

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Penyelenggaraan Makanan**

##### **1. Definisi Penyelenggaraan Makanan**

Penyelenggaraan makanan adalah suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan kepada konsumen, dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian diet yang tepat. Termasuk kegiatan pencatatan, pelaporan dan evaluasi. Cakupan penyelenggaraan makanan sangat luas, tidak seperti yang dipahami hanya sekedar merencanakan menu, mengolah, menyimpan dan menyajikan bahan makanan, tetapi juga meliputi fasilitas, peraturan perundang-undangan, anggaran, ketenagaan, peralatan, hygiene-sanitasi dan lain sebagainya (Aritonang, I. 2014). Adapun 10 rangkaian dalam penyelenggaraan makanan adalah:

##### **a. Perencanaan Anggaran Belanja Makanan**

Perencanaan anggaran belanja makanan (ABM) adalah suatu kegiatan penyusunan anggaran biaya yang diperlukan untuk pengadaan bahan makanan bagi konsumen/pasien yang dilayani. Tujuan kegiatan ini ialah agar tersedia taksiran anggaran belanja makanan yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan (macam dan jumlah) bahan makanan bagi konsumen/pasien yang dilayani sesuai dengan standar kecukupan gizi. Sedangkan langkah-langkah perencanaan menu meliputi:

- 1) Kumpulkan data tentang macam dan jumlah konsumen tahun sebelumnya.
- 2) Tetapkan macam jumlah konsumen atau pasien

- 3) Kumpulkan harga bahan makanan dari beberapa pasar dengan melakukan survei pasar, kemudian tentukan harga rata-rata bahan makanan.
- 4) Buat standar kecukupan gizi (standar porsi) ke berat kotor.
- 5) Hitung indeks harga makanan per orang per hari sesuai dengan konsumen yang mendapat makanan.
- 6) Hitung anggaran belanja makanan setahun untuk masing-masing konsumen atau pasien (termasuk pegawai)
- 7) Hasil perhitungan anggaran dilaporkan kepada pengambil keputusan (sesuai dengan struktur organisasi masing-masing) untuk meminta perbaikan.
- 8) Rencana anggaran diusulkan secara resmi melalui jalur administratif.

b. Perencanaan Menu

Perencanaan menu adalah suatu kegiatan penyusunan menu yang akan diolah untuk memenuhi selera konsumen/pasien, dan kebutuhan zat gizi yang memenuhi prinsip gizi seimbang. Adapun tujuan perencanaan menu ialah agar tersedia siklus menu sesuai dengan klarifikasi pelayanan yang ada di RS (misalnya 10 hari atau seminggu). Kegiatan menyusun menu dilakukan dengan cara berikut:

- 1) Kumpulkan berbagai jenis hidangan, kelompokkan menurut jenis makanan (kelompok lauk hewani, kelompok nabati, kelompok sayuran, kelompok buah) sehingga memungkinkan variasi yang lebih banyak.
- 2) Susun pola menu dan master menu yang memuat garis besar frekuensi penggunaan bahan makanan harian dengan siklus menu yang berlaku

- 3) Masukkan hidangan hewani (yang serasi warna, komposisi, konsistensi bentuk dan variasinya), kemudian lauk nabati, sayur, buah dan snack.
- 4) Siapkan formulir penilaian yang meliputi pola menu dengan kombinasi warna, tekstur, konsistensi, rasa, aroma, ukuran, bentuk potongan, temperatur makanan, pengulangan menu penyajian dan sanitasi
- 5) Nilai menu dengan beberapa penilaian obyektif
- 6) Lakukan pre-test untuk mengetahui tanggapan konsumen/pasien
- 7) Buat perbaikan menu dan selanjutnya menu siap untuk diusulkan kepada pengambilan keputusan (sesuai dengan struktur organisasi).

c. Perhitungan Kebutuhan Bahan Makanan

Perhitungan kebutuhan bahan makanan adalah kegiatan penyusunan kebutuhan makanan yang diperlukan untuk pengadaan bahan makanan. Tujuan kegiatan ini ialah agar tercapainya usulan anggaran dan kebutuhan bahan makanan bagi pasien dalam satu tahun anggaran. Langkah-langkah perencanaan kebutuhan bahan makanan, yakni:

- 1) Tentukan jumlah pasien dengan mengaju pada DPMP
- 2) Tentukan standar porsi tiap bahan makanan dan buat berat kotor
- 3) Hitung berapa kali pemakaian bahan makanan setiap siklus menu
- 4) Hitung dengan cara: Jumlah pasien x berat kotor x kerap pemakaian

d. Pemesanan dan Pembelian Bahan Makanan

- 1) Pemesanan bahan makanan

Pemesanan adalah penyusunan permintaan (order) bahan makanan, berdasarkan menu atau pedoman menu dan rata-rata jumlah konsumen atau pasien

yang dilayani. Tujuan kegiatan ini ialah agar tersedia daftar pesanan bahan makanan sesuai standar atau spesifikasi yang diterapkan. Langkah-langkah pemesanan bahan makanan meliputi:

- a) Ahli gizi membuat rekapitulasi kebutuhan bahan makanan untuk esok hari dengan cara: standar porsi x jumlah pasien
- b) Hasil perhitungan diserahkan ke bagian gudang logistik
- c) Bagian gudang menyiapkan bahan makanan sesuai dengan permintaan
- d) Bagian pengolahan mengambil bahan makanan yang dipesan (order)

## 2) Pembelian bahan makanan

Pembelian bahan makanan merupakan serangkaian kegiatan penyediaan macam, jumlah, spesifikasi bahan makanan untuk memenuhi kebutuhan konsumen/pasien sesuai ketentuan atau kebijakan yang berlaku. Pembelian bahan makanan merupakan prosedur penting untuk memperoleh bahan makanan, biasanya terkait dengan produk yang benar, jumlah yang tepat, waktu yang tepat dan harga yang benar (Kemenkes, 2013). Sistem pembelian yang sering dilakukan antara lain :

- a) Pembelian langsung ke pasar (*The Open Market of Buying*)
- b) Pembelian dengan musyawarah (*The Negotiated og Buying*)
- c) Pembelian yang akan datang (*Future Contract*)
- d) Pembelian tanpa tanda tangan (*Unsigned Contract/Auction*)

(1)*Firm At the Opening of Price (FAOP)*, dimana pembeli memesan bahan makanan pada saat dibutuhkan, harga disesuaikan pada saat transaksi berlangsung

(2) *Subject Approval of Price (SAOP)*, dimana pembeli memesan bahan makanan pada saat dibutuhkan, harga sesuai dengan yang ditetapkan terdahulu

e) Pembelian melalui pelelangan (*The Formal Competitive*)

e. Penerimaan Bahan Makanan

Penerimaan bahan makanan adalah suatu kegiatan yang meliputi pemeriksaan/penelitian, pencatatan dan pelaporan tentang macam, kualitas dan kuantitas bahan makanan yang diterima sesuai dengan pesanan serta spesifikasi yang telah ditetapkan. Tujuan penerimaan bahan makanan ialah agar tersedia bahan makanan yang siap untuk diolah. Sedangkan prasyaratannya meliputi:

- 1) Tersedianya rincian pesanan bahan makanan harian berupa macam dan jumlah bahan makanan yang akan diterima
- 2) Tersedianya spesifikasi bahan makanan yang telah ditetapkan

f. Penyimpanan dan Penyaluran Bahan Makanan

1) Penyimpanan bahan makanan

Penyimpanan bahan makanan adalah suatu tata cara menata, menyimpan, memelihara keamanan bahan makanan kering dan basah, baik kualitas maupun kuantitas di gudang bahan makanan kering dan basah serta pencatatan dan pelaporannya. Tujuan penyimpanan bahan makanan ialah agar tersedia bahan makanan siap pakai dengan kualitas dan kuantitas yang tepat sesuai dengan perencanaan. Adapun langkah-langkah penyimpanan bahan makanan meliputi:

- a) Setelah bahan makanan yang memenuhi syarat diterima, segera dibawa ke ruang penyimpanan, gudang atau ruang pendingin

b) Apabila bahan makanan langsung digunakan, setelah ditimbang dan diawasi oleh bagian penyimpanan, bahan makanan dibawa ke ruang persiapan bahan makanan

#### 2) Penyaluran bahan makanan

Penyaluran bahan makanan adalah tata cara distribusi bahan makanan berdasarkan permintaan harian. Tujuan penyaluran bahan makanan ialah agar tersedia bahan makanan siap pakai dengan kualitas dan kuantitas yang tepat sesuai dengan pesanan. Sedangkan prasyaratannya meliputi:

- a) Adanya bon permintaan bahan makanan
- b) Tersedianya kartu stok atau buku catatan keluar-masuk bahan makanan

#### g. Persiapan Bahan Makanan

Persiapan bahan makanan adalah serangkaian kegiatan dalam penanganan bahan makanan yaitu meliputi: membersihkan, memotong, mengupas, mengocok, merendam, dan sebagainya. Tujuan persiapan bahan makanan ialah mempersiapkan bahan-bahan makanan, dan bumbu-bumbu sebelum dilakukan kegiatan pemasakan. Prasyarat persiapannya meliputi tersedianya:

- 1) Bahan makanan yang akan dipersiapkan
- 2) Peralatan persiapan
- 3) Protap persiapan
- 4) Aturan proses-proses persiapan

