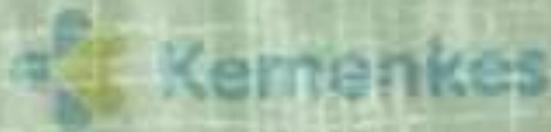


TUGAS AKHIR

GAMBARAN BESAR PORSI MAKANAN YANG DI SAHKAN  
DI PESANTREN AL-FALAH PADANG TAHUN 2024

Dibuat sebagai salah satu materi untuk kompetensi guru Ahli Madya Gizi  
Kementerian Pendidikan Padang



LAST ANEAKI  
NIM 2020087

PHOTO 19-11-2024  
JURUSAN GIZI  
KEMENKES POU TERKUS PADANG  
2024

**PERSetujuan PEMBIMBING**

Tugas Akhir "Gambaran Hewan Perse Makanan Yang Disajikan Di Pesantren Al-  
Falah Padang Tahun 2024"

Diusah oleh

NAMA : LANI ANTASARI  
NIM : 212110057

selah disetujui oleh pembimbing tunggal

05 Juli 2024

Merespon,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Syvanti, SKM, M.Kes  
NIP. 19630609 198303 2 001

Rina Haryati, SKM, M.Kes  
NIP. 19761211 200501 2 001

Padang, 05 Juli 2024  
Keras Juyam Ogi

Rina Haryati, SKM, M.Kes  
NIP. 19761211 200501 2 001

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

"GAMBARAN BESAR PORNOGRAFI MAKANAN YANG DIBUATKAN DI  
PESANTREN AL-FALAH PADANG TAHUN 2024"

Dissertasi oleh

LANTANTASARI  
NIM. 212110057

Telah dipertahankan di depan Dewan Promotor

Pada tanggal 03 Juli 2024

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

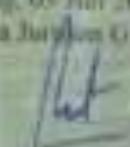
Ketua,  
Kasmayati, D.N., M. Humail  
NIP. 19640427 1987032 001

Anggota,  
Nur Ahmad Habibi, S.Gz., M.P.  
NIP. 19940605 202203 1 001

Anggota,  
Safrianti, SKM, M. Kes  
NIP. 19620609 198803 2 001

Anggota,  
Rina Hasmiyati, SKM, M. Kes  
NIP. 19761211 200501 2 001

Padang, 05 Juli 2024  
Ketua Dewan Promotor

  
Rina Hasmiyati, SKM, M. Kes  
NIP. 19761211 200501 2 001

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### IDENTITAS

Nama : Lani Antasari  
 NIM : 212110057  
 Tempat/Tanggal Lahir : Padang/ 10- 02-2003  
 Anak ke : 10 (Sepuluh)  
 Jumlah Bersaudara : 10 (Sepuluh)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Agama : Islam  
 Status Perkawinan : Belum kawin  
 Alamat : Sungai Bangek Kelurahan Balai  
 Gadang Kecamatan Koto Tengah  
 Padang Sumatera Barat  
 Nama Orang Tua  
 Ayah : Alizar  
 Pekerjaan : Petani  
 Ibu : Yusneti  
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

No.	Pendidikan	Tahun
1	SD 21 Sungai Bangek	2009-2015
2	SMP N 16 Padang Padang	2016-2019
3	MAN 3 Padang	2019-2021
4	Politeknik Kesehatan Padang Jurusan DIII Gizi	Sekarang

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya

Nama Lengkap : Lani Antisari  
NIM : 212110057  
Tempat/Tanggal Lahir : Padang/ 10 Januari 2003  
Tahun Masuk : 2021  
Nama PA : Zulfidi, SKM, M.Si  
Nama Pembimbing Utama : Safyami, SKM, M.Kes  
Nama Pembimbing Pendamping : Rina Husniyati, SKM M.Kes

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan hasil tugas akhir saya, yang berjudul

"Gambaran Besar Porsi Makanan Yang disajikan di Restoran Al-Fatah Padang Tahun 2024"

Apabila di kemudian hari ternyata ditemukan adanya penjiplakan (plagiat), maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 05 Juli 2024  
Yang Menyatakan



(Lani Antisari)  
NIM. 212110057

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : LANI ANTASARI

NIM : 212110057

Tanda Tangan

A handwritten signature in blue ink is written over a 10,000 Rupiah banknote. The banknote is partially visible, showing the number '10000' and the text 'SERBUH YAMBI'.

Tanggal : 05 Juli 2024

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENYERAHAN TUGAS  
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Politeknik Padang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lani Antasari  
NIM : 212110057  
Program Studi : D III  
Jurusan : Gizi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Politeknik Padang Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Tugas akhir saya yang berjudul:

Gambaran Penilaian Sajian Lemang Citarasa – Makanan Yang Disediakan Di Pesantren Al-Falah Padang Tahun 2024

Dengan perjanjian yang ada (jika diperlukan) Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Politeknik Padang berhak menyimpan, reproduksi, mendistribusikan, mengelola dalam bentuk publikasi dan 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 : Padang  
Pada tanggal : 05 Juli 2024  
Yang menyatakan,

( Lani Antasari )

**KEMENTERIAN KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN PADANG  
JURUSAN DIET GIZI**

**Tugas Akhir, Juni 2024  
Lani Antasari**

**Gambaran Besar Porsi Makanan Yang Di Sajikan Di Pesantren Al- Falah  
Padang Tahun 2024**

**Vi + 49 halaman + 14 Tabel + 7 Lampiran**

**ABSTRAK**

Besar Porsi makanan yang di tetapkan mempengaruhi terhadap nilai gizi setiap hidangan, berdasarkan keputusan menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/342/2020 masih di temukan masalah dalam penyelenggaraan makanan yaitu besar porsi tidak sama dnegan standar porsi yang di anjurkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran besar porsi makanan yang di sajikan di Pesantren Al- Falah Padang tahun 2024

Jenis penelitian ini adalah deskriptif yang dilaksanakan dari bulan Agustus sampai Juni 2024 di Al-Falah padang. Penelitian ini mengamati besar porsi Makanan Pokok, lauk hewani lauk nabati dan sayuran sebanyak 50 subjek. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara dan penimbangan bahan siap saji menggunakan alat timbangan makanan digital. Data dianalisis dengan membandingkan hasil yang didapat dengan Anjuran makan sehari (AMS)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Besar Porsi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran yang di sajikan di pesantren Al- Falah Padang mendapatkan Rata-Rata per hari Makanan pokok untuk anak laki-laki sebanyak 490gr, Perempuan 484gr per hari belum sesuai dengan Anjuran makan sehari (AMS), Rata- Rata Besar Porsi Lauk Hewani untuk anak laki-laki sebanyak 109gr, perempuan 108gr sudah memenuhi Anjuran makan sehari (AMS), Rata-Rata Besar Porsi Lauk Nabati untuk anak laki-laki sebanyak 142gr, perempuan 132gr belum sesuai dengan dengan Anjuran makan sehari (AMS) dan Rata- Rata Sayuran untuk anak lai-laki sebanyak 256gr, Perempuan 252gr belum sesuai dengan Anjuran makan sehari (AMS).

Diharapkan kepada tenaga pengelola pemorsian untuk dapat memperhatikan lebih lanjut terkait pembagian kelompok makanan agar sesuai dengan Anjuran makan sehari (AMS), terutama Makanan Pokok, Protein Hewani, Protein Nabati, Sayuran.

**Kata Kunci :Besarporsi,makananPokok,Hewani,Nabati, Sayuran**

**Pustaka : 10 (2014-2023)**

**MINISTRY OF HEALTH, PADANG HEALTH POLYTECHNIC  
DEPARTMENT OF DIETETICS AND NUTRITION**

**Final Project, June 2024  
Lani Antasari**

**Overview of the Food Portion Served at the Al-Falah Padang Islamic Boarding School in 2024**

**Vi + 49 pages + 14 Tables + 7 Appendices**

**ABSTRACT**

*In the process of preparing food, there are often over and under portions because they do not pay attention to the right size according to the portion standards. There is one Islamic Boarding School Al-Falah Padang with 61% of the total sample, which is 50 people. The size of portions that are not in accordance with the Nutritional Adequacy Rate (AKG) has an impact on the nutritional status of students to be less or excessive and will slow down the growth process of students. This study aims to determine the portion size of staple foods, animal side dishes, vegetable side dishes and vegetables in al-Falah Padang Islamic Boarding School.*

*This type of research uses descriptive research conducted from August to June 2024 in Al-Falah, Padang. This study observed the large portions of staple foods, animal side dishes, vegetable side dishes and vegetables as many as 50 subjects. Data was collected through observation, interviews and weighing of ready-to-eat ingredients using digital food scales. The data was analysed by comparing the results with the Nutritional Adequacy Score (NAS).*

*The results of the study show that the portion of staple food, animal side dishes, vegetable side dishes, vegetables served at Al-Falah Padang Islamic Boarding School is not in accordance with the Nutritional Adequacy Rate (AKG), the average portion of staple food per day is 156 grams, the average portion of animal side dishes of 37 grams is in accordance with the nutrient adequacy rate (NAR), the average portion of vegetable side dishes of 46 grams is in accordance with the nutrient adequacy rate (NAR), and the average portion of vegetables of 87 grams is not in accordance with the nutrient adequacy rate (NAR) with the nutrient adequacy rate (NAR).*

*It is hoped that the sorting management staff will be able to pay further attention to the division of food groups in accordance with the Nutritional Adequacy Rate (NAR), in particular staple foods, animal proteins, vegetable proteins and vegetables.*

**Keywords : Large portions, staple foods, Hewani, Plant, Vegetables  
Literature : 10 (2014-2023)**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Mata Kuliah Tugas Akhir pada Program D-III Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang. Judul Tugas Akhir ini adalah **“Gambaran Besar Porsi yang di Sajikan di Pesantren Al-Falah Padang Tahun 2024”**.

