

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Sisa Makanan

1. Pengertian Sisa Makanan

Sisa makanan adalah jumlah makanan yang tidak habis dikonsumsi setelah makanan disajikan. Analisa sisa makanan merupakan salah satu cara untuk melakukan evaluasi pelayanan gizi yang diberikan, terutama pelayanan makanan. Penyelenggaraan makanan di rumah sakit lebih banyak dihadapkan pada beberapa masalah yang tidak ditemui pada instansi lain. Perhitungan sisa makanan pasien dilakukan dengan penimbangan atau *Weighing* (Williams PG, 2011).

Keberhasilan suatu penyelenggaraan makanan sering dikaitkan dengan adanya sisa makanan. Sisa makanan menunjukkan adanya pemberian makanan yang kurang optimal, sehingga sisa makanan merupakan salah satu indikator yang sederhana yang dapat digunakan untuk mengevaluasi keberhasilan pelayanan gizi rumah sakit (Kemenkes RI, 2013).

2. Standar Sisa Makanan

Dalam Standar Pelayanan Minimal Rumah Sakit, ditetapkan bahwa indikator standar pelayanan gizi tentang standar sisa makanan yang termasuk kategori yang menyisakan makanan dalam kategori banyak yaitu >20% dan kategori sisa makanan sedikit yaitu ≤ 20 %. (Kemenkes,2013).

Perhitungan :

$$\%Sisa\ Makanan = \frac{Berat\ sisa\ makanan}{Makanan\ yang\ disajikan} \times 100\%$$

3. Faktor-faktor Berhubungan dengan Sisa Makanan

a) Penyajian Makanan

Penyajian makanan merupakan faktor terakhir dalam proses penyelenggaraan makanan. Meskipun makanan diolah dengan cita rasa yang tinggi tetapi dalam penyajiannya tidak dilakukan dengan baik, maka nilai makanan tersebut tidak akan berarti, karena makanan yang ditampilkan waktu disajikan akan merangsang indra penglihatan sehingga menimbulkan selera yang berkaitan dengan cita rasa.

b) Warna Makanan

Warna makanan akan menjadi suatu hal yang sangat penting untuk diperhatikan dalam penyajian makanan. Warna makanan merupakan rupa hidangan yang disajikan dan dapat memberikan penampilan lebih menarik terhadap makanan yang disajikan. Kombinasi warna adalah hal yang sangat diperlukan dan membantu dalam penerimaan suatu makanan dan secara tidak langsung dapat merangsang selera makan, dimana makanan yang penuh warna mempunyai daya tarik untuk dilihat, karena warna juga mempunyai dampak psikologis pada konsumen.

c) Bentuk Makanan

Bentuk makanan dapat juga digunakan untuk menimbulkan ketertarikan dalam menu. Bentuk makanan yang serasi akan memberikan daya tarik tersendiri bagi setiap makanan yang disajikan (Moehyi, 1992). Ukuran potongan menjadi daya tarik bagi konsumen makanan yang disajikan akan menjadi lebih menarik jika dilakukan dan diberikan bentuk-bentuk khusus. Berbagai bentuk makanan yang disajikan yaitu :

- 1) Bentuk makanan yang sesuai dengan asli makanan seperti ikan yang sering disajikan seperti bentuk aslinya.
- 2) Bentuk yang menyerupai asli tetapi bukan makanan yang utuh.
- 3) Bentuk yang diperoleh dengan memotong bahan makanan dengan teknik tertentu atau mengurus bahan makanan dengan cara tertentu.
- 4) Bentuk sajian khusus seperti bentuk nasi tumpeng atau bentuk lainnya yang khas.

d) Besar Porsi Makanan

Porsi makanan adalah banyaknya makanan yang disajikan, porsi untuk setiap individu berbeda sesuai kebutuhan makan. Porsi yang terlalu besar atau terlalu kecil akan mempengaruhi penampilan makanan. Porsi makanan juga berkaitan dengan perencanaan dan perhitungan penampilan hidangan yang disajikan (Muchatab, 1991). 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.

e) Tempat Penyajian

Penggunaan dan pemilihan alat makan yang tepat dalam penyusunan makanan akan mempengaruhi penampilan makanan yang disajikan dan terbatasnya perlengkapan alat merupakan faktor penghambat bagi pasien untuk menghabiskan makanannya. Dalam penyajian makanan perlu diperhatikan beberapa hak pokok yaitu, pemilihan alat yang tepat untuk menyajikan makanan, misalnya piring, mangkok, atau tempat penyajian makanan khusus

dan susunan makanan dalam alat penyajian makanan. Untuk menampilkan makanan lebih menarik, susunan makanan perlu mendapat perhatian, karena makanan yang disusun pada alat penyajian yang tepat akan memberikan kesan yang menarik. Menurut Kemenkes (2013) bahwa penyajian makanan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi sisa makanan.