#### h. Pengolahan Bahan Makanan

Pengolahan bahan makanan merupakan suatu kegiatan mengubah (memasak) bahan makanan mentah menjadi makanan siap dimakan, berkualitas, dan aman untuk dikonsumsi. Tujuan pengolahan bahan makanan antara lain:

- 1) Mengurangi risiko kehilangan zat-zat gizi bahan makanan
- 2) Meningkatkan nilai cerna
- 3) Meningkatkan dan mempertahankan warna, rasa, keempukan dan penampilan makanan
- 4) Bebas dari organisme dan zat yang berbahaya untuk tubuh

Prasyarat pengolahan bahan makanan ialah tersedia :

- 1) Siklus menu
- 2) Peraturan penggunaan bahan tambahan pangan (BTP)
- 3) Bahan makanan yang akan diolah
- 4) Peralatan pengolahan bahan makanan
- 5) Aturan penilaian
- 6) Prosedur tetap pengolahan

#### i. Pendistribusian Makanan

Pendistribusian makanan adalah serangkaian kegiatan penyaluran makanan sesuai jumlah porsi dan jenis makanan konsumen yang dilayani (makanan biasa dan makanan khusus). Tujuan distribusi makanan ialah agar konsumen mendapat makanan sesuai diet dan ketentuan yang berlaku. Sistem distribusi yang digunakan sangat mempengaruhi makanan yang disajikan,

tergantung pada jenis dan jumlah tenaga, peralatan dan perlengkapan yang ada.

Terdapat tiga jenis sistem penyaluran makanan, yakni :

- 1) Sistem yang dipusatkan atau sentralisasi, yakni dengan ketentuan makanan pasien dibagi dan disajikan dalam alat makan di tempat pengolahan makanan.
- 2) Sistem yang tidak dipusatkan atau desentralisasi, yakni makanan pasien dibawa dari tempat pengolahan ke dapur ruang perawatan pasien dalam jumlah besar, selanjutnya disajikan dalam alat makan masing-masing pasien sesuai dengan permintaan makanan.
- 3) Kombinasi sentralisasi dengan desentralisasi, yakni dilakukan dengan cara sebagian makanan ditempatkan langsung ke dalam alat makanan pasien sejak dari tempat produksi (dapur), dan sebagian lagi dimasukkan ke dalam wadah besar yang pendistribusiannya dilaksanakan setelah sampai di ruang perawatan.

j. Pencatatan dan Pelaporan

Pencatatan dan Pelaporan merupakan bentuk pengawasan dan pengendalian. Pencatatan dilakukan pada setiap langkah kegiatan sedangkan pelaporan dilakukan berkala sesuai dengan kebutuhan.

Penyelenggaraan makanan institusi adalah usaha dalam penyediaan makanan bagi konsumen dalam jumlah banyak, yang berada dalam kelompok masyarakat yang terorganisir di institusi seperti perkantoran, perusahaan pabrik, industri, asrama, rumah sakit, panti sosial, lembaga permasyarakatan, pesantren, dan lain-lain menurut Mukrie (dalam Mahayani, T. 2014). Penyelenggaraan



makanan tenaga kerja ini dikelola oleh pemilik sendiri secara penuh, dikontrakan dengan pemborong makanan, ataupun dikelola oleh serikat buruh bersama perusahaan. Tujuan umum penyelenggaraan makanan institusi adalah tersedianya makanan yang memuaskan bagi klien, dengan manfaat setinggi-tingginya bagi industri. Secara khusus institusi dituntut untuk :

- 1) Menghasilkan makanan yang berkualitas baik, dipersiapkan dan dimasak dengan layak.
- 2) Pelayanan yang cepat dan menyenangkan.
- 3) Menu makan siang seimbang dan bervariasi.
- 4) Harga layak, serasi dengan pelayanan yang diberikan.
- 5) Standar kebersihan dan sanitasi yang tinggi.

## **2. Klasifikasi**

Macam pelayanan gizi institusi berdasarkan klasifikasinya dapat dibagi menjadi (Trisna, 2014) :

### **a. Pelayanan Gizi Industri (Tenaga Kerja)**

Pelayanan gizi ini lebih dikenal dengan pelayanan gizi untuk pekerja. Termasuk golongan ini adalah pabrik, perusahaan, perkebunan, industri kecil di atas 100 karyawan, industri tekstil, perkantoran, bank, dan sebagainya. Tujuan adanya penyelenggaraan makanan di industri adalah untuk meningkatkan dan mempertahankan stamina kesehatan tenaga kerja.

b. Pelayanan Gizi Institusi Sosial (Panti Sosial)

Pelayanan gizi sosial adalah pelayanan gizi yang dilakukan oleh pemerintah atau swasta yang berdasarkan atas sosial dan bantuan. Seperti panti jompo, panti tuna netra, dan lembaga lain yang sejenisnya.

