frying*: Menggoreng dengan minyak sedikit sambil diaduk konstan, api besar.
- (3) *Shallow Frying*: Menggoreng dengan lemak sedikit (sekitar 1/3 bagian bahan), api kecil hingga sedang.

Peralatan: Fryer elektrik atau panci deep frying, wajan bundar, wajan wok, pan teflon, pan frying, stir frying, atau panci bertangkai stainless steel.

b) *Sauteing* (menumis)

Dikenal sebagai menumis, teknik ini menggunakan minyak sedikit untuk mencegah lengket, biasanya untuk mematangkan bumbu. Teknik ini sangat baik untuk menumis sayuran, potongan daging kecil, dan bumbu agar tetap renyah dan tidak kehilangan banyak air (Fatah et al., 2025).

4. Lauk Hewani

Lauk hewani merujuk pada bahan pangan yang berasal dari hewan, termasuk daging, ikan, susu, telur, dan unggas. Jenis lauk ini berfungsi sebagai pelengkap nasi yang utamanya bersumber dari bahan hewani. Sumber lauk hewani meliputi daging ruminansia seperti sapi, kambing, dan rusa; daging unggas seperti ayam dan bebek; ikan beserta produk laut; telur; susu; serta olahan dari bahan-bahan tersebut. Dibandingkan dengan lauk nabati, lauk hewani menawarkan keunggulan dalam kualitas nutrisi, yakni kandungan protein, vitamin, dan mineral yang lebih tinggi serta lebih mudah diserap oleh tubuh. Meskipun demikian, lauk hewani cenderung tinggi kolesterol (kecuali ikan) dan lemak, dengan lemak dari daging serta unggas yang sebagian besar bersifat jenuh. Kolesterol dan lemak jenuh penting bagi tubuh, terutama pada anak-anak, namun asupannya perlu dibatasi pada orang dewasa (Chandradewi et al., 2025).

a. Telur

Telur merupakan produk hasil peternakan yang memiliki peran penting dalam konsumsi masyarakat, dengan kandungan nutrisi alami yang

seimbang. Penurunan mutu telur umumnya disebabkan oleh hilangnya kadar air dan perubahan pada bagian dalam telur selama periode penyimpanan. Faktor-faktor seperti suhu, kelembapan, cara penanganan, dan durasi penyimpanan berpengaruh terhadap kualitas telur. Telur termasuk produk yang mudah rusak, memiliki keunikan sebagai sumber protein dan asam amino yang mendukung pertumbuhan makhluk hidup. Hal ini karena telur memiliki nilai biologis hampir 100%, yang berarti dapat dicerna dan diserap tubuh secara sempurna (Evanuarini, H., et, al 2021).

Menurut Evanuarini, H., et, al (2021), telur terdiri dari :

1) Cangkang (*Egg Shell*)

Cangkang telur melindungi albumen dan yolk, menyumbang 11% dari total berat telur. Fungsinya adalah sebagai penghalang telur dan sarana pertukaran gas untuk perkembangan embrio. Kutikula mencegah penguapan kelembapan telur dan masuknya mikroorganisme. Kutikula bersifat bakteriostatik alami dan menutupi seluruh permukaan luar cangkang.

2) Putih Telur (*Albumen*)

Putih telur, atau albumen, menyumbang 65% dari total berat telur. Ia mengelilingi kuning telur dan berperan sebagai penyerap guncangan. Kandungan albumen kaya protein, vitamin, dan zat yang melindungi telur dari *mikroorganisme*. *Albumen* tebal (*chalaziferous layer*) terdiri dari bagian yang membentuk putih telur dan *chalaza* berserat. Desain dan struktur *albumen* bertujuan untuk menyangga serta melindungi

kuning telur agar tetap di tengah telur. *Albumen* terbagi menjadi putih telur kental dan encer (*thick white dan thin white*). *Thin albumen* berada di dekat cangkang dan menyebar mengelilingi putih telur kental. *Thick albumen* merupakan sumber utama *riboflavin* dan protein.

