

**TUGAS AKHIR**

**EVALUASI BESAR PORSI DITINJAU DARI SEGI JENIS,  
JUMLAH, DAN ZAT GIZI PADA MAKANAN BIASA YANG  
DISAJIKAN DI RUMAH SAKIT ISLAM IBNU SINA  
PAYAKUMBUH TAHUN 2022**



**SEPTIANA SURYANI**

Nim : 192110107

**PRODI D3 GIZI**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN PADANG  
TAHUN 2022**

**TUGAS AKHIR**

**EVALUASI BESAR PORSI DITINJAU DARI SEGI JENIS,  
JUMLAH, DAN ZAT GIZI PADA MAKANAN BIASA YANG  
DISAJIKAN DI RUMAH SAKIT ISLAM IBNU SINA  
PAYAKUMBUH TAHUN 2022**

*Diajukan ke Program Studi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI  
Padang sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Gizi  
di Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang*



**SEPTIANA SURYANI**

Nim : 192110107

**PRODI D3 GIZI**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN PADANG  
TAHUN 2022**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

"Evaluasi Besar Porsi Ditinjau Dari Segi Jenis, Jumlah, Dan Zat Gizi Pada Makanan  
Biasa Yang Disajikan Di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022"

Disusun oleh :

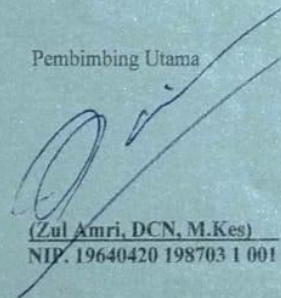
SEPTIANA SURYANI

Nim : 192116107

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :  
08 Juni, 2022

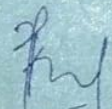
Menyetujui :

Pembimbing Utama



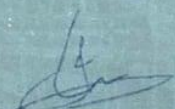
(Zul Amri, DCN, M.Kes)  
NIP. 19640420 198703 1 001

Pembimbing Pendamping



(Irma Eva Yani, SKM, M.Si)  
NIP. 19651019 198803 2 001

Padang, 22 Juni 2022  
Ketua Jurusan Gizi



(Kasmivetti, DCN, M. Biomed)  
NIP. 19640427 198703 2 001

## HALAMAN PENGESAHAN

### TUGAS AKHIR

"Evaluasi Besar Porsi Ditinjau Dari Segi Jenis, Jumlah, Dan Zat Gizi Pada Makanan Biasa Yang Disajikan Di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022"

Disusun Oleh :

SEPTIANA SURYANI

Nim : 192110107

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal: 07 Juni, 2022

### SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

(Sri Darmingsih, S.Pd, M.Si)  
NIP. 19630218 198603 2001

Anggota,

(Hermita Bus Umar, SKM, MKM)  
NIP.19690529 199203 2002

Anggota,

(Zul Amri, DCN, M.Kes)  
NIP. 19640420 198703 1 001

Anggota,

(Irma Eva Yani, SKM, M.Si)  
NIP. 19651019 198803 2 001

Padang, 22 Juni 2022  
Ketua Jurusan Gizi

(Kasmivetti, DCN, M. Biomed)  
NIP. 19640427 198703 2 001

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG  
PRODI D III JURUSAN GIZI**

Tugas Akhir, Juni 2022  
Septiana Suryani

**EVALUASI BESAR PORSI DITINJAU DARI SEGI JENIS, JUMLAH,  
DAN ZAT GIZI PADA MAKANAN BIASA YANG DISAJIKAN DI RSI  
IBNU SINA PAYAKUMBUH TAHUN 2022**

v + 50 halaman + 13 tabel + 5 lampiran

**ABSTRAK**

Besar porsi sering kali menjadi hal yang salah saat menyajikan makanan, terutama dalam pemorsian makanan. Ketidaksesuaian besar porsi dengan standar porsi bisa berakibat kebutuhan gizi pasien tidak terpenuhi atau sebaliknya makanan jadi banyak sisa.

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif yang dilaksanakan dari bulan Agustus sampai Juni 2022 di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh. Penelitian ini mengamati jenis, besar porsi, dan nilai gizi pada makanan biasa, kemudian diambil rata-rata sesuai siklus menu. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dan penimbangan bahan matang menggunakan alat timbangan digital serta dikonversikan ke berat mentah. Penilaian nilai zat gizi menggunakan aplikasi nutrisurvey. Data dianalisis dengan membandingkan hasil yang didapat dengan teori dan standar terkait standar porsi dan masing-masing variabel disajikan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan dalam bentuk narasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis bahan makanan sudah sesuai, namun kesesuaian besar porsi dengan standar porsi di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh pada makanan pokok nasi telah sesuai 24%. lauk hewani sesuai 34%. lauk nabati sesuai 88%, dan sayur sesuai 58 %.

Disarankan agar tenaga memperhatikan berat bahan makanan pada saat penerimaan maupun persiapan agar sesuai dengan standar porsi yang ditetapkan karena ketidaksesuaian porsi pada bahan makanan akan mempengaruhi nilai gizi yang diterima oleh pasien.

**Kata Kunci : Besar Porsi , Nilai zat gizi.**

**Daftar Pustaka : 21 (2013-2018)**

**HEALTH POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH PADANG  
D III DEPARTMENT OF NUTRITION**

Final Project, June 2022  
Septiana Suryani

**EVALUATION OF LARGE PORTIONS REVIEWING IN terms of TYPE,  
AMOUNT, AND NUTRITION OF ORDINARY FOOD SERVED AT RSI  
IBNU SINA PAYAKUMBUH IN 2022**

v + 50 pages + 13 tables + 5 attachments

**ABSTRACT**

Large portions are often the wrong thing when serving food, especially when it comes to portioning food. At the Islamic Hospital of Ibnu Sina Payakumbuh, it is known the type, amount and incompatibility of portions served with standard portions. Large portions of rice 76%, 66% animal side dishes, 12% vegetable side dishes, and 42% vegetables are not appropriate. The portion of the food obtained is not fixed in large portions. Inconsistency in the size of the portion with the standard portion can result in the patient's nutritional needs being not met or vice versa, the food becomes a lot of leftovers.

This type of research uses descriptive research which was carried out from August to June 2022 at the Ibn Sina Islamic Hospital Payakumbuh. This study observed the type, portion size, and nutritional value of ordinary food, then the average was taken according to the menu cycle. Data was collected by means of observation, interviews, and weighing of cooked ingredients using digital scales and converted to raw weight. Assessment of nutritional value using the nutrysurvey application. Data were analyzed by comparing the results obtained with theories and standards related to portion standards and each variable was presented using a frequency distribution table and in narrative form.

The results showed that the type of food ingredients was appropriate, but the suitability of the portion size with the standard portion at RSI Ibnu Sina Payakumbuh on rice staple food was 24% appropriate. animal side dishes according to 34%. vegetable side dishes according to 88%, and vegetables according to 58%.

It is recommended that the staff pay attention to the weight of the food ingredients at the time of receipt and preparation to comply with the standard portion set because the inappropriate portion of the food ingredients will affect the nutritional value received by the patient.