4. Pengamatan Sisa Makanan

Pengamatan sisa makanan merupakan kegiatan sederhana untuk mengevaluasi keberhasilan penyelenggaraan makanan yang telah dilakukan. Pengamatan sisa makanan dapat dilakukan dengan beberapa cara, yaitu sebagai berikut :

a. Metode Penimbangan Makanan (*Food Weighing*)

Food weighing adalah metode penimbangan makanan ini responden atau petugas menimbang dan mencatat seluruh makanan yang dikonsumsi responden selama satu hari. Pada proses *food weighing*, semua makanan yang akan dikonsumsi pada waktu makan pagi, siang, dan malam serta makanan selingan antara dua waktu makan ditimbang dalam keadaan mentah (AP), juga ditimbang dan dicatat makanan segar yang siap santap serta makanan pemberian. (Kusharto CM, 2008).

b. Metode Taksiran Visual

Pengamatan konsumsi makanan atau sisa makanan merupakan cara yang sederhana dan sangat penting untuk dievaluasi. Salah satu cara yang dikembangkan untuk menilai konsumsi makanan pasien adalah metode taksiran visual skala *Comstock*. Metode ini lebih menguntungkan karena mudah

dilakukan, tidak mahal dan tidak membutuhkan banyak waktu (Kirks, 1985 dalam Nida, 2011).

Metode taksiran visual dengan menggunakan skala pengukuran dikembangkan oleh *Comstock* dengan menggunakan skor skala 6 poin dengan kriteria sebagai berikut :

- 1) Skala 5 (100%) = 0% makanan yang disajikan tidak dikonsumsi pasien.
- 2) Skala 4 (95%) = 5% makanan yang disajikan tidak dikonsumsi pasien.
- 3) Skala 3 (75%) = 25% makanan yang disajikan tidak dikonsumsi pasien.
- 4) Skala 2 (50%) = 50% makanan yang disajikan tidak dikonsumsi pasien.
- 5) Skala 1 (25%) = 75% makanan yang disajikan tidak dikonsumsi pasien.
- 6) Skala 0 (100%) = 100% makanan yang disajikan dikonsumsi pasien.

Skala *Comstock* tersebut pada mulanya digunakan para ahli biotetik untuk mengukur sisa makanan. Untuk memperkirakan berat sisa makanan yang sesungguhnya, hasil pengukuran dengan skala *Comstock* tersebut kemudian dikonversi kedalam persen dikalikan dengan berat awal. Hasil dari penelitian tersebut juga menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara taksiran visual dengan persentasi sisa makanan (Comstock, 1981).

Metode taksiran visual *Comstock* mempunyai kelebihan dan kekurangan. Kelebihan dari metode taksiran visual antara lain waktu yang diperlukan relatif cepat dan singkat, tidak memerlukan alat yang banyak dan rumit, menghemat biaya dan dapat mengetahui sisa makanan menurut jenisnya. Sedangkan kekurangan dari metode taksiran visual antara lain diperlukan penaksir (estimator) yang terlatih, teliti, terampil, memerlukan kemampuan menaksir dan pengamatan yang tinggi dan sering terjadi kelebihan dalam menaksir

(overestimate) atau kekurangan dalam menaksir (under estimate) (Comstock, 1981).

B. Persepsi Cita Rasa Makanan

1. Pengertian Cita Rasa Makanan

Makanan yang disajikan harus memenuhi 2 syarat utama yaitu cita rasa makanan harus memberikan kepuasan bagi yang memakannya dan makanan harus aman dalam arti makanan tidak mengandung zat atau mikroorganisme yang dapat mengganggu kesehatan tubuh. Cita rasa makanan ditimbulkan oleh terjadinya rangsangan terhadap berbagai indera dalam tubuh manusia, terutama indera penglihatan, indera pencium 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 mengandung 2 aspek utama yaitu penampilan makanan sewaktu dihidangkan dan rasa makanan waktu dimakan. Menurut Kemenkes (2013) bahwa cita rasa makanan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi sisa makanan. Komponen yang berperan dalam penentuan rasa makanan :

a) Aroma makanan

Aroma Makanan adalah aroma yang disebarkan oleh makanan yang mempunyai daya Tarik yang sangat kuat dan mampu merangsang indera penciuman sehingga mampu membangkitkan selera. Aroma yang dikeluarkan oleh makanan berbeda-beda. Demikian pula cara memasak makanan yang berbeda akan memberikan aroma yang berbeda pula (Moehyi, 1992). Aroma yang disebarkan oleh makanan merupakan daya tarik yang sangat kuat dan mampu merangsang indera penciuman sehingga membangkitkan selera. 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.