Pada Kesempatan ini Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala bimbingan, pengarahan, dan tuntunan dari Ibu Safyanti, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Rina Hasniyati, 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. Ibu Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp. Jiwa selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang,
2. Ibu Rina Hasniyati, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang,
3. Ibu Dr. Hermita Bus Umar, SKM, MKM selaku Ketua Program D-III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang.
4. Bapak Zulkifli ,SKM,,M.Si selaku dosen pembimbing akademik.
5. Bapak dan Ibu dosen beserta Civitas Akademika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang yang telah memberikan ilmu, dukungan, masukan dan semangat dalam pembuatan Tugas Akhir ini
6. Yang terstimewa kepada orang tua yang telah mendoakan saya, Ayah Alizar dan Ibu Yusneti yang telah memberikan saya suport dalam menulis tugas akhir ini.
7. Teristimewa kepada abang, kakak,ipar dalam memberi saya semangat untuk menjalankan tugas akhir ini.
8. Dan teman- teman dlil Gizi yang telah kasih saya semangat
9. Serta semua pihak yang telah membantu dalam perkuliahan dan proses penyelesaian Tugas Akhir ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa Tugas Akhir ini jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis menerima kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan Tugas Akhir ini.

Padang, Juni 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b>	
<b>PERNYATAAN PENGESAHAN</b>	
<b>ABSTRAK</b>	
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>iv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Ruang Lingkup.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
A. Penyelenggaraan Makanan di Pesantren.....	6
B. Standar Porsi .....	8
C. Besar Porsi .....	11
D. Jenis Bahan Makanan.....	11
E. Anjuran Makan Sehari (AMS) .....	13
F. Alur Pikir.....	15
G. Definisi Operasional.....	16
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>17</b>
A. Desain Penelitian.....	17
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	17
C. Populasi dan Sampel .....	17
D. Pengumpulan Data .....	18
E. Teknik Pengolahan Data .....	19

F. Analisis Data .....	20
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>21</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	21
B. Gambaran Umum Responden .....	22
C. Gambaran Menu Makanan di Pesantren .....	23
D. Hasil.....	24
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>32</b>
A. Kesimpulan .....	32
B. Saran .....	32
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Standar Porsi Bahan Makanan Untuk Satu Kali Makan .....	11
Tabel 2.	Besar Porsi 1 kali makan Umur 16-18 Tahun.....	11
Tabel 3.	Anjuran Makan Sehari Menurut Umur 16-18 tahun.....	14
Tabel 4.	Definisi Operasional .....	16
Tabel 5.	Responden menurut Jenis Kelamin, Umur, Kelas .....	22
Tabel 6.	Gambaran Menu Makanan.....	23
Tabel 7.	Rata-Rata Besar Porsi Makanan Pokok 1 hari yang di Sajikan di pesantren Al-Falah Padang berdasarkan jenis kelamin.....	24
Tabel 8.	Rata Rata Besar Porsi Lauk Hewani 1 hari yang Disajikan di Pesantren Al Falah berdasarkan jenis kelamin.....	25
Tabel 9.	Rata Rata Besar Porsi Lauk Nabati 1 hari yang Disajikan di Pesantren Al Falah berdasarkan jenis kelamin Tahun 2024 .....	26
Tabel 10.	Rata Rata Besar Porsi Sayuran 1 hari yang Disajikan di Pesantren Al Falah berdasarkan jenis kelamin.....	26

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A.....	47
Lampiran B.....	47
Lampiran C.....	48
Lampiran D.....	49
Lampiran E.....	50



## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pesantren merupakan lembaga pendidikan agama Islam yang dikelola oleh masyarakat atau lembaga, baik untuk satuan pendidikan maupun sebagai wadah penyelenggaraan makanan. Perkembangan pesantren menyebabkan santrinya semakin banyak, jadi pesantren menyediakan asrama bagi para santri dan memberikan fasilitas jasa lain seperti makanan.<sup>1</sup>

Anak yang tinggal di pesantren merupakan anak yang masih dalam tahap Pertumbuhan dan perkembangan khususnya dalam masa pubertas menunjukkan fase pertumbuhan yang sangat pesat. Maka dari itu dapat menerapkan besar porsi khususnya makanan pokok, protein hewani, protein nabati, dan sayuran agar anak pesantren mendapatkan tumbuh kembang yang sesuai.<sup>2</sup>

Permasalahan yang ada di pesantren salah satunya adalah jumlah makanan dan besar porsi yang di sajikan di pesantren banyak kesalahan saat menyajikannya terutama makanan pokok, protein hewani, protein nabati, dan sayuran tidak memenuhi kebutuhan santri yang ada di pesantren tersebut, karena besar porsi sangat mempengaruhi nilai gizi santri di pesantren<sup>2</sup>

Salah satu penyebab tidak terpenuhinya gizi santri pada besar porsi yaitu terbatasnya dana untuk menyediakan makanan dengan porsi yang lebih besar. Dengan dana yang terbatas, menjadikan santri tidak mendapatkan makanan yang sesuai dengan kebutuhannya.<sup>2</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di pesantren Ar-Risalah Padang, menyatakan bahwa jenis bahan makanan sudah sesuai namun, besar

porsi masih belum sesuai dengan standar porsi yang ditetapkan seperti makanan pokok, protein hewani, protein nabati, dan juga sayuran banyak yang tidak mengikuti aturan yang sudah ditetapkan.

Menurut hasil penelitian yang dilaksanakan di Pesantren Darul Ulum Padang menyatakan bahwa besar porsi seringkali menjadi hal yang salah saat menyajikan makanan, terutama dalam pemorsian makanan. Masih terjadi kelebihan dan kekurangan porsi karena tidak ada ukuran yang tepat dalam pemorsian makanan pokok. Pemorsian makanan ini harus sesuai dengan besar porsi yang telah ditentukan oleh pihak instalasi gizi rumah sakit. Besar porsi akan berpengaruh langsung terhadap nilai gizi yang terkandung dalam suatu makanan.<sup>5</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di SMK PP Padang, menyatakan bahwa besar porsi dalam siklus menu 7 hari tersebut tidak sesuai dengan standar porsi yang ditetapkan. Menurut hasil penelitian Rani Nurgianti Putri, bahwa telah dilakukan penimbangan, banyak ditemukan kesalahan saat memorsikan bahan makanan yang akan disiapkan oleh institusi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Yayasan Babussalam Pekanbaru menyatakan bahwa besar porsi seringkali menjadi hal yang salah saat menyajikan makanan, terutama dalam pemorsian makanan masih terjadi kelebihan dan kekurangan porsi karena tidak ada ukuran yang tepat dalam pemorsian makanan pokok, hewani, nabati, dan sayuran. Besar porsi akan berpengaruh langsung terhadap nilai gizi yang terkandung dalam suatu makanan, apabila porsi makanan kurang otomatis nilai gizi makanan seorang berkurang

sehingga menyebabkan mutu makanan menjadi kurang nutrisi.<sup>1</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang di laksanakan di Yayasan Pondok Pesantren Nurul Hakim Kediri Kabupaten Lombok Barat, tentang ketersediaan zat gizi siswa- siswi, menunjukkan bahwa rata-rata ketersediaan zat gizi energi dan protein masih kurang dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2013 yakni untuk energi 64,1% dan protein 54,0% dari AKG.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat di simpulkan bahwa besar porsi yang telah didapatkan santri, masih banyak terjadi kesalahan yang di lakukan oleh tenaga institusi. Setelah melakukan survey pendahuluan di Pesantren Al-Falah Padang, di dapatkan hasil siswa-siswi sebanyak 178 santri di Pesantren Al-Falah dengan memiliki standar porsi dan memakai siklus Menu 7 hari.

Berdasarkan penjelasan di atas penulis tertarik ingin melakukan penelitian tentang ” Gambaran Besar Porsi Makanan yang di sajikan di Pesantren Al-falah Padang tahun 2024”.