c. Pelayanan Gizi Institusi Asrama

Pelayanan gizi yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan gizi masyarakat golongan tertentu yang tinggal di asrama pelajar, mahasiswa, ABRI dan sebagainya.

d. Pelayanan Gizi Institusi Sekolah

Pelayanan gizi yang diperkirakan untuk memberikan makanan bagi anak sekolah selama berada di sekolah, baik sekolah pemerintah atau swasta.

e. Pelayanan Gizi Institusi Rumah Sakit

Pelayanan gizi ini diselenggarakan untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam keadaan sakit ataupun sehat selama mendapatkan perawatan. Termasuk klasifikasi ini adalah rumah sakit type A, B, C, D, E khusus rumah sakit bersalin, balai pengobatan ataupun puskesmas perawatan.

f. Pelayanan Gizi Institusi Komersial

Pelayanan gizi yang dipersiapkan untuk melayani kebutuhan masyarakat yang makan di luar rumah dengan mempertimbangkan pelayanan dan kebutuhan konsumen.

g. Pelayanan Gizi Institusi Khusus

Pelayanan gizi yang diberikan bagi masyarakat di pusat latihan olah raga, asrama haji, penampungan transmigrasi, kursus-kursus serta nara pidana.

#### h. Pelayanan Gizi Untuk Keadaan Darurat

Dalam keadaan darurat, bila di perlukan di selenggarakan makanan massal untuk korban bencana alam. Makanan matang di persiapkan untuk jangka waktu yang relative singkat, selanjutnya di teruskan pemberian makanan mentah hingga saat bencana dianggap tidak membahayakan lagi.

### 3. Tempat Penyelenggaraan

Menurut Sjahmien Moehyi (1992: 5) dalam Dwi (2015) penyelenggaraan makanan kelompok dapat dibedakan berdasarkan tempat memasak dan menyajikan makanan seperti berikut :

- a. Jasa boga (*catering*) adalah jenis penyelenggaraan makanan yang tempat memasak makanan berbeda dengan tempat menghidangkan makanan. Bentuk penyelenggaraan makanan seperti biasanya bersifat komersial. Makanan jadi diangkut ke tempat lain untuk dihidangkan, misalnya ke tempat penyelenggaraan pesta, jamuan makan, rapat, pertemuan, kantin atau kafetaria pada pusat industri. Jasa boga yang melayani keluarga biasanya mengantarkan makanan dengan menggunakan rantang yang lebih dikenal dengan sebutan makanan rantang.
- b. Makanan institusi (*institutional food service*) adalah bentuk penyelenggaraan makanan yang tempat memasak dan menyajikan makanan berada disuatu tempat. Jenis penyelenggaraan makanan ini biasanya bersifat non komersial, seperti asrama, rumah sakit, panti asuhan, dan lembaga pemasyarakatan. Karena asrama, panti asuhan dan lembaga pemasyarakatan itu disebut institusi, maka penyelenggaraan makanan ditempat itu disebut penyelenggaraan

makanan institusi. Dengan demikian, penyelenggaraan makanan institusi dapat diartikan sebagai penyelenggaraan makanan yang bersifat nonkomersial yang dilakukan di berbagai institusi, baik yang dikelola oleh pemerintah maupun oleh badan swasta, atau yayasan sosial.

Penyelenggaraan makanan institusi memperlihatkan ciri-ciri berikut :

- 1) Penyelenggaraan makanan dilakukan oleh institusi itu sendiri dan tidak bertujuan untuk mencari keuntungan.
- 2) Dana yang diperlukan untuk penyelenggaraan makanan sudah ditetapkan jumlahnya sehingga penyelenggaraan makanan harus menyesuaikan pelaksanaannya dengan dana yang tersedia.
- 3) Makanan diolah dan dimasak didapur yang berada dilingkungan tempat institusi itu berada.
- 4) Hidangan makanan yang disajikan diatur dengan menggunakan menu induk (master menu) dengan siklus mingguan atau sepuluh hari.
- 5) Hidangan makanan yang disajikan tidak banyak berbeda dengan hidangan yang biasa disajikan dilingkungan keluarga.

Tempat penyelenggaraan makan untuk siswa secaba di pusat pendidikan Rindam IX/Udayana termasuk dalam kelompok makanan institusi (*institution food service*). Perencanaan sampai penyajian makanan dilakukan didalam pusat pendidikan. Penyelenggaraan makan untuk siswa secaba di pusat pendidikan Rindam IX/Udayana adalah penyelenggaraan makanan yang dilakukan secara tetap untuk jangka waktu tidak terbatas. Penyelenggaraan bersifat non komersial dengan tujuan tidak untuk mencari keuntungan. Dana yang diperlukan sudah

ditetapkan jumlahnya sehingga pelaksanaannya harus menyesuaikan dengan dana yang tersedia. Hidangan yang disajikan untuk siswa secara di pusat pendidikan Rindam IX/Udayana diatur dengan menggunakan menu induk (master menu) dengan siklus satu bulan dengan jumlah hari sesuai tanggal pada bulan tersebut. Tempat penyelenggaraan makan termasuk dalam kelompok makanan institusi (*institution food service*) karena tempat memasak dan menyajikan makanan berada disuatu tempat didalam pusat pendidikan.