**Keywords: Large portion of rice, nutritional value.**

**Bibliography : 21 (2013-2018)**

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

### **IDENTITAS**

Nama : Septiana Suryani  
Nim : 192110107  
Tempat/Tanggal Lahir : Jorong pincuran tinggi,07 September 2000  
Agama : Islam  
Status Perkawinan : Belum Menikah

### **NAMA ORANG TUA**

Ayah : Ahmadi  
Ibu : Ernita  
Alamat : Pakan sabtu

### **RIWAYAT PENDIDIKAN**

<b>No</b>	<b>Pendidikan</b>	<b>Tahun Ajaran</b>
1	TK kartika 1-24 denzipur 2/ps	2006-2007
2	SDN 01 Mungo	2007-2013
3	MTsN 1 Kota Payakumbuh	2013-2016
4	MAN 2 Kota Payakumbuh	2016-2019
5	Prodi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang	2019-2022

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyusun Tugas Akhir dengan judul **“Evaluasi Besar Porsi Ditinjau Dari Segi Jenis, Jumlah Dan Zat Gizi Pada Makanan Biasa Yang Disajikan Di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022”** .

Dalam penulisan Tugas Akhir ini penulis menyadari akan keterbatasan kemampuan yang ada, sehingga penulis merasa masih ada belum sempurna baik dalam isi maupun penyajiannya. Untuk itu penulis selalu terbuka atas kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan Tugas Akhir ini.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala bimbingan dari Bapak Zul Amri, DCN, M.Kes selaku Pembimbing Utama dan bunda Irma Eva Yani, SKM, M.Si selaku Pembimbing Pendamping Tugas Akhir. Ucapan terima kasih penulis juga sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini. Ucapan terima juga penulis tujukan kepada:

1. Bapak Dr. Burhan Muslim, SKM,M.Si selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Padang.
2. Ibu Kasmiyetti, DCN, M. Biomed selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
3. Ibu Safyanti, SKM, M. Kes selaku KaProdi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
4. Ibu Zurni Nurman M. Biomed selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Bapak dan Ibu Dosen beserta Civitas Akademika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.



6. Teristimewa kepada Orang Tua yang sangat saya sayangi dan keluarga tercinta yang telah memberikan kasih sayang, bimbingan dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
7. Teman-teman Jurusan Gizi angkatan tahun 2019 yang telah membantu dalam proses perkuliahan dan penulisan Tugas Akhir ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Ucapan terima kasih penulis juga sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan Tugas Akhir ini.

Padang, Juni 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN</b>	
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	iii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	v
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Evaluasi .....	8
B. Pelayanan Gizi Rumah Sakit.....	9
C. Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit.....	9
D. Standar Porsi .....	10
E. Pemorsian Makanan .....	11
F. Besar Porsi .....	13
G. Komponen Dalam Menu Yang Disajikan .....	13
H. Metode Perhitungan Nilai Zat Gizi .....	15
I. Alur Pikir Penelitian.....	18
J. Defenisi Operasional.....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	20
B. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	20
C. Objek Penelitian .....	20
D. Teknik Pengumpulan Data.....	21
E. Teknik Pengolahan Data .....	22
F. Analisis Data .....	23
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil .....	24
B. Pembahasan.....	41

**BAB PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	49
B. Saran .....	50

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

**DOKUMENTASI**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Standar Porsi Makanan Biasa RSI Ibnu Sina Payakumbuh.....	11
Tabel 2. Golongan Daftar Bahan Makanan Penukar .....	17
Tabel 3. Jenis Dan Frekuensi Bahan Makanan .....	26
Tabel 4. Standar Porsi .....	28
Tabel 5. Rata-rata Besar porsi siklus menu 1.....	29
Tabel 6. Rata-rata Besar porsi siklus menu 2.....	30
Tabel 7. Rata-rata Besar porsi siklus menu 3.....	31
Tabel 8. Rata-rata Besar porsi siklus menu 4.....	33
Tabel 9. Rata-rata Besar porsi siklus menu 5.....	34
Tabel 10. Rata-rata Besar porsi siklus menu 6.....	35
Tabel 11. Rata-rata Besar porsi siklus menu 7.....	37
Tabel 12. Rata-rata Energi dan Zat Gizi Makro.....	39

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- LAMPIRAN A** : Standar Porsi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh  
**LAMPIRAN B** : Siklus Menu Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh  
**LAMPIRAN C** : Jenis Makanan Yang Disajikan  
**LAMPIRAN D** : Data Berat Makanan dan Konversi Berat Mentah  
**LAMPIRAN E** : Master Menu

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Rumah sakit merupakan sarana kesehatan yang memegang peranan penting untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, baik pelayanan medis maupun non medis. Salah satu pelayanan yang memegang peranan penting adalah pelayanan gizi rumah sakit. Pelayanan ini merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan gizi pasien melalui makanan. Sesuai penyakit yang dideritanya, sehingga dengan gizi yang baik dan seimbang akan memungkinkan pasien dapat sembuh lebih cepat<sup>1</sup>.

Penyelenggaraan makanan rumah sakit merupakan salah satu kegiatan pelayanan gizi rumah sakit. Penyelenggaraan makanan merupakan salah satu sarana penunjang dalam pelayanan kesehatan untuk menghindari masalah gizi kurang pada pasien di rumah sakit dengan menyediakan makanan diet yang memenuhi standar gizi dan kesehatan. Tujuan dari penyelenggaraan makanan di rumah sakit adalah untuk menyediakan makanan yang kualitasnya baik dan jumlahnya sesuai dengan kebutuhan pasien serta layak dan memadai bagi pasien. Makanan yang disediakan harus memenuhi standar dan kecukupan yang dianjurkan serta menyediakan makanan yang sesuai baik jumlah maupun kualitasnya<sup>1</sup>.

Untuk dapat menyediakan makanan yang baik bagi konsumen tersebut maka dalam pelayanan makanan, pihak penyelenggara harus menerapkan prinsip-prinsip antara lain makanan harus memenuhi

kebutuhan gizi konsumen, memenuhi syarat higiene dan sanitasi, peralatan dan fasilitas memadai dan layak digunakan, memenuhi selera dan kepuasan konsumen, serta harga makanan dapat dijangkau konsumen<sup>2</sup>.

Pemenuhan kebutuhan gizi konsumen atau pasien berpatokan pada Standar porsi yang merupakan salah satu standar yang harus tersedia pada kegiatan penyelenggaraan makanan. Standar porsi merupakan berat bersih bahan makanan setiap jenis hidangan untuk setiap<sup>3</sup>. Porsi yang terstandar dapat meningkatkan kepuasan konsumen, menurunkan biaya yang terbuang, serta tercukupinya asupan zat gizi pasien. Kontrol terhadap besar porsi dapat dilakukan sejak pembelian dengan cara menentukan spesifikasi berat, ukuran, satuan, potongan, atau jumlah dari bahan makanan<sup>4</sup>.

Standar porsi yang merupakan acuan untuk menentukan besar porsi pada makanan pasien. Besar porsi adalah banyaknya golongan bahan makanan yang direncanakan setiap kali makan dengan menggunakan satuan penukar berdasarkan standar makanan yang berlaku<sup>5</sup>. Untuk menentukan besar porsi yang akan disajikan kepada konsumen agar konsumen mendapatkan makanan yang sesuai dengan kebutuhan zat gizi baik dari segi kualitas suatu makanan maka dibutuhkan penyusunan standar porsi yang digunakan sebagai salah satu acuan. Oleh sebab itu untuk mencapai hal tersebut, maka setiap institusi penyelenggaraan makan harus menentukan standar porsi dari setiap makanan yang akan disajikan<sup>6</sup>.