b) Tekstur Makanan

Tekstur makanan adalah derajat kekerasan, kepadatan atau kekentalan. Cair, kenyal, dan keras merupakan karakteristik dari konsistensi. Berbagai macam tekstur dalam makanan lebih menarik daripada hanya satu macam tekstur (Spear dan Vaden, 1984). Makanan yang mempunyai tekstur padat atau kenyal akan memberikan rangsang yang lebih lambat terhadap indera kita (Moehyi, 1992). Tekstur makanan akan menjadi 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 dari pada satu macam tekstur saja. 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.

c) Bumbu

Berbagai bumbu yang digunakan dapat membangkitkan selera karena memberikan rasa makanan yang khas. Rasa yang diberikan oleh tiap jenis

bumbu itu akan berinteraksi dengan komponen rasa primer yang diberikan oleh bahan primer yang digunakan dalam masakan sehingga menghasilkan rasa baru yang lebih nikmat. Setiap resep masakan sudah ditentukan jenis bumbu yang digunakan dan banyaknya masing-masing jenis bumbu itu. Oleh karena itu, resep masakan disebut resep baku.

d) 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. Pada masakan khas Indonesia, tingkat kematangan belum mendapat perhatian karena umumnya makanan Indonesia harus dimasak sampai benar-benar matang. Bila dibandingkan dengan Eropa yang telah memiliki perbedaan tingkat kematangan. Ada *steak* yang dimasak setengah matang, dan ada juga yang benar-benar matang. Tingkat kematangan adalah mentah atau matangnya hasil pemasakan pada setiap jenis bahan makanan yang dimasak dan makanan akan mempunyai tingkat kematangan sendiri – sendiri (Muchatab, 1991). Tingkat kematangan suatu makanan itu tentu saja mempengaruhi cita rasa makanan.

e) Temperatur Makanan

Temperatur makanan waktu disajikan memegang peranan penting dalam penentuan cita rasa makanan. Namun makanan yang terlalu panas atau terlalu dingin akan sangat mengurangi sensitivitas ransangan pengecap terhadap rasa makanan. Temperatur makanan waktu disajikan mempunyai peranan dalam penentuan cita rasa makanan. Namun makanan yang terlalu panas atau terlalu

dingin sangat mempengaruhi sensitifitas saraf pengecap terhadap rasa makanan sehingga dapat mengurangi selera untuk memakannya (Moehyi, 1992). Ketidakpuasan konsumen terhadap temperatur makanan akan membuat terjadi peningkatan sisa makanan. Untuk menjaga suhu makanan tetap hangat, tentunya harus difasilitasi dengan kereta makanan yang dilengkapi alat pemanas, sementara alat ini belum tersedia di Rumah Sakit tempat penelitiannya.

2. Ketepatan Cita Rasa Makanan

a. Definisi :

Persentase cita rasa (aroma, suhu, penampilan, rasa, dan tekstur) hidangan yang dapat diterima atau sesuai dengan dietnya

b. Minimum skor : ketepatan cita rasa makanan 100 %

c. Prosedur :

1. Panelis memilih hidangan yang akan di audit.
 2. Pesankan hidangan dari dapur, pastikan menu / hidangan tersebut sesuai dengan yang disajikan ke pasien
 3. Pastikan terdapat jenis hidangan yang merupakan modifikasi bentuk makanan dan terapi diet
- 1) Jawaban “ ya“ bila cita rasa dapat diterima panelis dan “ tidak” bila tidak dapat diterima panelis.
 - 2) Hitung dengan formula dibawah ini :

$$i. = \frac{\sum \text{Jawaban "Ya"}}{\sum \text{Menyangdiaudit} \times 5} \times 100\%$$

- 3) Tentukan apakah skor minimum tercapai atau tidak
- 4) Lakukan rekapitulasi dari beberapa pasien dan tentukan kesimpulannya secara keseluruhan apakah skor minimum tercapai atau tidak.
- 5) Bila tidak mencapai skor minimum, lakukan identifikasi masalah dan tindak lanjutnya.

d. Frekuensi audit :

Bila minimum skor tercapai, dilakukan 12 kali dalam setahun. Bila skor minimum tidak tercapai dilakukan berulang pada aspek yang perlu diperbaiki.(Kemenkes 2013)