## **B. Menu**

### **1. Pengertian Menu**

Menu adalah hidangan makanan yang disajikan pada saat menjelang makan. Menu makan siang dapat dibagi menjadi 2 meliputi kualitas dan kuantitas menu dari kualitas meliputi warna, rasa, suhu, bentuk, dan penyajian makanan sedangkan kuantitas menu meliputi porsi, jumlah makanan (Trisna, 2014).

Menu berasal dari bahasa Prancis *Le Menu* yang berarti daftar makanan yang disajikan kepada tamu di ruang makan. Dalam lingkungan rumah tangga, menu diartikan sebagai susunan makanan atau hidangan tertentu. Menu disebut juga *Bill of Fare* oleh orang Inggris. Menu adalah pedoman bagi yang menyiapkan makanan atau hidangan, bahkan merupakan penuntun bagi mereka yang menikmati hidangan tersebut karena akan menggambarkan tentang cara makanan tersebut dibuat. Dapat disimpulkan bahwa sebuah susunan daftar makanan yang tersedia dan siap untuk dihidangkan mulai dari *appetizer* (makanan pembuka) hingga *dessert* (makanan penutup).

## 2. Klasifikasi Menu

Hidangan lengkap yang dihidangkan pada waktu makan atau pada suatu acara makan dapat diklasifikasikan menjadi lima jenis hidangan yaitu (Trisna, 2014):

### a. Menu makan siang (*Brunch* menu)

Brunch menu makan siang adalah hidangan yang disajikan antara makan pagi dan makan siang, biasanya *brunch* menu makan siang dihidangkan antara pukul 10.00 hingga pukul 11.00 *brunch* menu ini disediakan bagi seseorang yang tidak sempat makan pagi. Adapun hidangan yang disajikan pada brunch menu antara lain sandwich lengkap.

### b. Menu makan siang (*Luncheon* menu)

Makan siang (*Lunch*) biasanya dihidangkan antar pukul 12.00 hingga pukul 14.00. Seperti pada hidangan makan pagi, hidangan makan siang merupakan makanan seimbang yang mengandung semua unsur gizi yang diperlukan oleh tubuh.

### c. Menu makan selingan (*Tea Time* menu)

Makanan selingan dihidangkan sebagai pengiring minum teh atau kopi diantara waktu-waktu makan. Makanan selingan juga berguna sebagai pemberi kalori diantara dua waktu makan. Makanan selingan dapat dihidangkan pada pagi hari antara pukul 10.00 hingga pukul 11.00 dan sore hari antara pukul 16.00 hingga pukul 17.00

### d. Makan malam (*Dinner* menu)

Makan malam (*dinner*) biasanya dihidangkan antara pukul 18.00 hingga pukul 21.00 makan malam bersama bagi keluarga merupakan saat penting. Makanan

yang dihidangkan hampir sama dengan makan siang. Perlu diusahakan agar masakan lebih bervariasi, cukup mengandung gizi dan dihidangkan menarik.

e. Menu makan tengah malam (*Super menu*)

Menu tengah malam (*super*) harus cepat dibuat lebih sederhana dan lebih ringan dari pada menu makan siang maupun makan malam. Hidangan ini disediakan bagi mereka yang pulang malam sesudah menghadiri acara pada malam hari atau pesta yang diselenggarakan sesudah makan malam (*after dinner party*).

### 3. Jenis Menu

Perencanaan suatu menu makanan hendaknya menggunakan bahan makanan yang mengandung gizi secara lengkap. Penganekaragaman selain meningkatkan mutu gizi hidangan juga mempermudah perencanaan menu makanan. Pada waktu perencanaan menu makanan perlu pula diperhatikan ketersediaan bahan makanan disamping faktor selera dan nilai gizi. Daftar padanan bahan makanan dapat digunakan untuk membantu menyusun menu makanan yang padat zat gizi. Padanan bahan makanan berisi daftar bahan makanan yang dalam kelompoknya dapat menggantikan satu sama lain karena mempunyai nilai gizi yang kurang lebih sama. Dalam merencanakan suatu menu hendaknya ditentukan terlebih dahulu macam menu yang diinginkan, menu pilihan atau menu standar.