Tujuan dari standar porsi sesuai dengan besar porsi yang disajikan adalah untuk memperbaiki status gizi dan membantu proses penyembuhan pasien melalui makanan. Apabila porsi makanan kurang atau lebih,

otomatis nilai gizi makanan pasien berkurang atau berlebih sehingga menyebabkan mutu makanan menjadi kurang bagus. Oleh sebab itu besar porsi harus sesuai dengan standar porsi yaitu sesuai dalam segi jenis, jumlah, dan zat gizi yang terkandung di dalam makanan yang akan disajikan ke pasien. Jika tidak, akan menyebabkan tidak terpenuhinya tujuan dari perlakuan diet pada pasien, yang beresiko penurunan status gizi (*malnutrisi*) pada pasien rawat inap selama fase penyembuhan penyakit.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Fithri, menyatakan bahwa jumlah kesesuaian besar porsi makanan pokok pada semua kelas perawatan (I, II, III) yang disajikan untuk menu makan sore mencapai 0% dari besar porsi yang direncanakan menurut PPM RSBA. Jumlah kesesuaian antara besar porsi 3 daging ayam yang disajikan dan direncanakan pada kelas perawatan I, II, III adalah 4;6;9. Jumlah kesesuaian tempe bacem dan bakwan jagung untuk kelas perawatan I dan II direncanakan dan disajikan sebanyak 0%. Kesesuaian besar porsi sayur yang direncanakan dan disajikan adalah sebanyak 0% (0;0;0) untuk semua kelas perawatan<sup>7</sup>.

Penelitian lain menunjukkan adanya ketidaksesuaian besar porsi makanan di rumah sakit. Penelitian di RSUD Bahteramas menunjukkan sebagian besar pemorsian nasi (88,2%) tidak sesuai dengan standar porsi<sup>8</sup>. Penelitian lain menunjukkan pemorsian bubur nasi tidak tepat sebanyak 72% dan bubur saring sebanyak 90%<sup>9</sup>. Pemorsian sayur 66,7% juga dalam kategori tidak tepat<sup>10</sup>.



Berdasarkan Penelitian paruntu yang menunjukkan ketidaksesuaian besar porsi yang disajikan berhubungan dengan tidak tercukupinya zat gizi pasien dengan Rata-rata asupan zat gizi, tingkat kecukupan gizi yaitu energi, lemak dan karbohidrat sebagian besar sampel dikategorikan baik, sedangkan untuk tingkat kecukupan protein hanya 36.8 % yang memenuhi kebutuhan sesuai standar diet<sup>11</sup>.

Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh, merupakan salah satu rumah sakit tipe C, Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu ahli gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh pada bulan november 2021. Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh memiliki standar diet yang digunakan yaitu diet khusus dan diet biasa, untuk standar diet biasa yaitu 2146 kkal Didukung dengan adanya siklus menu 7 hari, standar porsi, dan beberapa SOP penyelenggaraan makanan.

Berdasarkan permasalahan yang sudah dipaparkan, dan observasi awal yang telah dilakukan pada bulan november 2021, didapatkan permasalahan bahwa untuk pemorsian makanan pokok kadang pemorsiannya berlebih dan ada yang kurang dari standar, untuk bahan makanan lauk hewani dalam pematangan tidak ada penakaran khusus. Oleh sebab itu besar porsi yang disajikan tidak sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan oleh pihak rumah sakit. Pematangan dilakukan oleh tenaga penjual dipasar. Sedangkan untuk pematangan bahan makanan lauk nabati ada penakaran khusus.

Berdasarkan informan yaitu petugas instalasi gizi, belum pernah dilakukannya evaluasi terhadap besar porsi yang ditinjau dari segi jenis,

jumlah dan zat gizi pada besar porsi makanan biasa yang disajikan. Besar porsi makanan menjadi salah satu hal yang harus diperhatikan pada saat menyajikan makanan, terkadang masih terjadi kelebihan dan kekurangan porsi makan di Rumah Sakit. Kesalahan pada besar porsi yang disajikan sangat mempengaruhi kebutuhan gizi dalam makanan karena kandungan pada hidangan yang disajikan dapat membantu proses penyembuhan. Oleh sebab itu, maka penulis tertarik untuk meneliti “evaluasi besar porsi ditinjau dari segi jenis, jumlah dan zat gizi pada makanan biasa yang disajikan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022” Dengan demikian dapat dijadikan bahan evaluasi untuk penyelenggaraan makanan oleh Instalasi Gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh.

## **B. Rumusan Masalah**

“Bagaimana Evaluasi Besar Porsi Ditinjau Dari Segi Jenis, Jumlah Dan Zat Gizi Pada Makanan Biasa Yang Disajikan Di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022 ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengevaluasi besar porsi ditinjau dari segi jenis, jumlah dan zat gizi pada makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh tahun 2022”

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui jenis bahan makanan (karbohidrat, lauk hewani, lauk nabati, sayur) pada makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh tahun 2022.
- b. Diketahui jumlah (besar porsi) pada makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh tahun 2022.
- c. Diketahui nilai zat gizi (energi, karbohidrat, protein, lemak) pada makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh tahun 2022.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **a. Bagi Peneliti**

Bagi peneliti, dapat menambah wawasan pengetahuan dan informasi mengenai penyelenggaraan makanan terutama pada bagian pemorsian Makanan.

### **b. Bagi Peneliti Lain**

Dapat digunakan sebagai referensi dan acuan dalam meneliti tentang besar porsi dengan baik dan benar sesuai standar.

### **c. Bagi Institusi**

Bagi institusi, instalasi gizi penyelenggaraan makanan rumah sakit, sebagai bahan masukan dan perbaikan, maupun sebagai evaluasi mengenai ketepatan dan ketelitian pemorsian pada makanan.

### **3. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian dengan judul “evaluasi besar porsi ditinjau dari segi jenis, jumlah dan zat gizi pada makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022” termasuk ruang lingkup penelitian bidang gizi institusi/ penyelenggaraan makanan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Evaluasi**

##### **1. Pengertian Evaluasi**

Evaluasi adalah kegiatan untuk mengetahui perbedaan antara apa yang ada dengan suatu standar yang telah ditetapkan serta bagaimana menyatakan perbedaan antara keduanya. Evaluasi merupakan kegiatan sistematis untuk mengumpulkan, mengolah, menganalisis, dan menyajikan data sebagai masukan untuk pengambilan keputusan.<sup>12</sup>

Kegiatan sistematis mengandung makna bahwa evaluasi program dilakukan melalui prosedur yang tertib berdasarkan kaidah-kaidah ilmiah. Data yang dikumpulkan sebagai fokus evaluasi program, diperoleh melalui kegiatan pengumpulan, pengolahan, analisis dan penyajian dengan menggunakan pendekatan, model, metode dan teknik ilmiah. Pengambilan keputusan bermakna bahwa data yang disajikan itu akan bernilai apabila menjadi masukan berharga untuk proses pengambilan keputusan tentang alternatif yang akan diambil terhadap program.<sup>13</sup>

Melakukan evaluasi program berarti melakukan kegiatan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keberhasilan dan kegiatan yang direncanakan. Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan evaluasi adalah suatu kegiatan untuk mengumpulkan data secara sistematis sebagai informasi dalam mengambil keputusan untuk menilai suatu hasil dan proses dalam mencapai suatu kegiatan yang direncanakan.<sup>12</sup>

Berdasarkan pengertian dari tujuan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan evaluasi adalah untuk memperoleh data dan informasi tentang pelaksanaan suatu program yang telah disusun dari perencanaan sampai pelaksanaan sehingga dapat digunakan untuk bahan penyusunan kebijaksanaan.