## **B. Batasan dan Rumusan Masalah**

### **1. Batasan Masalah**

Agar penelitian ini terarah, maka penulis hanya memfokuskan penelitian ini hanya pada Gambaran Besar Porsi dari Makanan yang di sajikan di Pesantren Al-falah Padang tahun 2024.

### **2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut, maka yang menjadi inti dari permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah

Bagaimana gambaran besar porsi dari makanan yang di sajikan di Pesantren Al-falah Padang tahun 2024?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka dapat di tetapkan bahwa peneliti ini bertujuan untuk mengetahui Bagaimana gambaran besar porsi dari makanan yang di sajikan di Pesantren Alfalah Padang tahun 2024.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui rata-rata besar porsi makanan pokok yang di sajikan di Pesantren Al-falah Padang tahun 2024.
- b. Diketahui rata-rata besar porsi lauk hewani yang di sajikan di Pesantren Al-falah Padang tahun 2024.
- c. Diketahui rata-rata besar porsi lauk nabati yang di sajikan di Pesantren Al-falah Padang tahun 2024.
- d. Diketahui rata-rata besar porsi sayuran yang di sajikan di Pesantren di Al-falah Padang tahun 2024.

### **D. Manfaat Penelitian**

Dengan tercapainya tujuan-tujuan penelitian tersebut, kegunaan atau manfaat yang akan di ambil, antara lain :

#### **1. Bagi Peneliti**

Dapat menambah pengetahuan tentang besar porsi yang di sajikan di pesantren sehingga nantinya dapat mengetahui ukuran besar porsi di Pesantren Al- Falah Kota Padang Tahun 2024.

## **2. Bagi Pesantren**

Dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat tentang pentingnya besar porsi untuk menyelenggarakan makanan.

## **3. Bagi Masyarakat**

Dapat di sajikan sebagai bahan evaluasi dan acuan terhadap besar porsi sehingga untuk kedepannya memudahkan dalam penyelenggaraan makanan.

## **4. Bagi Institusi Pendidikan**

Dapat digunakan sebagai referensi dan acuan dalam meneliti tentang besar porsi dengan baik dan benar sesuai ukuran yang telah di tetapkan.

## **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini di lakukan untuk melihat pada bagaimana Gambaran Besar Porsi dari Makanan yang di sajikan di Pesantren Alfalah Padang tahun 2024. Penelitian ini bersifat deskriptif yang mana di lakukan dengan cara penimbangan, observasi dan wawancara langsung dengan kepala pengelola penyelenggaraan makanan di Pesantren Al-Falah Kota Padang tahun 2024.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Penyelenggaraan Makanan di Pesantren**

Sistem penyelenggaraan pendidikan pesantren mempunyai kurikulum yang mengharuskan para santri untuk menetap tinggal di pesantren selama melakukan kegiatan pendidikan. Artinya para santri tinggal dan menghabiskan waktu makannya di pondok pesantren, hal ini menuntut pihak pondok pesantren berusaha memberikan pelayanan makanan yang sebaik-baiknya agar kebutuhan gizi para santri terpenuhi sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik.<sup>5</sup>

Pelajar merupakan konsumen yang sering mengeluh tentang makanan yang disediakan oleh pelayanan makanan di pesantren. Keluhan umum seperti makanan yang tidak enak dan menunya sering berulang, tidak bervariasi, warna tidak menarik, sehingga sisa makan anak pesantren banyak yang tidak habis akibat kebosanan santri itu sendiri. Pelajar biasanya lebih memilih kenyamanan saat memilih tempat-tempat makan terutama karna terbatasnya waktu, dan fasilitas untuk mempersiapkan makanan. Keterbatasan anggaran untuk makan juga mempengaruhi pilihan tempat makan untuk mereka.

Kebutuhan atau permintaan konsumen merupakan pendorong untuk di bentuknya penyelenggaraan makanan institusi. Setiap penyelenggaraan makanan mempunyai tujuan masing-masing, baik yang bersifat komersial maupun non komersial. Penyelenggaraan makanan yang bersifat komersial seperti restoran, hotel diarahkan untuk memperoleh keuntungan dari konsumen sedangkan yang bersifat non komersial seperti panti asuhan, sekolah, asrama, dan diarahkan untuk memenuhi

Kebutuhan. Penyajian bahan makanan yang tepat dapat dicapai melalui penyelenggaraan atau perencanaan makanan. Perencanaan makan merupakan rangkaian kegiatan mulai dari penyiapan menu, hingga pendistribusian makanan, termasuk kegiatan pencatatan, laporan, dan evaluasi prinsip. Penyelenggaraan makanan adalah menyediakan makanan sesuai dengan macam dan kebutuhan zat gizi, disiapkan dengan cita rasa yang tinggi.<sup>7</sup>

Standar bahan makanan adalah buku terjemahan jenis dan jumlah bahan makanan sehari yang dibutuhkan oleh konsumen pada sistem penyelenggaraan makanan sesuai kecukupan gizi dengan mempertimbangkan dana yang tersedia dan menjadi acuan atau pedoman legal dalam penyelenggaraan makanan. Standar makanan disebut juga sebagai peraturan pemberian makanan.

Langkah-langkah penyusunan standar bahan makanan seorang sehari adalah sebagai berikut

1. Hitung/tetapkan kecukupan/kebutuhan gizi berdasarkan data yang tersedia dapat menggunakan cara yang paling praktis dan cepat misalnya menggunakan Daftar Kecukupan Gizi yang Dianjurkan (DKGA)
2. Tetapkan presentase harga bahan makanan dari lokasi biaya atau dari harga hidangan
3. Tetapkan macam bahan makanan yang akan di gunakan dalam sehari (9-12 item) dengan menggunakan Daftar Bahan Penukar.
4. Terjemahkan kecukupan/kebutuhan gizi sehari ke dalam kebutuhan bahan makanan sehari dalam berat bersih
5. Daftar Dari daftar bahan makanan sehari perkirakan harga atau konversikan ke harga, kemudian hitung harga bahan makanan berdasarkan berat kotor.

6. Analisa nilai energi dan zat gizi makro, harus selaras dengan kecukupan rata-rata yang telah dihitung.

7. Jika semua telah sesuai maka sudah dapat ditetapkan menjadi standar makanan dan perlu mendapat legalisasi dari pimpinan/manajer penyelenggaraan makanan.

Manajemen penyelenggaraan makanan merupakan serangkaian kegiatan yang mulai dari perencanaan menu, pengolahan sampai dengan evaluasi dalam menyediakan makanan kepada di fasilitas pesantren tersebut. Tujuannya adalah menyediakan pangan yang memenuhi kebutuhan santri, baik kualitas maupun jenisnya dan kuantitasnya, sehingga dapat meningkatkan status gizi dan kesehatan anak pesantren.<sup>8</sup>

## **B. Standar Porsi**

Standar porsi adalah berat bersih (selesai masak) atau berat matang bahan makanan setiap hidangan untuk satu orang atau satu porsi. Standar pelayanan telah ditetapkan kebutuhan individu, termasuk jumlah dan komposisi bahan pangan yang dibutuhkan individu untuk setiap makan sesuai dengan menu dan standar makanan. Standar Porsi digunakan dalam penyusunan menu, pengadaan bahan makanan dan pengolahannya dan distribusi. Dalam penyiapan bahan pangan diperlukan standar takaran dalam massa mentah, sedangkan standar porsi dalam berat matang pada saat pembagian.<sup>6</sup>

Fungsi standar porsi adalah sebagai alat pengisian pada unsur penyajian, sebagai alat kontrol auditorium gizi, dengan standar porsi dapat di hitung beberapa nilai gizi makanan yang disajikan, alat untuk menentukan bahan

makanan. yang akan di beli dan berhubunga dengan biaya yang di perlukan.

Menentukan standar porsi untuk memperoleh makanan yang memenuhi kebutuhan nilai gizinya, baik dari kualitas bermutu tinggi merupakan standar yang diperlukan dalam pengembangan standar porsi, oleh karena itu untuk mencapai hal tersebut setiap institusi makanan harus melakukan standar porsi pada setiap makanan yang siap di sajikan.

Cara menghitung standar porsi penelitian dapat dilihat dari standar gizi disesuaikan menurut kebutuhan golongan orang-orang yang di asramakan serta disesuaikan dengan sumber daya yang ada, dapat bersifat komersial yaitu memperhitungkan laba rugi institusi, frekuensi makan 2-3 kali sehari dengan atau tanpa selingan, serta tujuan penyediaan makanan lebih di arahkan untuk pencapaian status kesehatan penghuni pesantren.<sup>6</sup>

Hal-hal khusus yang harus di pertimbangkan untuk menentukan standar porsi, seperti berikut:

1. Ukuran porsi harus terlihat menarik di piring, hal ini berkaitan dengan komposisi bahan makanan
2. Ukuran porsi harus memenuhi kepuasan klien.
3. Ukuran porsi harus berdasarkan rekomendasi dari hasil diagnose gizi klien.

