

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Teknik pengolahan hidangan berbasis telur dan ayam pada pasien kelas 3 RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta terdiri dari merebus, mengukus dan menggoreng.
2. Pada periode siklus menu 10+1 hari, variasi hidangan berbasis telur dan ayam mencapai 16 hidangan berbeda dari total 18 kali penyajian, dengan komposisi harian yang selalu bervariasi tanpa ada menu yang sama dalam satu hari.
3. Nilai gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) per porsi menunjukkan bahwa energi berkisar antara 70,48 - 340,13 kkal, protein 4,07 - 11,48 gram, lemak 4,66 - 29,58 gram, dan karbohidrat 0,36 - 18,94 gram. Nilai gizi dipengaruhi oleh teknik pengolahan, jenis bahan utama dan bahan tambahan yang digunakan.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan dapat disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Bagi Tenaga Penjamah dan Pengolah Makanan

Penjamah dan pengolah makanan disarankan untuk mengembangkan keterampilan dalam berbagai teknik pengolahan, tidak hanya terpaku pada satu teknik pengolahan agar variasi tekstur dan cita rasa

lebih beragam. Pelatihan singkat mengenai diversifikasi teknik pengolahan dapat diadakan secara berkala setiap 3-6 bulan.

Penjamah juga perlu lebih memperhatikan konsistensi porsi sesuai standar dengan menggunakan alat ukur baku seperti sendok takar atau timbangan digital serta disarankan untuk terus mengikuti perkembangan ilmu gizi dan teknologi pangan melalui pelatihan, seminar, atau membaca literatur terkait.

2. Bagi Ahli Gizi RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk melakukan evaluasi dan perbaikan terhadap standar porsi dan nilai gizi lauk hewani yang dipesan dari katering, serta menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun menu yang lebih seimbang antara variasi nama hidangan dan variasi teknik pengolahan. Evaluasi ini sebaiknya dilakukan setiap kali menyusun siklus menu baru dan dalam rapat evaluasi pelayanan gizi setiap bulan.

3. Bagi Institusi Pendidikan Tinggi Vokasi Gizi

Institusi Pendidikan Tinggi Vokasi Gizi dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk menambah pustaka dan referensi terkait Penyelenggaraan Makanan Institusi dan Manajemen Sistem Pelayanan Gizi serta referensi bagi mahasiswa yang akan mengambil topik penelitian sejenis. Pemanfaatan dapat dilakukan dengan memasukkan hasil penelitian ini ke perpustakaan kampus.

4. Bagi Pembaca dan Peneliti Selanjutnya

Pembaca dan peneliti selanjutnya disarankan untuk menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pembelajaran dan untuk peneliti selanjutnya bisa menambahkan variabel tingkat penerimaan pasien dengan pengukuran sisa makanan untuk melihat hubungan antara variasi menu dengan konsumsi aktual pasien.

5. Bagi Peneliti Sendiri

Pengalaman dari penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta menjadi bekal ketika nanti terjun ke dunia kerja, baik dalam menyusun menu yang bergizi dan variatif, maupun dalam mengevaluasi pelayanan makanan di institusi kesehatan.