## **B. Pelayanan Gizi Rumah Sakit**

Pelayanan gizi di rumah sakit adalah pelayanan yang diberikan dan disesuaikan dengan keadaan pasien berdasarkan keadaan klinis, status gizi, dan status metabolisme tubuh. Keadaan gizi pasien sangat berpengaruh pada proses penyembuhan penyakit, sebaliknya proses perjalanan penyakit dapat berpengaruh terhadap keadaan gizi pasien (Ratna, 2009).<sup>14</sup>

Pelayanan gizi diselenggarakan untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam keadaan sakit atau sehat selama mendapat perawatan. Jadi, disamping menyediakan makanan yang sesuai untuk orang sakit, makanan juga harus dapat menunjang penyembuhan orang sakit. Kegiatan pelayanan gizi di rumah sakit meliputi asuhan gizi rawat jalan, asuhan gizi rawat inap, penelitian dan pengembangan, penyelenggaraan makanan (Kementrian Kesehatan RI, 2013).<sup>1</sup>

## **C. Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit**

Penyelenggaraan makanan adalah suatu rangkaian kegiatan dari perencanaan menu, sampai dengan pendistribusian makanan kepada pasien dalam rangka menyediakan dalam jumlah dan mutu yang memenuhi syarat gizi, standar cita rasa, standar hygiene dan sanitasi.

Penyelenggaraan makanan di rumah sakit dilaksanakan dengan tujuan untuk menyediakan makanan yang kualitasnya baik dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan serta pelayanan yang layak dan memadai bagi pasien yang menjalankan rawat inap.<sup>15</sup>

Menurut Depkes RI (2006),<sup>16</sup> penyelenggaraan makanan di rumah sakit dilaksanakan dengan tujuan menyediakan makanan yang kualitasnya baik dan jumlah yang sesuai kebutuhan serta pelayanan yang layak dan memadai bagi pasien yang membutuhkannya. Penyelenggaraan makanan banyak di rumah sakit menyediakan makanan dengan ukuran yang banyak.

Penyelenggaraan makanan rumah sakit merupakan kegiatan mulai dari perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan bahan makanan, pemasakan bahan makanan, distribusi dan pencatatan, pelaporan serta evaluasi (PGRS, 2013).<sup>17</sup>

#### **D. Standar Porsi**

Salah satu syarat dalam distribusi makanan adalah tersedianya standar porsi yang ditetapkan rumah sakit. Standar porsi digunakan pada bagian perencanaan menu, pengadaan bahan makanan, pengolahan dan distribusi makanan. Standar porsi dalam berat mentah diperlukan pada persiapan bahan makanan sedangkan standar porsi dalam berat matang diperlukan pada saat distribusi makanan.<sup>18</sup>

Hal-hal khusus yang harus dipertimbangkan 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 pasien
3. Ukuran porsi harus berdasarkan rekomendasi dari hasil diagnosis gizi pasien.<sup>19</sup>

**Tabel 11. Standar Porsi Makanan Biasa RSI Ibnu Sina Payakumbuh**

Waktu Makan	Bahan Makanan	Standar Porsi (Gr)
<b>Pagi</b>	Beras	75
	Lauk hewani/ penukar	50
	Sayur	50
<b>Siang</b>	Beras	150
	Lauk hewani / penukar	50
	Lauk nabati / penukar	50
	Sayur	75
<b>Sore</b>	Beras	100
	Lauk hewani / penukar	50
	Lauk nabati/ penukar	50
	sayur	75

*Sumber : Standar Diet Makanan biasa (MB) RSI Ibnu Sina Payakumbuh*

## **E. Pemorsian Makanan**

Pemorsian makanan adalah suatu proses atau cara mencetak makanan sesuai dengan standar porsi yang telah ditentukan. Dalam penyelenggaraan makanan di rumah sakit, diperlukan adanya standar porsi untuk setiap hidangan, sehingga macam dan jumlah hidangan menjadi jelas. Sebuah ukuran porsi menunjukkan berat makanan dari resep khusus yang akan disajikan. Hal-hal penting yang harus dipertimbangkan untuk menentukan



standar porsi antara lain ukuran porsi harus terlihat menarik di piring, ukuran porsi harus memenuhi kepuasan pasien, dan ukuran porsi harus berdasarkan rekomendasi dari hasil diagnosa gizi. Selain itu, alat yang digunakan dalam memorsikan makanan sudah sesuai dengan standar alat yang telah ditetapkan.

Alat pemorsi salah satunya adalah alat bantu atau fasilitas yang digunakan untuk membuat porsi suatu makanan. Merujuk pada standar alat pemorsian yang ditetapkan oleh masing-masing rumah sakit, dikatakan sesuai apabila subyek menggunakan alat sesuai dengan standar alat yang digunakan di instalasi gizi rumah sakit. Berikut adalah alat pemorsian di ruangan distribusi makanan instalasi gizi rumah sakit yaitu : mangkok cetakan dan sendok nasi untuk pemorsian nasi, sendok aluminium untuk pemorsian lauk hewani dan nabati, sendok sayur untuk pemorsian sayur. Menurut Depkes RI, 2013 peralatan yang akan kontak dengan makanan memiliki syarat-syarat:

1. Peralatan harus terbuat dari bahan tara makanan (*food grade*) yaitu peralatan yang digunakan terbuat dari bahan yang aman dan tidak berbahaya bagi kesehatan.
2. Lapisan permukaan peralatan tidak larut dalam suasana asam/basa atau garam yang lazim terdapat dalam makanan tidak mengeluarkan bahan berbahayadan logam berat beracun seperti timah hitam (Pb), arsenikum (As), tembaga (Cu), seng (Zn). Cadmium (Cd), dan antimon (Stibimum).
3. Keadaan peralatan harus utuh, artinya tidak cacat, tidak retak, tidak gompal, dan mudah dibersihkan.
4. Peralatan yang digunakan bersih dan siap dipakai.

## **F. Besar Porsi**

Besar porsi adalah banyaknya golongan bahan makanan yang direncanakan setiap kali makan dengan menggunakan satuan penukar berdasarkan standar makanan yang berlaku di rumah sakit. Hal ini bertujuan sebagai acuan atau pedoman untuk memenuhi kebutuhan dan kecukupan makan pasien berdasarkan kebutuhangizi yang direncanakan dengan standar porsi. Penilaian ini dilakukan dengan melakukan penimbangan terhadap berat mentah masing-masing hidangan kemudian mempersentasekan nilai besar porsi yang dihasilkan dengan standar porsi yang telah ditetapkan.

Besar porsi yang ditetapkan dipengaruhi oleh jenis konsumen dan penyelenggaraan makanan, kualitas bahan makanan, dan harga bahan makanan. Kontrol terhadap besar porsi dapat dilakukan sejak proses pembelian, dengan menentukan spesifikasi khusus terkait berat, ukuran, satuan, potongan, atau jumlah dari bahan makanan. Sedangkan selama proses produksi, porsi dapat ditentukan menggunakan alat ukur, misalnya menggunakan sendok takar, gelas ukur, atau penimbangan. Agar porsi yang disajikan selalu tepat, maka tenaga pengolah harus selalu memperhatikan jenis bahan dan peralatan yang tepat, mengetahui berat sebenarnya dari bahan makanan, dan memiliki waktu yang cukup untuk pemorsian makanan.