Alat dan bahan yang digunakan yaitu form penilaian pola menu, standar porsi dan pemenuhan ketersediaan energi dan zat gizi, tabel AKG 2019, timbangan makanan digital dengan ketelitian 0,1 g, program Ms. Excel, Nutrisurvey 2007, pedoman konversi matang-mentah, Buku Survey Diet Total (SDT) 2014 dan kalkulator.<sup>1</sup>

Berdasarkan hasil penelitian Kurniawati, (2019), di instalasi Gizi RSUD Dr. Jitrowardojo Purworejo terjadi ketidaktepatan besar porsi lauk hewani dengan standar porsi pada hari 1, 2, 3 yaitu lauk hewani Adanya ketidaktepatan standar porsi dipengaruhi oleh supplier, petugas persiapan dan pengawasan.

Berdasarkan penelitian Istiyarningsih (2020), di RSA UGM ukuran standar porsi makanan pokok sudah ditentukan oleh ahli gizi, namun petugas pemorsi ataupun penyaji tidak menimbang makanan pokok tersebut. Berdasarkan penelitian Nurhatijah (2021), Penyediaan makanan di Pondok Pesantren An Nur-2 Ar Muradlo dilakukan dengan cara sederhana tanpa adanya standar porsi sesuai kebutuhan santri.

Standar porsi dalam berat mentah diperlukan pada persiapan bahan makanan, sedangkan standar porsi dalam berat matang diperlukan pada saat distribusi. Fungsi dari standar porsi adalah:

- a. Sebagai alat kontrol pada unsur pengisian dan penyajian.\
- b. Sebagai alat kontrol pada audit gizi, dengan standar porsi dapat dihitung berapa nilai gizi hidangan yang disajikan.
- c. Sebagai alat untuk menentukan bahan makanan yang akan dibeli dan berhubungan dengan biaya yang diperlukan.

Cara menghitung standar porsi penelitian dapat dilihat dari standar gizi disesuaikan menurut kebutuhan golongan orang-orang yang di asramakan serta disesuaikan dengan sumber daya yang ada, dapat bersifat komersial yaitu memperhitungkan laba rugi institusi, frekuensi makan 2-3 kali sehari dengan atau tanpa selingan, serta tujuan penyediaan makanan lebih diarahkan untuk

pencapaian status kesehatan penghuni pesantren.

**Tabel 1. Standar Porsi Bahan Makanan Untuk Satu Kali Makan**

Nama bahan	Berat
Nasi	150
Telur/Pengganti	50
Ikan	75
Tempe	50
Tahu	100
Sayuran	100
Buah	100

*Sumber; Sistem Penyelenggaraan Makanan Insitusi (2019)*

Berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang porsi kebutuhan bahan makanan sehari berdasarkan Kecukupan Gizi yang dianjurkan dapat dilihat pada tabel berikut.

### C. Besar Porsi

Besar porsi adalah banyaknya golongan bahan makanan yang di rencanakan setiap kali makan dengan menggunakan satuan penukar berdasarkan standar makanan yang berlaku di institusi. Contoh

**Tabel 2. Besar Porsi 1 kali makan Umur 16-18 Tahun**

Bahan Makanan	Besar Porsi remaja 16-18 Tahun	Berat(gram)
Nasi	2p	200
Sayuran	$\frac{3}{4}$ p	75
Buah	1p	110
Lauk nabati	1p	50
Lauk hewani	1p	50
Minyak	1p	1
Gula	1p	1

*Sumber: Bachiar Bakri, ddk(2018)*

### D. Jenis Bahan Makanan

Bahan Makanan adalah salah satunya kebutuhan dasar setiap manusia.

Tujuan manusia makan bukan hanya untuk makan saja tetapi untuk memenuhi kebutuhan zat gizi di dalam tubuh, untuk menjaga zat gizi dalam tubuh tidak hilang dalam makanan, perlu membutuhkan perhatian saat mengolah bahan makanan menjadi sesuatu makanan sehat.<sup>9</sup>

Pengertian pangan dalam Peraturan Pemerintah RI Nomor 28 Tahun 2004 adalah semua sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah, yang diperuntukkan bagi makanan atau minuman, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lain yang digunakan. dalam proses pengolahan dan pembuatan makanan atau minuman.<sup>10</sup>

Klasifikasi pangan dan gizi berbeda-beda di setiap negara, namun secara umum pangan diklasifikasikan menjadi dua yaitu : Makanan hewani dan makanan nabati, makanan hewani meliputi daging, ikan, kerang, telur, susu dan produk susu, makanan vegetarian meliputi sereal, kacang-kacangan, sayuran, biji-bijian, buah-buahan dan makanan lainnya (madu, gula dll).<sup>10</sup>

Selain itu, klasifikasi pangan yang diberikan oleh FAO dikenal dengan Pola Makan Rekomendasi (PPH) yang dikelompokkan menjadi 9 kelompok yaitu biji-bijian, umbi-umbian, pangan hewani, minyak dan lemak, buah-buahan, biji- bijian minyak, kacang-kacangan, gula, sayur-sayuran dan buah-buahan, dll. (minuman dan rempah-rempah).<sup>10</sup>

Masing-masing contoh jenis pangan dari kelompok pangan yang berbeda sesuai anjuran pola makan seimbang PMK 41 adalah sebagai berikut.

1. Makanan pokok : nasi, kentang, singkong, ubi jalar, jagung, talas, sagu, sukun, nilai gizi 100 gram nasi setara dengan 3/4 gelas adalah : 175 kalori,

4 gram protein dan 40 gram karbohidrat.<sup>10</sup>

2. Lauk pauk sumber protein antara lain: Ikan, Telur, Unggas, Daging, Susu dan Kacang-kacangan serta hasil olahannya (tahudan tempe). Kandungan Zat Gizi

(1) porsi tempe sebanyak 2 potong sedang atau 50 gram adalah 80 kalori, 6 gram protein, 3 gram lemak dan 8 gram karbohidrat.<sup>6</sup>

3. Sayuran yang memiliki kandungan kalorinya sangat rendah contoh sayurannya seperti gambas, jamur kuping, tomat sayur, oyong, ketimun, lada air, selada, lobak, dan daun bawang.
4. Beberapa jenis sayuran yang memiliki kandungan zat gizi per porsi (100 gram) adalah : 25 kal, 5 gram karbohidrat, dan 1 gram protein. Satu porsi sayuran adalah kurang lebih 1(satu) gelas sayuran setelah di masak dan ditiriskan. Contoh sayurannya seperti bayam, bit, labu siam, rebung, kemangi, daun kacang panjang, pare, teoge, kangkung, terong, kacang panjang, dan wortel.

#### **E. Anjuran Makan Sehari (AMS)**

Anjuran makan sehari merupakan suatu kebutuhan makan setiap hari bagi semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, aktivitas tubuh untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. AMS merupakan kebutuhan pada tingkat konsumsi sedangkan pada tingkat produksi dan penyediaan perlu di perhitungkan kehilangan dan penggunaan lainnya dari tingkat produksi sampai tingkat konsumsi.<sup>6</sup>

Untuk memenuhi kebutuhan zat gizi selama sehari dianjurkan agar anak

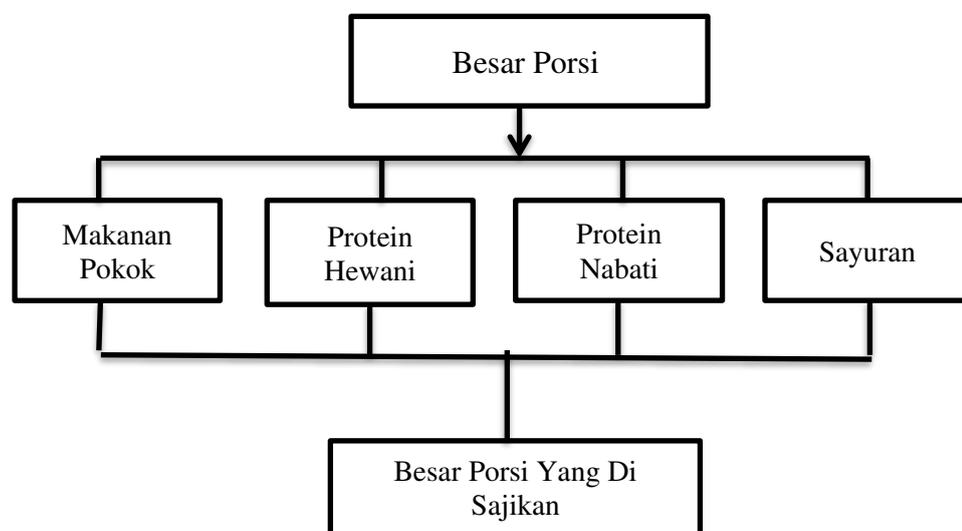
makan secara teratur 3 kali sehari dimulai dengan sarapan atau makan pagi, makan siang dan makan malam. Untuk menghindarkan/mengurangi anak-anak mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan tidak bergizi dianjurkan agar selalu makan bersama keluarga. Sarapan setiap hari penting terutama bagi anak-anak oleh karena mereka sedang tumbuh dan mengalami perkembangan otak yang sangat tergantung pada asupan makanan secara teratur