3) Kuning Telur (*Yolk*)

Kuning telur mengandung banyak lemak, vitamin, dan mineral yang berkontribusi pada total protein telur. Ia dilindungi oleh membran vitelin transparan yang mencegah pencampuran dengan albumen. Variasi warna kuning telur dipengaruhi oleh pakan ayam petelur, namun tidak berkaitan dengan nilai nutrisi pangan. Protein dalam kuning telur hadir dalam bentuk kompleks seperti *lipovitelin*, *lipovitelinin*, *fosvitin*, dan *livetin*. *Avidin* berfungsi sebagai protein yang mengikat vitamin *biotin*. Lemak pada kuning telur terbagi menjadi tiga bagian, yaitu *trigliserida*, *fosfolipid*, dan *lipoprotein*.

b. Daging ayam

Daging ayam berperan penting dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi karena kandungan proteinnya yang tinggi. Namun, bahan pangan ini rentan terhadap kerusakan mikrobiologi akibat kadar air yang cukup besar. Daging serta produk olahannya menjadi lingkungan yang ideal bagi perkembangan mikroorganisme. Proses penanganan dan pengolahan lebih lanjut pun dapat memperburuk kontaminasi oleh mikroorganisme pembusuk serta pathogen (Ariyani, 2020).

Berdasarkan Muchtadi (2010), kerusakan pada daging ditunjukkan oleh perubahan aroma dan munculnya lendir. Kerusakan mikrobiologi pada daging umumnya disebabkan oleh pertumbuhan bakteri pembusuk, dan dapat dikenali melalui indikator berikut:

- 1) Perubahan aroma menjadi tengik atau busuk
- 2) Munculnya lendir
- 3) Perubahan warna
- 4) Perubahan rasa menjadi asam

Daging ayam termasuk jenis unggas yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat luas. Daging ini merupakan sumber protein berkualitas tinggi karena mengandung asam amino esensial yang lengkap dan dalam proporsi yang baik. Selain itu, serat-seratnya yang pendek dan lembut memudahkan proses pencernaan (Anjarsari, 2010 dalam Ariyani, 2020).

5. Nilai Gizi

Nilai gizi makanan merujuk pada kandungan zat gizi (nutrien) dalam suatu bahan makanan atau hidangan, yang mencakup zat gizi makro dan zat gizi mikro (Putri et.al., 2023).

a. Nilai gizi makro

Kandungan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah yang cukup besar. Kelompok nutrisi ini, yang dikenal sebagai makronutrien, mencakup karbohidrat, lemak, dan protein. Ketiga komponen tersebut berperan penting dalam menyediakan energi untuk tubuh agar dapat melakukan aktivitas dan menjalankan fungsinya dengan baik.

Makronutrien umumnya diukur dalam satuan gram, seperti jumlah gram karbohidrat, lemak, atau protein tertentu. Setiap 1 gram karbohidrat atau protein mampu memberikan energi sebanyak 4 kkal, sedangkan setiap 1 gram lemak menyediakan 9 kkal (Putri et.al., 2023).

b. Nilai gizi mikro

Kandungan nutrisi diperlukan oleh tubuh dalam jumlah yang kecil atau sedikit. Kelompok nutrisi yang terdiri dari vitamin dan mineral ini juga dikenal sebagai mikronutrien. Mikronutrien umumnya diukur dalam satuan miligram (mg), mikrogram (mcg), atau IU (Putri et.al., 2023).

B. Landasan Teori

Penyelenggaraan makanan rumah sakit merupakan suatu sistem komprehensif yang meliputi rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu, pengadaan bahan, penerimaan dan penyimpanan, persiapan, pengolahan makanan, distribusi, penyajian, hingga evaluasi (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Seluruh rangkaian kegiatan ini bertujuan memastikan makanan yang disajikan kepada pasien memenuhi kebutuhan gizi sesuai kondisi klinis, aman dikonsumsi, layak secara sensori, serta mendukung proses penyembuhan.