## G. Komponen dalam Menu yang Disajikan

Pada institusi rumah sakit menggunakan struktur menu 3 kali makan utama dan 2 kali selingan dengan komponen makanan yang disajikan terdapat makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah.<sup>20</sup>

### a) Makanan pokok

Makanan pokok adalah makanan yang mengandung karbohidrat. Makanan pokok tertentu juga mengandung vitamin B1 (Tiamin), B2 (Riboflavin), dan beberapa mineral lainnya. Mineral yang terkandung dalam makanan pokok biasanya memiliki mutu penyerapan yang rendah kecuali sereal utuh yang memiliki mutu penyerapan tinggi seperti beras, singkong, ubi, talas, dan sagu.<sup>1</sup>

### b) Lauk Hewani

Lauk hewani memiliki kandungan asam amino yang lengkap, vitamin dan mineral yang lebih baik dikarenakan kandungan zat gizi tersebut lebih mudah diserap oleh tubuh. Lauk hewani juga mengandung tinggi kolesterol dan lemak jenuh. Sumber lauk hewani yaitu daging sapi, daging kambing, daging ayam, seafood, telur, susu dan olahannya.<sup>1</sup>

### c) Lauk nabati

Lauk nabati mengandung lemak tidak jenuh lebih tinggi dibandingkan lauk hewani. Lauk nabati juga mengandung isoflavon yaitu kandungan fitokimia yang berfungsi mirip seperti hormon estrogen dan

antioksidan sebagai anti kolesterol. Sumber lauk nabati yaitu tahu, tempe, kacang merah, kacang hijau, kacang tanah, dan kacang tolo. Konsumsi sumber kedelai pada tempe dapat menurunkan kolesterol.<sup>1</sup>

#### d) Sayur dan buah

Sayur dan buah merupakan sumber vitamin, mineral, dan serat. Salah satu fungsi sayur dan buah adalah sebagai antioksidan dalam tubuh. Buah-buahan juga mengandung karbohidrat yaitu fruktosa dan glukosa. Contoh sayur dan buah adalah kangkung, wortel, kentang, mangga, alpukat, jeruk, dan lain sebagainya.<sup>1</sup>

### H. Metode Perhitungan Nilai Zat Gizi

#### 1. Nutrisurvey 2020

*Nutrisurvey 2020* adalah salah satu perangkat untuk menghitung kebutuhan zat gizi untuk mengurangi kesalahan dalam penggunaan kalkulator. Cara menggunakan *nutrisurvey 2020* adalah Masukkan data makanan ke dalam kolom makanan dan sertakan jumlah (gram) ke dalam kolom jumlah, kemudian untuk menganalisis energi (kkal) dan zat gizi makro karbohidrat (gram), lemak (gram), dan protein (gram) pilih *menu calculation* kemudian *analysis of several food records*, dan pindahkan data hasil analisis ke dalam Ms. Excel 2010.

#### 2. Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2020

Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) berasal dari Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) yang berisikan komposisi zat gizi makanan. Penyajian data komposisi zat gizi dibedakan menjadi makanan

mentah, makanan masak, dan makanan terolah. Makanan mentah merupakan makanan dalam keadaan belum diolah. Makanan masak merupakan makanan yang telah melewati proses pengolahan seperti dikukus, direbus, digoreng, dan dibakar. Makanan terolah adalah makanan yang langsung dapat dimakan contohnya gulai ikan yang terdiri dari ikan, santan, cabai, bumbu, dan rempah. Penyajian data dibedakan menjadi tujuh golongan (PERSAGI, 2009) Kelebihan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) adalah dapat digunakan secara praktis, sedangkan kekurangannya adalah banyak jenis bahan makanan yang tidak dijumpai, unsur-unsur perbedaan pengolahan bahan makanan, dan adanya kesalahan teknis dalam penganalisa bahan makanan.

**Tabel 1. Golongan Daftar Bahan Makanan Penukar**

Golongan	Golongan Bahan Makanan
Golongan I	Karbohidrat dan serelia
Golongan II	Protein hewani
Golongan III	Protein nabati
Golongan IV	Sayuran
Golongan V	Buah dan gula
Golongan VI	Susu
Golongan VII	Lemak dan minyak

Kadar zat gizi disajikan dalam bentuk 100 gram bagian yang dapat dimakan (BDD). Cara penggunaannya, contoh 50 gram sayur bayam mentah maka mengandung energi 8 kkal, protein 0,45 gram, lemak 0,2 gram, dan karbohidrat 1,45 gram (setengah dari kandungan 100 gram).<sup>1</sup>

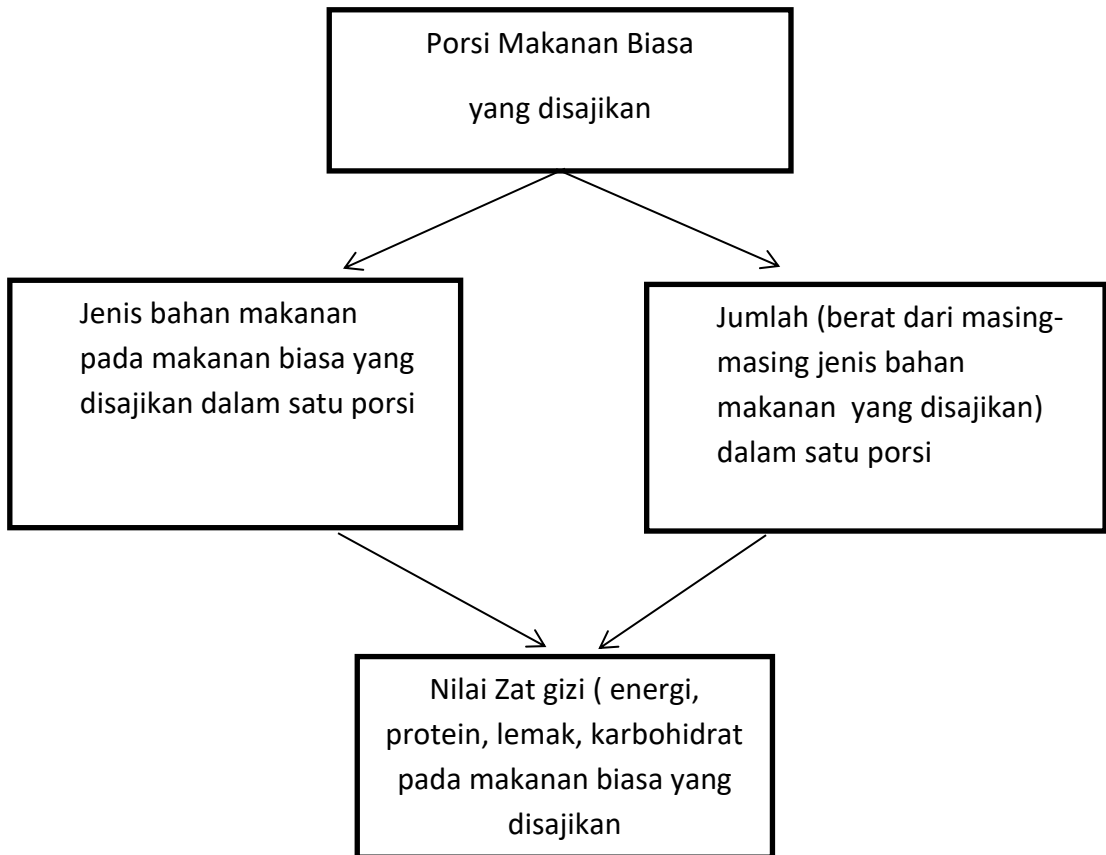
### 3. Metode Penimbangan (*Weighed Food*)

Metode penimbangan merupakan penimbangan makanan sampel. penimbangan dilakukan oleh petugas menimbang dan mencatat seluruh makanan. , langkah-langkah penimbangan makanan:

- a. Petugas menimbang dan mencatat makanan dalam bentuk gram
- b. Metode penimbangan dilakukan sebelum diberikan kepada pasien.
- c. Jumlah bahan makanan dianalisis menggunakan DKBM
- d. Membandingkan hasilnya dengan standar porsi yang dianjurkan

Kelebihan metode penimbangan adalah metode paling tepat untuk memperkirakan kebiasaan konsumsi makanan zat gizi individu, relatif murah dan cepat, akurat, dan menggambarkan keadaan sebenarnya. Kekurangan metode penimbangan adalah membutuhkan ketelitian yang tinggi dan membutuhkan tenaga ahli yang terlatih.