Manfaat AMS adalah pertama sebagai acuan dalam menilai kebutuhan setiap jenis kelompok makanan, kedua sebagai acuan dalam menyusun makanan sehari-hari termasuk perencanaan makanan di institusi, ketiga sebagai acuan dalam perencanaan penyediaan pangan tingkat regional maupun nasional.<sup>6</sup>

**Tabel 3. Anjuran Makan Sehari Menurut Umur 16-18 tahun**

<b>Bahan Makanan</b>	<b>Anak remaja 16-18 tahun laki-laki 2675 kkal</b>	<b>Anak Remaja 16-18 tahun Perempuan 2125 kkal</b>
Nasi	8p	5p
Sayuran	3p	3p
Buah	4p	4p
Lauk nabati	3p	3p
Lauk hewani	3p	3p
Minyak	6p	5p
Gula	2p	2p

*Sumber: Anjuran Makan Sehari (AMS)*

**F. Alur Pikir**

## G. Definisi Operasional

**Tabel 2. Definisi Operasional**

Variabel	Definisi	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Besar Porsi yang di Sajikan	Rata-rata besar porsi makanan yang di sajikan sesuai kelompok makanan ( Pokok, Protein Hewani, Protein Nabati dan Sayuran) Selama 7 hari	Timbangan makanan digital merk camry	-berat makanan sesuai kelompok makanan ( Pokok, Protein Hewani, Protein Nabati, dan Sayuran) dalam satuan gram	Rasio

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang di gunakan adalah bersifat deskriptif, dimana hasil yang di tetapkan nantinya akan memberikan gambaran besar porsi yang di sajikan sesuai dengan aturan yang di tetapkan di Pesantren Al- Falah Padang tahun 2024.

### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Waktu penelitian di mulai pada bulan September tahun 2023 sampai bulan Juni tahun 2024. Tempat penelitian di lakukan di Pesantren Al- Falah Padang yang berada di JL.Mekah, Dadok Tunggul Hitam Kec, Koto Tangah, Kota Padang, Sumatera Barat.

### **C. Populasi dan Sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah semua santri yang merupakan siswa diPesatren Al-Falah. Total seluruh santri di Pesatren Al-Falah sebanyak 178 santri. Yang terdiri dari MA.

#### **2. Sampel**

Mendapatkan sampel dengan menggunakan rumus proporsi dengan populasi 178 orang diketahui( Finit).

$$n = \frac{Z^2_{1-\alpha/2} P (1 - P) N d^2(N-1) + Z^2_{1-\alpha/2} P (1-P)}{d^2(N-1)}$$

Keterangan :

n = besar sampel

$Z^2_{1-\alpha/2}$  = nilai Z pada Derajat kemaknaan (biasanya 95% = 1,96)

P = proporsi Populasi

d = presisi absolut / derajat penyimpangan

$$n = \frac{(1,96)^2 (0,5) (1-0,5) 248}{(0,1)^2 (248-1) + (1,96)^2 (0,5) (1-0,5)}$$

$$n = \frac{11,36}{2,11}$$

n = 50 orang

Total sampel yang akan digunakan pada penelitian ini sebanyak 50 orang. Carapengambilan sampel pada penelitian ini yaitu dengan metode *simple random sampling*.

## D. Pengumpulan Data

### 1. Data primer

Data primer yang di kumpulkan berdasarkan besar porsi makanan yang di sajikan kepada santri yang meliputi, makanan pokok, protein hewani, protein nabati, dan sayuran. Dengan melakukan penimbangan setiap kali makan selama 1 siklus menu (siklus menu 7 hari) yang terdapat di Al-Falah Padang.

## 2. Data sekunder

Data sekunder pada penelitian ini dapat dari pihak sekolah dan pengurus pesantren mengenai gambaran umum sekolah dan Pesantren Al- Falah Padang.

## E. Teknik Pengolahan Data

Besar Porsi makanan yang di sajikan di dapatkan dengan menjumlahkan makanan yang di sajikan setiap hari sesuai kelompok bahan makanan. Rata-rata bahan makanan yang di dapat di konversikan menjadi bahan mentah bersih. Data rata-rata besar porsi yang di sajikan di bandingkan dengan anjuran makan sehari sesuai jenis kelamin, sebagai acuan anjuran makan sehari. Bahan mentah yang di gunakan adalah seperti nasi, daging dan tempe.

**Tabel 4. Anjuran Makan Sehari berdasarkan Jenis Kelamin pada Anak Usia 16-18 Tahun**

<b>Nama bahan</b>	<b>p</b>	<b>gr</b>
Nasi	8p	800
Daging	3p	105
Tempe	3p	105
Sayuran	3p	300

*Sumber : Pedoman Gizi Seimbang ( PGS)*

Setelah di dapatkan rata-rata berat bersih setiap jenis bahan makanan yang di hidangkan kemudian sesuaikan dengan bahan makanan yang menjadi acuan.

## **F. Analisis Data**

Setelah melihat gambaran besar porsi yang di sajikan di Pesantren Al-Falah Padang, Analisis data di lakukan secara deskriptif dengan menyertakan berat kelompok makanan (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan sayuran, dan biaya serta membandingkan hasil yang di dapat dengan anjuran makan satu hari.

## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Pondok pesantren Al-Falah Padang didirikan pada tanggal 12 Desember 2012. Pondok Pesantren berada di JL. Air Pacah, Kec. Koto Tangah, Kota Padang, Sumatera Barat. Penyelenggaraan makanan di pesantren Al-Falah Padang tidak berkerja sama dengan catering manapun.

Penyelenggaraan makanan di lakukan oleh 6 orang tenaga pengolah makanan, 1 orang bagian distribusi makanan dan 1 orang kepala dapur. Sistem penyelenggaraan makanan menggunakan sistem sentralisasi dengan siklus menu yang di gunakan adalah siklus menu 7 hari. Penyusunan anggaran bahan makana, penyusunan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, pemesanan bahan makanan di lakukan oleh kepala bagian penyelenggaraan makanan, sedangkan penerimaan bahan makanan, penyimpanan bahan makanan, persiapan bahan makanan, pengolahan bahan makanan, dan distribusi/penyajian makanan di lakukan oleh 2 orang tenaga pengelola makanan.

Biaya makanan santriwan dan santriwati perbulan di bagi menjadi 3 kategori, bagi santriwan/ santriwati mandiri di kenakan biaya Rp 800.000,-/orang, bagi santriwan/ti subsidi ( Dhu'afa) yaitu Rp 50.000,- s.d Rp. 400.000,-/orang, dan bagi kategori yatim piatu tidak dikenakan biaya. Jenis makanan yang dihidangkan belum sesuai dengan porsi anjuran makan 1 hari. Jenis makanan yang dihidangkan adalah makanan pokok 3 kali/hari, lauk hewani 3 kali/hari, lauk nabati 4 kali/minggu, sayur 3 kali/hari, dan buah 1 kali/hari pada

makan siang. Pendistribusian/ penyajian makanan di lakukan sendiri oleh responden sesuai dengan jadwal piket yang sudah di tentukan. Distribusian makanan di lakukan pada jam 06.30 WIB untuk makan pagi, jam 12.30 WIB untuk makan siang, dan jam 17.30 WIB untuk makan malam.

## B. Gambaran Umum Responden

Responden pada penelitian ini berjumlah 50 orang, karakteristik responden pada penelitian ini dilihat berdasarkan umur dan tingkat pendidikan responden. Responden pada penelitian ini berada dalam kelompok umur 16-18 tahun.

**Tabel 5. Responden menurut Jenis Kelamin, Umur, Kelas**

<b>Karakteristik responden</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Jenis kelamin</b>		
- Laki-laki	23	46
- perempuan	27	54
<b>Usia</b>		
-16 tahun	2	4
-17 tahun	44	88
-18 tahun	4	8
<b>Kelas</b>		
- Kelas 10	21	42
- Kelas 11	29	58
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table di atas, Menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden berjenis kelamin Perempuan (54%). Usia responden terbanyak pada usia 17 tahun (88%). Tingkat kelas responden yang terbanyak di kelas 11 di Pendidikan SMA (58%).

### C. Gambaran Menu Makanan di Pesantren

Berdasarkan hasil penelitian Besar Porsi makanan yang disajikan di Pesantren Al-Falah dapat dilihat pada tabel.