Ruang lingkup penyelenggaraan makanan mencakup produksi makanan (menu planning, procurement, food preparation & cooking) serta distribusi makanan (trayline, pengiriman, pelayanan di ruang perawatan). Dalam pelaksanaannya, PGRS menekankan pentingnya standar operasional prosedur untuk menjamin mutu dan keamanan pangan.

Menu merupakan daftar hidangan yang disajikan dalam satu kali waktu makan atau dalam siklus tertentu. Menu berfungsi sebagai pedoman bagi penyelenggara makanan dan pasien, serta menjadi dasar untuk menentukan jenis makanan, jumlah porsi, variasi, dan nilai gizi. Menu adalah susunan hidangan yang mencakup sarapan, makan siang, dan makan malam, yang menentukan pola konsumsi harian (Fatimah & Nuryaningsih, 2018).

Teknik pengolahan makanan merupakan proses mengubah bahan pangan mentah menjadi makanan siap konsumsi melalui perlakuan panas maupun non-panas dengan tujuan meningkatkan keamanan, mutu gizi, tekstur, dan cita rasa hidangan (Winarno, 2004; PGRS, 2013). Pengolahan yang tepat diperlukan untuk mempertahankan kualitas zat gizi dan mencegah kontaminasi yang dapat merugikan pasien, terlebih pada pasien rawat inap yang rentan terhadap infeksi.

Lauk hewani adalah hidangan berbahan hewan seperti ayam, ikan, telur, dan daging sapi. Lauk hewani merupakan sumber protein berkualitas tinggi, vitamin, dan mineral penting (Fatimah & Nuryaningsih, 2018).

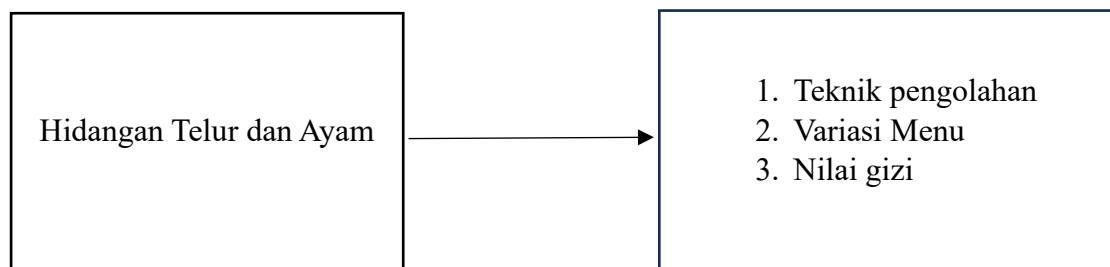
Telur memiliki kandungan protein dengan nilai biologis hampir 100%, serta terdiri dari tiga komponen utama yaitu cangkang, albumen, dan yolk (Evanuarini et al., 2021). Mutu telur dipengaruhi oleh suhu, kelembaban, serta penanganan selama penyimpanan. Nilai gizinya membuat telur ideal untuk pasien dengan kebutuhan pemulihan.

Daging ayam mudah dicerna, mengandung protein esensial lengkap, namun rentan kerusakan mikrobiologis karena kadar air tinggi. Kerusakan ditandai dengan

perubahan aroma, lendir, dan warna (Ariyani, 2020). Pengolahan dan penanganan yang tepat diperlukan untuk mencegah kontaminasi.

Nilai gizi makanan merujuk pada kandungan zat gizi (nutrien) dalam suatu bahan makanan atau hidangan, yang mencakup zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dan zat gizi mikro (vitamin dan mineral) (Putri et.al., 2023).

C. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka konsep penelitian

D. Pernyataan Penelitian

1. Teknik pengolahan pada hidangan telur dan ayam pasien kelas 3 di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta bervariasi.
2. Variasi menu pada hidangan telur dan ayam pasien kelas 3 di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta sudah bervariasi.
3. Nilai gizi pada hidangan telur dan ayam pasien kelas 3 di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta sudah sesuai standar RS.