## I. Alur Pikir Penelitian



## J. Definisi Operasional

No	Variable	Defenisi	Cara ukur	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala
1	Jenis bahan makanan biasa yang disajikan	Jenis bahan makanan biasa ( makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati dan sayur ) yang telah dimasak dan siap disajikan.	Observasi	➤ Lembaran Checklist	Mengetahui Jenis makanan yang disajikan 1. Makanan pokok 2. Lauk Hewani 2. Lauk Nabati 3. Sayur	Nominal
2	Jumlah bahan makanan biasa yang disajikan	Jumlah berat makanan yang telah dimasak ( makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati dan sayur )	Melakukan penimbangan terhadap jenis makanan yang telah dimasak (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati dan sayur )	➤ Timbangan makanan digital	Mengetahui berat dari masing- masing bahan makanan ( makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati dan sayur ) yang telah dimasak. 1. Kurang (<100%) 2. Sesuai (=100%) 3. Lebih(>100%)	Ordinal
3	Nilai zat gizi	Hasil perhitungan nilai zat gizi dari jumlah berat bahan makanan yang telah ditimbang (energy, protein, lemak, karbohidrat)	Memasukkan hasil berat bahan makanan ke aplikasi nutrysurvey	➤ Nutrysurvey	Diketahui nilai gizi (energy, protein, lemak, karbohidrat)	Nominal



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan survei dimana untuk dapat mengetahui serta mengevaluasi kesesuaian standar porsi makan yang ditetapkan di rumah sakit dengan bagaimana kenyataan jenis makanana, besar porsi, dan nilai zat gizi yang disajikan di Instalasi Gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022.

#### **B. Tempat Dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Instalasi Gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh, dimulai dari awal pembuatan proposal yaitu di bulan Agustus 2021 hingga Juni 2022.

#### **C. Objek**

Objek pada penelitian ini yang digunakan adalah Makanan Pokok (nasi), lauk hewani (daging, ikan, dan ayam), lauk nabati (tempe dan tahu) dan sayur (bayam,toge,wortel,labu siam,buncis, kangkung, japan, pitulo) pada makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh.

## **D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Data Primer**

- a. Data jenis bahan makanan yang disajikan, diperoleh dengan cara mengobservasi makanan yang disajikan dalam satu porsi, melihat apakah sesuai dengan standar porsi dan siklus menu yang telah ditetapkan. Meliputi pada pemorsian hidangan makan pagi, siang, dan malam
- b. Data besar porsi dan jumlah masing- masing jenis makanan yang disajikan diperoleh dengan cara menimbang semua jenis makanan yang disajikan dalam satu porsi dengan menggunakan timbangan digital, meliputi berat makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan sayur pada pemorsian hidangan makan pagi, siang, dan malam.
- c. Data rata-rata jumlah zat gizi yang disajikan diperoleh dengan cara peneliti mengetahui jenis dan jumlah masing- masing berat porsi yang disajikan dalam satu porsi meliputi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan sayur pada pemorsian hidangan (makan pagi, siang, dan malam ) lalu di entry ke nutrisurvey.

### **4. Data Sekunder**

Data sekunder pada penelitian ini adalah data mengenai gambaran umum Instalasi Gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh meliputi profil Instalasi Gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh, data arsip standar porsi bahan makanan, bahan penukar, dan siklus menu yang ada di Instalasi Gizi Rumah Sakit Ibnu Sina Payakumbuh serta hasil wawancara

dengan petugas pemorsi makanan untuk mengetahui pelaksanaan penerapan pemorsian makanan berdasarkan standar porsi.

## **E. Teknik Pengolahan Data**

Pengolahan data hasil penelitian ini dilakukan secara komputerisasi Microsoft Excel. Adapun tahap-tahap pengolahan data yaitu :

### **a. Editing (pemeriksaan data)**

Tahapan memeriksa kembali lembar checklist jenis, jumlah bahan makanan biasa yang disajikan di Instalasi Gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh, yang sudah diisi dan memastikan semua lembaran sudah terisi semua, jika ada kesalahan dan ada lembaran yang belum terisi maka akan dilakukan wawancara, observasi, dan penimbangan kembali untuk dapat diperbaiki yang berguna dalam pengolahan data.

### **b. Entri data**

Proses memasukkan data kedalam program komputer secara manual. Menghitung nilai zat gizi menggunakan nutry survey dengan melihat hasil dari jenis dan jumbuh (berat porsi masing-masing jenis makanan) dan disesuaikan dengan standar porsi di masukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi.

### **c. Cleaning (pembersihan data)**

Merupakan kegiatan pengecekan kembali data jenis, jumlah , dan nilai zat gizi pada besar porsi makanan, yang sudah dientri ke computer/tabel distribusi frekuensi apakah data ada kesalahan dengan mempertimbangkan kesesuaian data dengan lembar checklist.

## **F. Analisis Data**

Untuk melihat kesesuaian besar porsi ditinjau dari segi jenis, jumlah dan zat gizi pada makanan biasa di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh, maka analisa data yang dilakukan adalah secara deskriptif, membandingkan hasil yang didapat dengan teori dan standar-standar terkait standar porsi dan besar porsi makanan rumah sakit dan masing-masing variabel disajikan menggunakan tabel distribusi frekuensi.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Instalasi Gizi Rumah Sakit**

Instalasi Gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh adalah wadah yang mengelola pelayanan gizi yang memperhatikan aspek efektif, efisiensi, dan yang memiliki kualitas yang optimal, meliputi penyediaan, pengelolaan, pendistribusian makanan, dan konsultasi gizi. Tenaga kerja yang ada di Instalasi Gizi berjumlah 13 orang terdiri dari Ahli Gizi dengan karakteristik 1 orang S1 Gizi, 1 orang D-III Gizi, dan 5 orang tenaga pengolah dan 2 pramusaji.

Frekuensi produksi makanan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh dilakukan 3 kali produksi yaitu produksi untuk makan pagi, makan siang dan makan malam. Untuk produksi makanan pengolahan makan pagi dilakukan pada jam 05.00-06.30, pengolahan makan siang dilakukan jam 08.00-10.30 dan untuk pengolahan makan sore dilakukan pada jam 13.00-15.00.

Frekuensi penyajian dan pendistribusian di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh untuk distribusi makan pagi dilakukan pada jam 06.30-07.00, snack pagi jam 10.00, pada makan siang jam 11.00-11.30, snack sore jam 15.00 sedangkan pendistribusian untuk makan malam jam 17.00-17.30.

Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh menggunakan siklus menu 7 hari, yang mana menu 7 hari mendasarkan pada hari, dimana hari senin sampai dengan hari minggu.

## **2. Gambaran Menu Makanan**

### **a. Siklus Menu di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh**

Siklus menu adalah satu susunan menu sehari yang disusun selama jangka waktu tertentu yang dilaksanakan dalam kurun waktu tertentu. Siklus menu yang digunakan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh adalah siklus menu 7 hari. tujuan siklus menu adalah mengurangi waktu dalam perencanaan menu, membantu dalam proses pembelian, membantu dalam evaluasi layanan makanan, dan membantu pelayanan makanan menjadi lebih efisien (NFSMI, 2013). Pada institusi rumah sakit menggunakan struktur menu 3 kali makan utama dan 2 kali selingan dengan komponen makanan yang disajikan terdapat makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah (Rotua dan Siregar, 2013). Menu yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh dapat dilihat pada lampiran A.

### **b. Jenis dan Frekuensi Bahan Makanan yang Disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh**

Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap jenis dan frekuensi bahan makanan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh didapatkan bahwa dalam proses perencanaan menu telah sesuai dan bervariasi.

Berdasarkan observasi dan analisis yang dilakukan terhadap menu yang telah disusun didapatkan data jenis dan frekuensi bahan makanan, dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini:

**Tabel 3. Jenis dan Frekuensi Bahan Makanan yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh**

Jenis bahan makanan	Jumlah yang disajikan dalam siklus menu 7 hari makanan biasa			frekuensi
	Pagi	Siang	Malam	
<b>Makanan pokok</b>				
Beras	7	7	7	21x
<b>Lauk hewani</b>				
Ayam	1	0	5	6x
Daging	1	3	1	5x
Telur	2	0	1	3x
Ikan sisiak	2	1	1	4x
Ikan nila	1	2	0	3x
Ikan laut	0	1	0	1x
<b>Lauk nabati</b>				
Tahu	5	4	4	13x
Tempe	2	3	3	8x
<b>Sayur</b>				
Bayam	2	0	3	5x
Touge	0	0	1	1x
Wortel	3	5	1	9x
Buncis	0	1	0	1x
Kangkung	2	2	1	5x
Japan	1	1	1	3x
Pitulo	0	2	0	2x

Berdasarkan tabel. 3 diatas, analisis data terkait jenis bahan makanan yang disajikan selama 7 hari sesuai siklus menu yang disajikan di Rumah

Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh diketahui lauk hewani yang sering disajikan pada porsi makanan biasa yaitu ayam dan yang paling sedikit disajikan adalah ikan laut. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi hal ini disebabkan oleh letak geografis rumah sakit yang jauh dari laut, sehingga jarang ditemui ikan laut. Serta banyaknya pasien yang kerap mengeluh alergi ikan laut. Sedangkan ayam mudah ditemukan dan banyak disukai oleh pasien pada umumnya. Lauk nabati yang sering disajikan pada porsi makanan biasa adalah tahu, berdasarkan observasi dan wawancara disebabkan karena tahu bisa dikreasikan dengan berbagai macam menu, tekstur lunak sehingga tampak menarik bagi pasien. Sedangkan sayur yang paling sering disajikan yaitu wortel disebabkan oleh warna yang menarik, sehingga porsi makanan yang disajikan dapat meningkatkan nafsu makan pasien. Pengolahan makanan yang diterapkan yaitu digoreng, ditumis, di santan, dan dipanggang. Untuk variasi menu yang ada dalam siklus menu telah bervariasi. namun perlu memperhatikan lagi macam variasi olahan menu yang disajikan pada satu waktu, seperti pada siklus menu 1 waktu makan malam dan siklus menu 6 waktu makan pagi dan siang, olahan menu berbentuk kuah semua, serta pada siklus menu ke 5 menu pada waktu makan pagi dan malam variasi olahan makanan terjadi pengulangan.

## **2. Besar porsi yang disajikan pada makanan biasa di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh**

### **a. Standar Porsi Makanan di Rumah Sakit**

Standar porsi makan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh adalah rincian macam dan jumlah bahan makanan dalam jumlah bersih



setiap hidangan. Dalam penyelenggaraan makanan orang banyak, diperlukan adanya standar porsi untuk setiap hidangan, sehingga macam dan jumlah hidangan menjadi jelas. Porsi yang standar harus ditentukan untuk semua jenis makanan dan penggunaan peralatan seperti sendok sayur, centong, sendok pembagi harus distandarkan. Di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh ada disajikan standar porsi makan dalam tabel 4 dibawah ini.

**Tabel 4. Standar Porsi Makanan Biasa di RSI Ibnu Sina Payakumbuh**

Waktu Makan	Bahan Makanan	Standar Porsi (Gr)
<b>Pagi</b>	Beras	75
	Lauk hewani/ penukar	50
	Lauk nabati / penukar	50
	Sayur	50
<b>Siang</b>	Beras	150
	Lauk hewani / penukar	50
	Lauk nabati / penukar	50
	Sayur	75
<b>Sore</b>	Beras	100
	Lauk hewani / penukar	50
	Lauk nabati/ penukar	50
	sayur	75

Berdasarkan tabel 4 diketahui standar porsi makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Ibnu Sina Payakumbuh. Pada waktu pagi standar porsi untuk beras 75 gr, lauk hewani/penukar 50 gr, lauk nabati/ penukar 50 gr,dan sayur 50 gr. Pada waktu makan siang standar porsi beras 150 gr, lauk hewani/penukar 50 gr, lauk nabati/ penukar 50 gr, dan sayur 75 gr. Pada makan malam standar porsi beras 100 gr, lauk hewani/penukar 50 gr, lauk nabati/ penukar 50 gr, dan sayur 75 gr.

**a. Besar Porsi makanan biasa di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022**

Berdasarkan hasil penelitian, besar porsi makanan yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh dapat dilihat pada tabel 5 dibawah ini :

**Tabel 5. Besar porsi siklus menu 1**

<b>Waktu Makan</b>	<b>Menu</b>	<b>Berat Tertinggi</b>	<b>Berat terendah</b>	<b>SD</b>	<b>Rata-rata</b>	<b>Standar porsi</b>	<b>Kesesuaian</b>
<b>Pagi</b>							
	Nasi biasa	182	172	58,3	175	150	Lebih
	Gulai telur	73	65	23,3	69,6	50	Lebih
	Tempe goreng	27	24	8,3	25	25	sesuai
	Tumis bayam	63	58	21,3	64	75	kurang
<b>Siang</b>							
	Nasi biasa	291	168	81,3	244	300	kurang
	Dendeng	52	41	15,6	50	50	sesuai
	Pergedel tahu	48	41	15	50	50	sesuai
	Tumis toge	79	58	23,6	75	75	sesuai
<b>Malam</b>							
	Nasi biasa	229	217	74,3	223	200	Lebih
	Asam padeh ikan sisiak	79	69	24,3	73,6	50	Lebih
	Gulai tempe	30	24	8,6	25	25	sesuai
	Tumis labu siam wortel	80	75	26	75	75	sesuai

Berdasarkan tabel 5 siklus menu 1 dapat diketahui bahwa besar porsi nasi pada makan pagi berlebih 25 gr, porsi dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan pagi (setara dengan 150 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan pagi), besar porsi lauk hewani lebih 19,6 gr, sedangkan lauk nabati sesuai dari standar porsi yang ditetapkan Rumah

Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh. dan untuk sayur kurang 11 gr dari porsi yang ditetapkan.