**Tabel 6. Gambaran Menu Makanan**

<b>Hari</b>	<b>Pagi</b>	<b>Siang</b>	<b>Malam</b>
<b>Senin</b>	Nasi putih Tahu kecap Mentimun	Nasi putih Pangekmasin ikan Pisang	Nasi putih Gulai tempe Kacang panjang
<b>Selasa</b>	Nasi goreng cabe hijau Dadar telur iris Kerupuk	Nasi putih Telur dada pedas manis Tumis kangkung Semangka	Nasi putih Sambal goreng campur
<b>Rabu</b>	Nasi goreng Telur orak-arik Kerupuk	Nasi putih Tahu teri balado Mentimun Pepaya	Nasi putih Gulai kuning tahu
<b>Kamis</b>	Nasi putih Ayam goreng bumbu Tumis lobak + wortel	Puasa	Nasi putih Ikan goreng balado Tumis buncis + wortel Pisang
<b>Jumat</b>	Nasi goreng kampung Dadar telur iris Kerupuk	Nasi putih Opor telur + kentang Urap sayuran Semangka	Nasi putih Tempe teri balado Tumis sawi putih
<b>Sabtu</b>	Nasi putih Tempe pedas manis Mentimun	Nasi putih Sup bakso+ sayuran Pepaya	Nasi putih Kerupuk kentang balado Tumis toge +wortel
<b>Minggu</b>	Bihun goreng Telur orak-arik Kerupuk	Nasi putih Asam padeh ikan Pisang	Nasi putih Semur tahu

Berdasarkan table diatas, menunjukkan bahwa pesantren Al- Falah Padang memakai siklus menu 7 hari yang mana dapat kita lihat dari menu hari 1 sampai menu hari ke 7, pertama menu sarapan pagi pada umumnya, makanan yang disajikan terdiri dari makanan berporsi. Menu siang cukup baik, dimana

makan malam cukup baik tetapi tidak ada tidak memakai protein hewani harusnya makanan yang disajikan terdiri dari nasi, lauk hewani, lauk nabati dan sayuran. Sedangkan pada menu ke 2 juga tidak sesuai kelompok makanan, dan menunya sangat sederhana. Begitu pula menu ke 3,4,5,6,7 tidak ada sesuai kelompok makanan, seharusnya menu yang disajikan harus bervariasi agar tidak terjadi kebosanan dan tidak berselera bagi santri terhadap menu yang disajikan.

#### D. Hasil

##### 1. Rata Rata Besar Porsi Makanan Pokok Yang Disajikan Di Pesantren Al Falah Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian, besar porsi makanan pokok yang disajikan mengikuti siklus menu 7 hari. Makanan pokok yang dipakai yaitu Beras, Mie, dan Kentang. Rata rata besar porsi makanan pokok yang disajikan di pesantren Al Falah dapat dilihat pada tabel 6. Sebagai berikut.

**Tabel 7. Rata-Rata Besar Porsi Makanan Pokok 1 hari (standar nasi) yang di Sajikan di pesantren Al-Falah Padang berdasarkan jenis kelamin di bandingkan dengan AMS**

Jenis kelamin	AMS	Besar porsi	% AMS
Laki-laki	800 gr	490 gr	61,25
Perempuan	500 gr	484 gr	96
Rata-rata	650 gr	487 gr	78,62

Rata-rata besar porsi makanan pokok yang disajikan untuk anak laki-laki sebanyak 490 gr (61,25% AMS), dan perempuan sebanyak 484 gr (96 % AMS). Diketahui rata-rata anjuran makan sehari untuk anak laki-laki dan perempuan sebanyak 650 gr, namun yang diberikan kepada santriwan dan santriwati sebanyak 487 gr dengan persentase sebesar 78,62%.

## 2. Rata-rata Besar Porsi Lauk Hewani 1 hari yang Disajikan di Pesantren Al Falah Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, besar porsi lauk hewani yang disajikan mengikuti siklus menu 7 hari. Lauk hewani yang di pakai yaitu ikan tongkol, ayam, telur, dan ikan teri. Rata rata besar porsi lauk hewani yang disajikan di pesantren Al Falah dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 8. Rata Rata Besar Porsi Lauk Hewani 1 hari ( standar daging) yang Disajikan di Pesantren Al Falah berdasarkan jenis kelamin di Bandingkan dengan AMS**

Jenis kelamin	AMS	Besar porsi	% AMS
Laki-laki	105 gr	109gr	103
Perempuan	105 gr	108gr	102
Rata-rata	105 gr	108gr	102

Rata- rata besar porsi lauk hewani yang di sajikan untuk anak laki-laki sebanyak 109gr (103% AMS), dan perempuan sebanyak 108 gr (102 % AMS). Diketahui rata-rata anjuran makan sehari untuk anak laki-laki dan perempuan sebanyak 105 gr , namun yang di berikan kepada santriwan dan satriwati sebanyak 108 gr, dengan presentase 102%

## 3. Rata-rata Besar Porsi Lauk Nabati yang Disajikan di Pesantren Al Falah Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, besar porsi lauk nabati yang disajikan mengikuti siklus menu 7 hari. Lauk nabati yang di pakai yaitu tahu dan tempe. Rata rata besar porsi nabati yang disajikan di pesantren Al Falah dapat dilihat pada table berikut :

**Tabel 9. Rata Rata Besar Porsi Lauk Nabati 1 hari(standar tempe) yang Disajikan di Pesantren Al Falah berdasarkan jenis kelamin di Bandingkan dengan AMS**

Jenis kelamin	AMS	Besar porsi	% AMS
Laki-laki	150 gr	142gr	94,6
Perempuan	150 gr	132gr	88
Rata-rata	150 gr	132gr	91,3

Rata- rata besar porsi makanan lauk nabati yang di sajikan untuk anak laki-laki sebanyak 142 gr (94,6% AMS), dan perempuan sebanyak 132 gr (88% AMS). Diketahui rata-rata anjuran makan sehari untuk anak laki-laki dan perempuan sebanyak 150 gr , namun yang di berikan kepada santriwan dan santriwati sebanyak 132 gr dengan presentase 91,3%

#### 4. Rata-rata Besar Porsi Sayuran yang Disajikan di Pesantren Al Falah Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, besar porsi sayuran yang disajikan mengikuti siklus menu 7 hari. sayuran yang di pakai yaitu kacang panjang, buncis, sawi putih, wortel, lobak, kangkung, kangkung, toge, dan mentimun. Rata rata besar porsi nabati yang disajikan di pesantren Al Falah dapat dilihat pada table berikut.

**Tabel 10. Rata Rata Besar Porsi Sayuran 1 hari yang Disajikan di Pesantren Al Falah berdasarkan jenis kelamin di Bandingkan dengan AMS**

Jenis kelamin	AMS	Besar porsi	% AMS
Laki- laki	300 gr	256gr	85
Perempuan	300 gr	252gr	84
Rata-rata	300 gr	252gr	84

Rata- rata besar porsi sayuran yang di sajikan untuk anak laki-laki sebanyak 256 gr (85% AMS), dan perempuan sebanyak 252 gr (84 % AMS). Diketahui rata-rata anjuran makan sehari untuk anak laki-laki dan perempuan

sebanyak 300 gr , namun yang di berikan kepada santriwan dan santriwati sebanyak 252 gr, dengan presentase 84%.

## **E. Pembahasan**

### **1. Rata Rata Besar Porsi Makanan Pokok Yang Disajikan Di Pesantren Al Falah Tahun 2024**

Makanan pokok merupakan salah satu bahan pangan yang utama diberikan kepada santriwan dan santriwati. Salah satu bahan pangan sebagai pengganti makanan pokok yang ada di Pesantren Al-Falah yaitu beras, mie, dan kentang. Ketiga bahan pangan tersebut diberikan secara berulang sesuai siklus menu 7 hari di Pesantren Al-Falah.

Rata- rata besar porsi makanan pokok yang di sajikan untuk anak laki-laki sebanyak 490 gr (61,25% AMS), dan perempuan sebanyak 484 gr (96 % AMS). Diketahui rata-rata anjuran makan sehari untuk anak laki-laki dan perempuan sebanyak 650 gr, namun yang di berikan kepada santriwan dan satriwati sebanyak 487 gr dengan presentase 78,62%, belum di kategorikan cukup untuk kebutuhan anak umur 16-18 tahun.

Seharusnya pesantren Al-Falah padang memberikan makanan sesuai jenis kelamin supaya tidak ada kesalahan dalam menyajikan makanan pokok terutama nasi, banyak anak yang tersisa makanannya karena kelebihan makanan yang di berikan, dan ada juga yang mendapatkan makanan sedikit, dan berdampak anak akan menjadi kurus, kalau anak kurus akan mengakibatkan tidak fokus belajar. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan di Pesantren Al-Anwar Mranggen yang menunjukkan bahwa kesesuai besar porsi untuk

makanan pokok masih tergolong kurang cukup dan banyak kesalahan untuk mempersiapkan makanan terutama nasi <sup>10</sup>

Makanan pokok yang diberikan harus sesuai dengan anjuran makan sehari agar nantinya kebutuhan santriwan dan santriwati dapat terpenuhi dengan baik. Makanan pokok juga merupakan salah satu bahan utama yang harus tersedia dalam pemberian makanan kepada santriwan dan santriwati.