Menu pilihan adalah jenis menu yang disajikan dan konsumen dapat memilih sesuai dengan selernya, sedangkan menu standar adalah susunan menu yang digunakan untuk penyelenggaraan makanan dengan jangka waktu cukup

panjang antara 7 hari atau sampai 10 hari. Jenis masakan yang akan disajikan dari hari ke hari, baik untuk makan pagi, makan siang, makan malam, maupun makanan selingan telah ditentukan sehingga penyelenggaraan penyediaan makanan tinggal mengikuti daftar menu itu saja. Disamping itu dalam membuat menu standar harus memperhatikan: bahan dasar, variasi rasa, variasi warna, variasi tekstur dan variasi metode pengolahan bahan.

#### 4. Struktur Menu

Struktur menu adalah ketentuan frekuensi pemberian makan dan makanan selingan dalam sehari misal 3 kali pemberian makan utama dan 2 kali pemberian makanan selingan. Ketika menyusun menu perlu memerhatikan faktor berikut:

- a. Penggunaan bahan makanan dalam menu yang disajikan harus beraneka ragam
- b. Jumlah bahan makanan harus dapat memenuhi kecukupan gizi konsumen.
- c. Setiap konsumen memperoleh makan sesuai kebutuhan gizinya. Sebagai pedoman dalam mengidentifikasi kebutuhan zat gizi konsumen dapat digunakan rujukan Angka Kecukupan Gizi orang indonesia.

Dalam merencanakan menu diperlukan prasyarat, Pedoman teknis proses perencanaan menu dan penyediaan makanan dalam sistem penyelenggaraan makanan institusi menurut harus memperhatikan adapun yang harus diperhatikan lagi, sebagai berikut :

- 1) Standar porsi : rincian macam dan jumlah bahan makanan dalam berat bersih dan mentah untuk setiap hidangan



- 2) Standar resep: komposisi atau racikan bahan makanan dan bumbu yang dipakai serta cara pengolahan sesuai resep dengan menggunakan alat pengolahan dan suhu yang tepat. Standar resep mempunyai rasa atau unsur-unsur organoleptik lainnya, seperti warna, suhu, aroma yang sama hasilnya jika dilakukan oleh juru masak yang berbeda.
- 3) Standar bumbu: rincian macam dan jumlah rempah dalam berat bersih mentah untuk setiap resep masakan. Contoh standar bumbu yang biasa digunakan meliputi:
  - a) standar bumbu merah, terdiri dari cabai merah, bawang merah dan bawang putih
  - b) standar bumbu kuning, terdiri dari bawang merah, bawang putih dan kunyit
  - c) standar bumbu putih, terdiri dari bawang merah, bawang putih dan kemiri
- 4) Siklus menu: satu set menu sehari yang disusun selama jangka waktu tertentu yang dilaksanakan dalam kurun waktu tertentu, misal 3 hari, 7 hari, 10 hari
- 5) Standar makanan : susunan bahan makanan yang digunakan berdasarkan jenis makanan. Umumnya standar makan ini digunakan pada institusi rumah sakit. Standar resep dalam penyusunan menu berguna untuk:
  - a) Mempermudah dalam menyusun menu
  - b) Mempermudah proses pengolahan makanan

- c) Mendapatkan kualitas makanan yang baik pada setiap produksi/pengolahan.
- d) Dapat mengetahui biaya (unit cost) untuk setiap porsi makanan.
- e) Dapat mengetahui kandungan gizi setiap porsi makanan.
- f) Tersedianya makanan yg memenuhi 5 T: tepat mutu (nilai gizi dan cita rasa), tepat sanitasi, tepat jumlah, tepat harga dan tepat waktu.

Langkah-langkah yang perlu diperhatikan dalam perencanaan menu adalah sebagai berikut:

- 1) Menetapkan macam menu (menu standar, menu pilihan, kombinasi keduanya).
- 2) Menetapkan siklus menu (siklus 5, 7, 10 hari, dll) dan kurun waktu penggunaan (untuk waktu 6 bulan atau 1 tahun). Siklus menu kayak cuma hitungannya aja buat berapa hari.
- 3) Membuat pola menu. Dalam membuat pola menu ditetapkan frekuensi macam hidangan, jenis bahan yang digunakan dan susunan hidangan yang direncanakan untuk setiap waktu makan selama satu siklus menu. Membuat pola menu dapat mempermudah mengendalikan penggunaan bahan makanan yang mengacu pada gizi seimbang.
- 4) Membuat matriks menu. Dalam matriks menu ditetapkan penggunaan bahan pangan sumber karbohidrat, sumber protein hewani dan nabati, buah-buahan, sayuran, serta makanan selingan dan frekuensi penggunaan bahan makanan sesuai dengan siklus yang ditetapkan.