## **2. Rata-rata Besar Porsi Lauk Hewani yang Disajikan di Pesantren Al Falah Tahun 2024**

Lauk Hewani merupakan salah satu bahan pangan yang digunakan sebagai makanan hewani adalah yaitu ikan tongkol, ayam, telur, dan ikan teri. Keempat bahan pangan tersebut dipakai secara berulang dalam siklus menu 7 hari di Pesantren Al-Falah.

Rata-rata besar porsi lauk hewani yang di sajikan untuk anak laki-laki sebanyak 109 gr (103% AMS), dan perempuan sebanyak 108 gr (102% AMS). Diketahui rata-rata anjuran makan sehari untuk anak laki-laki dan perempuan 105 gr, namun yang di berikan kepada anak sebanyak 108 gr dengan presentase 102%, belum dikategorikan cukup untuk anak umur 16-18 tahun.

Seharusnya pesantren Al-Falah padang memberikan makanan sesuai ukuran potongan supaya tidak ada kesalahan untuk menyajikan lauk hewani terutama daging, ikan, ayam. Lauk hewani yang diberikan harus sesuai dengan kebutuhan agar nantinya kebutuhan santriwan dan santriwati dapat terpenuhi dengan baik. Hasil penelitian ini berbeda

dengan penelitian yang dilakukan di pondok pesantren Hidayatullah Makassar sulsel yang menunjukkan bahwa kesesuaian besar porsi untuk lauk hewani masih tergolong kurang cukup<sup>6</sup>

Lauk hewani juga merupakan salah satu bahan pangan hewani yang harus tersedia dalam pemberian makanan kepada santriwan dan santriwati.

### **3. Rata-rata Besar Porsi Lauk Nabati yang Disajikan di Pesantren Al Falah Tahun 2024**

Lauk nabati merupakan salah satu bahan pangan yang digunakan sebagai makanan nabati adalah yaitu yaitu tahu dan tempe. Keempat bahan pangan tersebut dipakai secara berulang dalam siklus menu 7 hari.

Rata-rata besar porsi makanan lauk nabati yang di sajikan untuk anak laki-laki sebanyak 142 gr (94,6% AMS), dan perempuan sebanyak 132 gr (88% AMS). Diketahui rata-rata anjuran makan sehari untuk anak laki-laki dan perempuan sebanyak 150 gr , namun yang diberikan kepada santriwan dan santriwati sebanyak 132 gr dengan presentase 91,3%. maka belum di kategorikan kurang untuk kebutuhan anak umur 16-18 tahun.

Hal ini dikarenakan pesantren Al-Falah memberikan lauk nabati belum sesuai dengan anjuran makanan sehari, namun sudah dilakukan oleh tenaga pengolah yang berada di tempat saat menghidangkan ada yang mendapatkan ukuran besar dan ada yang mendapatkan ukuran kecil sehingga santriwan dan santriwati kebutuhannya belum terpenuhi. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Kyai Syarifudin tentang besar Porsi untuk makanan protein

nabati tidak sesuai dengan standar yang telah ditetapkan karena dalam memorsikan ke pada santri terdapat ukuran yang berbeda. Bahwa kesesuaian besar porsi untuk lauk hewani masih tergolong kurang cukup.<sup>8</sup>

Lauk nabati yang diberikan harus sesuai dengan takarannya agar nantinya kebutuhan santriwan dan santriwati dapat terpenuhi dengan baik. Lauk nabati juga merupakan salah satu bahan pangan nabati yang harus tersedia dalam pemberian makanan kepada santriwan dan santriwati.

#### **4. Rata-rata Besar Porsi sayuran yang Disajikan di Pesantren Al Falah Tahun 2024**

Sayuran merupakan salah satu bahan pangan yang digunakan sebagai yaitu kacang panjang, buncis, sawi putih, wortel, lobak, kangkung, kangkung, toge, dan mentimun. Keempat bahan pangan tersebut dipakai secara berulang dalam siklus menu 7 hari.

Rata-rata besar porsi makanan pokok yang disajikan untuk anak laki-laki sebanyak 256 gr (85% AMS), dan perempuan sebanyak 252 gr (84 % AMS). Diketahui rata-rata anjuran makan sehari untuk anak laki-laki dan perempuan sebanyak 300 gr, namun yang diberikan kepada santriwan dan santriwati sebanyak 252 gr dengan presentase 84%. masih dalam kategori kurang untuk anak umur 16-18 tahun.

Hal ini dikarenakan pesantren Al-Falah belum memberikan sayuran sesuai dengan kebutuhan anak umur 16-18 tahun, Dimana takaran tersebut sudah dilakukan oleh tenaga pengolah yang berada di

tempat saat menghidangkan atau saat menyajikan kepada anak tersebut. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Hubulo Gorontalo besar Porsi untuk makanan sayuran tidak sesuai dengan standar yang telah ditetapkan karena dalam siklus menu 7 hari ada yang tidak memakai sayuran karena terbatasnya biaya di pesantren. Bahwa kesesuaian besar porsi untuk sayuran masih tergolong kurang cukup<sup>8</sup>

Sayuran yang diberikan harus sesuai dengan takarannya agar nantinya kebutuhan santriwan dan santriwati dapat terpenuhi dengan baik. Sayuran juga merupakan salah satu bahan pangan yang harus tersedia dalam pemberian makanan kepada santriwan dan santriwati.

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

1. Besar Porsi Makanan Pokok yang di sajikan di pesantren Al-Falah Padang belum mencapai Anjuran Makan sehari ( AMS), yang mana jenis kelamin laki-laki memiliki kebutuhan sebesar 61,25%, Perempuan sebesar 96 %.
2. Besar Porsi Protein Hewani yang di sajikan di pesantren Al- Falah Padang masih belum mencapai Anjuran Makan sehari (AMS)dikarenakan terdapat sebagian ukuran protein hewani yang tidak sama besar pada saat proses pemotongan.
3. Besar Porsi Makanan Protein Nabati yang di sajikan di Pesantren Al-Falah Padang masih belum memenuhi Anjuran Makan sehari (AMS).
4. Besar Porsi Sayuran yang di sajikan di Pesantren Al-Falah Padang masih juga belum memenuhi Anjuran Makan sehari (AMS).

### **B. Saran**

Diharapkan kepada tenaga pengelola pemorsian dibedakan antara jenis kelamin laki- laki dan jenis kelamin perempuan sehingga tidak terjadi kesalahan saat memporsikan makanan, dan dapat memperhatikan lebih lanjut terkait pembagian kelompok makanan agar sesuai dengan Anjuran Makan Sehari(AMS), terutama Makanan Pokok, Protein Hewani, Protein Nabati, Sayuran.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Ilhami, N., Putri, W. B., Hakimah, N. & Cerdasari, C. Pola Menu, Kesesuaian Besar Porsi, serta Ketersediaan Energi dan Zat Gizi Makro di Pondok Pesantren Kanjeng Sunan Kalijogo Menu Pattern, Portion Size Suitability, and Availability of Energy and Macronutrients at Kanjeng Sunan Kalijogo Islamic Boarding Sch. *J. Nutr.* **02**, 60–66 (2023).
2. Status, D. A. N. et al. <http://lib.unimus.ac.id>. (2016).
3. Ayati, N. Pemahaman Islam Melalui Pendekatan Tasawuf. *at-Taahdzib* **2**, 1–16(2014).
4. Arsyih, S., Sofiyatin, R. & Suhaema, S. Kesesuaian Besar Porsi Nasi Yang Disajikan Dengan Standar Porsi Pada Menu Makanan Biasa. *J. Gizi Prima (Prime Nutr. Journal)* **4**, 87 (2019).
5. Ningtyias, F. W. et al. Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan Di Pondok Pesantren, Kabupaten Jember. *Med. Technol. Public Heal. J.* **2**, 25–34(2018).
6. bachyar Bakri, SKM, M. K., Ani Intiyati, SKM, M. K. & Widartika, SKM, M. Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi. *3*, 9 (2018).
7. Sholichah, F. & Syukur, F. Sistem Penyelenggaraan Makanan di Pondok Pesantren Tahfidz. *J. Penelit. dan Pengemb. Kesehat. Masy. Indones.* **1**, 90–100 (2020).
8. Dhini et al. Pendampingan Pembuatan Standar Makanan bagi Pengelola di Taman Penitipan Anak TPA X. *DIANDRA J. Pengabd. Kpd. Masy.* **2**, 1–8
9. Nildawati, N., Ibrahim, H., Mallapiang, F., Afifah M, K. & Bujawati, E. Penerapan Personal Hygiene Pada Penjamah Makanan di Pondok Pesantren Kecamatan Biring Kanaya Kota Makassar. *J. Kesehat. Lingkung.* **10**, 68–75 (2020).
10. Pudjirahayu, A. pengawasan mutu pangan. (2017).

# LAMPIRAN

**Lampiran A**



## Lampiran B

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
AsPokok	50	125,7142857	187,8571429	156,2771429	14,34831203
AsHewani	50	34	39,42857143	36,59428571	1,473211343
AsNabati	50	42,28571429	48,85714286	46,12571429	1,649972317
AsSayuran	50	82,14285714	89,14285714	86,58571429	1,719953585
Valid N (listwise)	50				

**Notes**

Output Created		15 Jun 2024 09:03:47
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	none
	Weight	none
	Split File	none
	N of Rows in Working Data File	88
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	All non-missing data are used.
Syntax		DESCRIPTIVES VARIABLES=AsPobal AsPobal AsPobal AsPobal  /STATISTICS=MEAN STDEV MIN MAX.
Resources	Processor Time	00:00:00.000
	Elapsed Time	00:00:00.000



2023			2022				2021				2020			
PERIOD														
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	
47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	
64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	
99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	
117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	
135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	
153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	
171	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	
190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	
209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	
228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	
247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	
267	268	269	270	271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	
287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	
307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	
327	328	329	330	331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	
347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360	
367	368	369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	
387	388	389	390	391	392	393	394	395	396	397	398	399	400	
407	408	409	410	411	412	413	414	415	416	417	418	419	420	
427	428	429	430	431	432	433	434	435	436	437	438	439	440	
447	448	449	450	451	452	453	454	455	456	457	458	459	460	
467	468	469	470	471	472	473	474	475	476	477	478	479	480	
487	488	489	490	491	492	493	494	495	496	497	498	499	500	
507	508	509	510	511	512	513	514	515	516	517	518	519	520	
527	528	529	530	531	532	533	534	535	536	537	538	539	540	
547	548	549	550	551	552	553	554	555	556	557	558	559	560	
567	568	569	570	571	572	573	574	575	576	577	578	579	580	
587	588	589	590	591	592	593	594	595	596	597	598	599	600	
607	608	609	610	611	612	613	614	615	616	617	618	619	620	
627	628	629	630	631	632	633	634	635	636	637	638	639	640	
647	648	649	650	651	652	653	654	655	656	657	658	659	660	
667	668	669	670	671	672	673	674	675	676	677	678	679	680	
687	688	689	690	691	692	693	694	695	696	697	698	699	700	
707	708	709	710	711	712	713	714	715	716	717	718	719	720	
727	728	729	730	731	732	733	734	735	736	737	738	739	740	
747	748	749	750	751	752	753	754	755	756	757	758	759	760	
767	768	769	770	771	772	773	774	775	776	777	778	779	780	
787	788	789	790	791	792	793	794	795	796	797	798	799	800	
807	808	809	810	811	812	813	814	815	816	817	818	819	820	
827	828	829	830	831	832	833	834	835	836	837	838	839	840	
847	848	849	850	851	852	853	854	855	856	857	858	859	860	
867	868	869	870	871	872	873	874	875	876	877	878	879	880	
887	888	889	890	891	892	893	894	895	896	897	898	899	900	
907	908	909	910	911	912	913	914	915	916	917	918	919	920	
927	928	929	930	931	932	933	934	935	936	937	938	939	940	
947	948	949	950	951	952	953	954	955	956	957	958	959	960	
967	968	969	970	971	972	973	974	975	976	977	978	979	980	
987	988	989	990	991	992	993	994	995	996	997	998	999	1000	

## Lampiran D



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG**

Jl. Simpang Pondok Api Nanggalo Padang 25146. Telepon (0751) 7198128 (Hunting)  
Website : <http://www.poltekkes-pdp.ac.id>  
Email : direktoran@poltekkes-pdp.ac.id



Nomor :   
Lampiran :  
Hal :

29 Januari 2024

**Yth. Kepala Yayasan Prasetia Al-Falak Padang**  
**(R-Taman)**

Dengan hormat,

Berikut dengan undangan Jurusan Gas Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang, Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi D-III Gas ditugaskan untuk membuat suatu penelitian berupa Tesis Akhir, dimana lokasi penelitian mahasiswa tersebut adalah institusi yang Bapak/Ibu pimpin. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kerendahan Bapak/Ibu untuk dapat memberi izin mahasiswa kami untuk melakukan kegiatan penelitian tersebut dengan nama mahasiswa, judul penelitian, tempat dan waktu penelitian (terlampir).

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bantuan dan kerendahan hati Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Tertutup:

1. Kepala Yayasan Prasetia Al-Falak Padang
2. Arsip

Daftar Lampiran

No	Nama / NIM	Judul Penelitian	Tempat penelitian	Waktu Penelitian
1.	Dina Zuliana : 21210044	Daftar nama dan alamat yang tinggal di Prasetia Al-Falak Padang Tahun 2024	Prasetia Al-Falak Padang	Januari 2024
2.	Lisa Anwar : 21210027	Daftar nama dan alamat yang tinggal di Prasetia Al-Falak Padang Tahun 2024	Prasetia Al-Falak Padang	Januari 2024



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

KARTU KONSULTASI  
PENYUSUNAN PROPOSAL TUGAS AKHIR  
PROGRAM STUDI D-III GIZI  
POLTEKKES KEMENKES PADANG TAHUN 2023



NAMA	Lani Artanti
NIM	212110057
JUDUL PROPOSAL TUGAS AKHIR	Gambaran Besar Porsi Makanan Yang Diujikan Di Penderita Al- Falah Tahun 2024
PEMBIMBING 1	Safiyanti, SKM, M.Kes

NO	HARI TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMBIMBING
1	Senin / 10-08-2023	BAB 2-4	Perbaikan	[Signature]
2	Selasa / 14-08-2023	BAB 4	Perbaikan	[Signature]
3	Kamis / 15-08-2023	BAB 4	Perbaikan	[Signature]
4	Jum'at / 18-08-2023	BAB 4	Perbaikan	[Signature]
5	Sabtu / 19-08-2023	BAB 4	Perbaikan	[Signature]
6	Senin / 21-08-2023	BAB 4	Perbaikan	[Signature]
7	Rabu / 23-08-2023	BAB 4 dan 5	perbaikan	[Signature]
8	Jum'at / 24-08-2023	BAB 4 dan 5	perbaikan	[Signature]
9	Senin / 28-08-2023	file		[Signature]
10				

Koordinator Mata Kuliah

Haniati, DCS, M.Biomed  
NIP. 19630719 198803 2 003

Padang, 2023  
Ka. Prodi/DIII Gizi

Dr. Hermita Bas Umar, SKM, M.Kes  
NIP. 19690529 199203 2 002



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

KARTU KONSULTASI  
PENYUSUNAN PROPOSAL TUGAS AKHIR  
PROGRAM STUDI D-III GIZI  
POLTEKES KEMENKES PADANG TAHUN 2023



NAMA	Lani Antarni
NIM	21210037
JUDUL PROPOSAL TUGAS AKHIR	Gambar Besar Porsi Makanan Yang Dianjurkan Di Pesantren Al-Falah Tahun 2024
PEMIMPING 2	Rina Hannyati, SKM, M.Kes

NO	HEBU TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMIMPING
1	14/06-2023-1 Juni 2023	BAB 4	Perbaikan BAB 4	[Signature]
2	14/06/11-06-2023	BAB 4	Perbaikan BAB 4	[Signature]
3	14/06/15-06-2023	BAB 4	Perbaikan BAB 4	[Signature]
4	14/06/19-06-2023	BAB 4	Perbaikan BAB 4	[Signature]
5	14/06/15-06-2023	BAB 4, 5	perbaikan BAB 4	[Signature]
6	14/06/15-06-2023	BAB 4, 5	Perbaikan BAB 4	[Signature]
7	14/06/19-06-2023	BAB 4, 5	Perbaikan BAB 4	[Signature]
8	14/06/24-06-2023		Acc	[Signature]
9				
10				

Koordinator Mata Kuliah

[Signature]

Hanneli, DCS, M.Biomed  
NIP. 19630719 199803 2 003

Padang, 2023  
Ka. Prodi D-III Gizi

[Signature]

Dr. Hermita Heri Umar, SKM, M.Kes  
NIP. 19680527 199203 2 002

## Lampiran E.

FINISHHH.docx			
ORIGINALITY REPORT			
21%	21%	9%	10%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source		5%
2	<a href="http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id">perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id</a> Internet Source		3%
3	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper		3%
4	<a href="http://repository.poltekkes-kdl.ac.id">repository.poltekkes-kdl.ac.id</a> Internet Source		3%
5	<a href="http://pdfcoffee.com">pdfcoffee.com</a> Internet Source		2%
6	<a href="http://ojs.poltekkes-malang.ac.id">ojs.poltekkes-malang.ac.id</a> Internet Source		2%
7	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Internet Source		1%
8	<a href="http://www.gurupendidikan.co.id">www.gurupendidikan.co.id</a> Internet Source		1%
9	<a href="http://repository.poltekkes-tjk.ac.id">repository.poltekkes-tjk.ac.id</a> Internet Source		1%