- 5) Menetapkan besar porsi (ini berkaitan dengan kandungan gizi yang telah disusun)
- 6) Penilaian menu dan revisi menu: evaluasi berdasarkan *feedback* dari perwakilan divisi lain, tenaga kesehatan lain, ataupun pasien.

### **C. Evaluasi Menu**

Evaluasi menu adalah suatu proses yang secara terus menerus dilakukan untuk mereview atau membandingkan sebelum menu makan digunakan atau setelah menu makan tersebut digunakan atau disajikan dengan standar yang ada. Evaluasi menu sebagai salah satu langkah untuk meningkatkan tingkat kepuasan konsumen terhadap menu yang disajikan, namun masih banyak penyelenggaraan makanan yang belum memperhatikan aspek kepuasan dan hanya memandang penting pada keuntungan semata. Evaluasi menu dapat dilihat berdasarkan kualitas dan kuantitas menu yang ada dalam suatu penyelenggaraan makanan:

#### **1. Kualitas**

Penyelenggaraan makanan institusi adalah suatu pelayanan gizi atau penyelenggaraan makanan yang diberikan kepada sekelompok masyarakat di bawah satu unit institusi dalam jumlah banyak atau lebih dari 50 porsi. Pada pelaksanaannya, penyelenggaraan makanan ini menggunakan prinsip-prinsip manajemen dengan memanfaatkan unsur-unsur manajemen agar pelaksanaan penyelenggaraan makanan menjadi lebih efektif dan efisien serta mencapai hasil yang baik dan cita rasa yang optimal. Penyelenggaraan makanan institusi merupakan kegiatan penyediaan makanan bagi konsumen dalam jumlah banyak, yang berada dalam suatu kelompok masyarakat yang terorganisir di suatu institusi

seperti sekolah, perkantoran, perusahaan, pabrik, industri, asrama, rumah sakit, panti sosial, lembaga pemasyarakatan, pusat transito, pesantren, dll. Tujuan dari serangkaian kegiatan dalam penyelenggaraan makanan adalah menghasilkan makanan dengan cita rasa yang sebaik-baiknya sesuai dengan keinginan konsumen atau pelanggan dengan menggunakan dana, material, dan tenaga kerja sekecil mungkin.

#### a. Cita Rasa Makanan

Cita rasa makanan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi daya terima terhadap makanan yang disajikan. Cita rasa makanan menimbulkan terjadinya rangsangan terhadap berbagai indera dalam tubuh manusia, terutama indera penglihatan, indera penciuman dan indera pengecap. Makanan yang memiliki cita rasa yang tinggi adalah makanan yang disajikan dengan menarik, menyebarkan bau yang sedap dan memberikan rasa yang lezat.

Cita rasa makanan mencakup dua aspek utama yaitu penampilan makanan sewaktu dihidangkan dan rasa makanan sewaktu dimakan. Kedua aspek itu sama pentingnya untuk diperhatikan agar betul-betul dapat menghasilkan makanan yang memuaskan

##### 1) Penampilan Makanan

Penampilan makanan adalah penampakan yang ditimbulkan oleh makanan yang disajikan, beberapa komponen yang mempengaruhi penampilan meliputi :

##### a) Variasi

Variasi bahan adalah keragaman jenis bahan makanan yang digunakan dalam menyusun suatu menu makanan, sehingga dapat menghasilkan suatu

makanan yang mempunyai daya tarik bagi konsumen. Dalam suatu masakan akan kelihatan lebih menarik bila bahan yang digunakan tidak monoton hanya terdiri atas satu bahan saja. Bahan makanan yang mempunyai warna agak pucat hendaknya dikombinasikan dengan bahan yang warnanya lebih cerah, sehingga masakan yang dihasilkan lebih menarik. Warna makanan memegang peranan utama dalam penampilan makanan karena merupakan rangsangan pertama pada indera mata, sehingga dapat meningkatkan cita rasa dan mempengaruhi daya terima konsumen.

b) Warna

Warna seringkali digunakan dalam suatu penilaian, tetapi sebenarnya sulit untuk ditetapkan. Secara fisik dan psikologis berkaitan dalam mengevaluasi suatu warna karena melibatkan penilaian visual, oleh karena itu selera apapun makanan bila tidak menarik saat disajikan akan membuat selera makan menurun. Kombinasi warna adalah hal yang sangat diperlukan dan dapat membantu dalam penerimaan suatu makanan dan secara tidak langsung dapat merangsang selera makan. Warna makanan yang perlu diperhatikan adalah warna makanan yang menarik dan tampak alamiah serta tidak berlebihan (Yuliwati,2012)

Warna yang menarik dan bentuk yang bervariasi akan membuat seseorang tertarik untuk mencicipi dan menghabiskannya. Untuk meningkatkan warna pada makanan yang kurang berwarna, sebaiknya dibuat kombinasi warna dengan hidangan yang berwarna lebih terang atau diberi garnis.

### c) Besar Porsi

Porsi adalah banyaknya makanan yang disajikan. Porsi makanan akan mempengaruhi daya tarik dari konsumen karena tiap-tiap konsumen memiliki besar porsi makanan yang berbeda dalam setiap aktivitas makannya. Besar porsi akan mempengaruhi penampilan makanan. Jika terlalu besar atau terlalu kecil penampilan makanan jadi tidak terlalu menarik. Besar porsi untuk setiap individu berbeda sesuai dengan kebiasaan makan. Pentingnya besar porsi makanan bukan saja berkenaan dengan penampilan makanan waktu disajikan tetapi juga berkaitan dengan perencanaan dan perhitungan pemakaian bahan makanan.

## 2) Rasa Makanan

Rasa makanan adalah rasa yang ditimbulkan dari makanan yang disajikan dan merupakan faktor kedua yang menentukan cita rasa makanan setelah penampilan makanan itu sendiri. Kesukaan terhadap makanan merupakan suatu proses yang berulang terhadap rasa makanan kemudian akan tersimpan secara permanen sesuai dengan keinginan yang diharapkan. Rasa makanan dapat dikenali dan dibedakan oleh saraf-saraf pengecap yang terletak pada papila pada lidah. Adapun faktor yang berperan dalam penentuan rasa makanan yaitu :

### a) Rasa

Rasa pada makanan merupakan sebuah reaksi kimia dari gabungan berbagai unsur makanan dan menciptakan rasa baru yang diciptakan oleh lidah. Rasa makanan ditimbulkan oleh larutan senyawa pemberi rasa ke dalam air liur yang kemudian merangsang saraf pengecap yang ditimbulkan setelah menelan makanan. Jadi rasa makanan pada dasarnya merupakan perasaan yang timbul

setelah menelan makanan. Oleh karena itu penting sekali dilakukan penilaian rasa. (Yuliwati,2012).

b) Aroma

Aroma makanan adalah bau yang disebarkan oleh makanan dengan daya tarik yang kuat dan mampu merangsang indera penciuman sehingga membangkitkan selera makan. Aroma yang dikeluarkan oleh setiap makanan berbeda - beda dan melalui pemasakan yang berbeda akan memberikan aroma yang berbeda pula.

Untuk mendapatkan bau yang cukup baik untuk sel sensori, beberapa panelis terlatih menganjurkan untuk menghirup dengan singkat dan kuat ke bagian atas hidung. Karena respon terhadap bau ini terekam sangat cepat dan singkat. Untuk mendapatkan penilaian yang sensitif, sebaiknya menghirup udara yang bersih beberapa detik sebelum melakukan penilaian.

c) Tingkat Kematangan

Tingkat kematangan adalah mentah atau matangnya hasil pemasakan pada setiap jenis bahan makanan yang dimasak dan makanan akan mempunyai tingkat kematangan sendiri – sendiri. Tingkat kematangan suatu makanan itu tentu saja akan mempengaruhi cita rasa makanan.

Setiap hidangan memiliki tingkat kematangan yang berbeda-beda. Hal ini dapat diketahui dengan mencicipinya. Tingkat kematangan berkaitan dengan cara dan waktu pemasakan. Untuk bahan makanan daging memiliki waktu pemasakan yang lebih lama dibandingkan dengan bahan makanan nabati dan sayuran.

#### d) Tekstur

Tekstur makanan adalah hal yang berkaitan dengan struktur makanan yang dapat dideteksi dengan baik, yaitu dengan merasakan makanan di dalam mulut. Sifat yang digambarkan dari tekstur makanan antara lain renyah, lembut, kasar, halus, berserat, empuk, keras, dan kenyal. Berbagai macam tekstur makanan dalam suatu hidangan lebih menyenangkan daripada satu macam tekstur. Tekstur dapat dirasakan ketika di mulut, seperti lunak/lembek, keras/kering, kenyal, krispi, berserat, halus. Hal tersebut adalah beberapa sifat yang digunakan untuk menggambarkan tekstur.

#### **D. Asupan**

Metode pengukuran jumlah asupan siswa dilakukan dengan metode recall 24 jam. Prinsip dari metode ini adalah mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu. Dalam metode ini, sampel diminta menceritakan semua yang dimakan dan diminum selama 24 jam yang lalu. Data konsumsi yang dicatat mulai bangun pagi di hari kemarin sampai istirahat tidur malam harinya. Selain itu juga, pengambilan data recall yang dicatat dapat menggunakan ukuran yang biasa dipergunakan sehari-hari. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa data recall minimal dua kali 24 jam, dapat menghasilkan gambaran asupan zat gizi yang optimal dalam memberikan variasi yang lebih besar tentang intake harian individu (Nadya, 2011).