Besar porsi nasi putih pada makan siang kurang 56 gr dari yang dianjurkan yaitu 2 porsi setiap waktu makan siang (setara dengan 300 gr nasi atau penukarnya per waktu makan), besar porsi lauk hewani , nabati dan sayur telah sesuai dari standar porsi yang ada.

Besar porsi nasi pada makan malam berlebih 23 gr dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan malam (setara dengan 200 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan malam), besar porsi lauk nabati berlebih 23,6 gr dari yang dianjurkan, sedangkan lauk nabati dan sayur telah sesuai dari standar porsi yang ditetapkan.

**Tabel 6. Besar porsi siklus menu 2**

<b>Waktu Makan</b>	<b>Menu</b>	<b>Berat tertinggi</b>	<b>Berat terendah</b>	<b>SD</b>	<b>Rata-rata</b>	<b>Standar porsi</b>	<b>Kesesuaian</b>
<b>Pagi</b>	Nasi biasa	172	159	55,3	166	150	Lebih
	Sup daging	50	36	14,3	50	50	Sesuai
	Goreng tahu	68	54	19,6	50	50	Sesuai
	Sup kentang wortel	85	75	28,6	79	75	Lebih
<b>Siang</b>	Nasi biasa	278	252	88,6	266	300	Kurang
	Goreng ikan nila	84	67	25,3	76	50	Lebih
	Gulai tempe	27	24	7,6	25	25	Sesuai
	Tumis buncis wortel	82	75	26,6	75	75	Sesuai
<b>Malam</b>	Nasi biasa	232	215	73,6	221	200	Lebih
	Kalio daging	82	72	14,6	50	50	Sesuai
	Pergedel tahu	57	53	21,6	65,3	50	Lebih
	Cah kangkung	64	54	26	75	75	Sesuai

Berdasarkan tabel 6 siklus menu 2 dapat diketahui bahwa besar porsi nasi pada makan pagi berlebih 16 gr, porsi dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan pagi (setara dengan 150 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan pagi), besar porsi lauk hewani dan lauk nabati sudah sesuai, sedangkan sayur berlebih 11 gr dari standar porsi yang ditetapkan.

Besar porsi nasi putih pada makan siang kurang 34 gr dari yang dianjurkan yaitu 2 porsi setiap waktu makan siang (setara dengan 300 gr

nasi atau penukarnya per waktu makan), besar porsi lauk hewani lebih 26 gr, untuk lauk nabati dan sayur sudah sesuai dari standar porsi yang ada.

Besar porsi nasi pada makan malam lebih 21 gr dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan malam (setara dengan 200 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan malam), besar porsi lauk hewani sesuai dari yang dianjurkan sedangkan lauk nabati berlebih 15,3 gr dan sayur suda sesuai dengan porsi yang ada.

**Tabel 7. Besar porsi siklus menu 3**

<b>Waktu Makan</b>	<b>Menu</b>	<b>Berat tertinggi</b>	<b>Berat terendah</b>	<b>SD</b>	<b>Rata-rata</b>	<b>Standar porsi</b>	<b>Kesesuaian</b>
<b>Pagi</b>							
	Nasi biasa	162	162	54,3	164	150	Lebih
	Goreng ayam	81	72	25	75,6	50	Lebih
	Sup tahu wortel	57	53	18,3	50	50	Sesuai
	Tumis bayam	58	53	18,3	55,6	75	Kurang
<b>Siang</b>							
	Nasi biasa	289	272	94,3	283	300	Kurang
	Gulai ikan nila	79	67	24,3	73,6	50	Lebih
	Tahu kukus	56	53	17	50	50	sesuai
	Tumis japan wortel	82	75	26,3	75	75	sesuai
<b>Malam</b>							
	Nasi biasa	232	213	74	222	200	lebih
	Kalio ayam	79	74	25,3	76,16	50	lebih
	Oseng tempe	35	25	10,3	25	25	sesuai
	Tumis pitulo	100	75	32,6	98,3	75	Lebih

Berdasarkan tabel 7 siklus menu 3 dapat diketahui bahwa besar porsi nasi pada makan pagi berlebih 14 gr, porsi dari yang dianjurkan

yaitu 1 porsi per waktu makan pagi (setara dengan 150 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan pagi), besar porsi lauk hewani lebih 25,6 gr, sedangkan lauk nabati sudah sesuai dan sayur berlebih 19,4 gr dari standar porsi yang ditetapkan.

Besar porsi nasi putih pada makan siang kurang 17 gr dari yang dianjurkan yaitu 2 porsi setiap waktu makan siang (setara dengan 300 gr nasi atau penukarnya per waktu makan), besar porsi lauk hewani berlebih 23,6 gr dan besar porsi lauk nabati dan sayur telah sesuai dengan standar porsi yang ada.

Besar porsi nasi pada makan malam lebih 22 gr dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan malam (setara dengan 200 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan malam), besar porsi lauk nabati berlebih 26,16 gr, lauk nabati sesuai, dan sayur lebih 23,3 gr dari standar porsi yang ditetapkan.

**Tabel 8. Besar porsi siklus menu 4**

<b>Waktu Makan</b>	<b>Menu</b>	<b>Berat tertinggi</b>	<b>Berat terendah</b>	<b>SD</b>	<b>Rata-rata</b>	<b>Standar porsi</b>	<b>Kesesuaian</b>
<b>Pagi</b>							
	Nasi biasa	160	158	53	150	150	sesuai
	Gulai ikan sisiak	80,6	75	25,6	77	50	Lebih
	Pergedel tahu	64	52	19	50	50	sesuai
	Tumis kangkung	72	62	21,6	75	75	sesuai
<b>Siang</b>							
	Nasi biasa	292	287	96	288,3	300	kurang
	Dendeng balado	54	41	16,3	50	50	sesuai
	Semur tahu	60	55	19	50	50	sesuai
	Tumis japan wortel	80	75	24	75	75	sesuai
<b>Malam</b>							
	Nasi biasa	222	213	24	217	200	lebih
	Ayam panggang	88,4	78	27,3	82,3	50	lebih
	Gulai tempe	29	26	9,3	25	25	sesuai
	Tumis bayam	85	80	27,3	75	75	sesuai

Berdasarkan tabel 8 siklus menu 4 dapat diketahui bahwa besar porsi nasi pada makan pagi telah sesuai dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan pagi (setara dengan 150 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan pagi), besar porsi lauk nabati berlebih 27 gr, sedangkan besar porsi nabati dan sayur sudah sesuai dari standar porsi yang ditetapkan.

Besar porsi nasi putih pada makan siang kurang 11,7 gr dari yang dianjurkan yaitu 2 porsi setiap waktu makan siang (setara dengan 300 gr nasi atau penukarnya per waktu makan), besar porsi lauk hewani, nabati dan sayur telah sesuai dari standar porsi yang ada.

Besar porsi nasi pada makan malam lebih 17 gr dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan malam (setara dengan 200 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan malam), besar porsi lauk hewani lebih 32,3 gr, lauk nabati dan sayur telah sesuai dari standar porsi yang ditetapkan.

**Tabel 9. Besar porsi siklus menu 5**

<b>Waktu Makan</b>	<b>Menu</b>	<b>Berat tertinggi</b>	<b>Berat terendah</b>	<b>SD</b>	<b>Rata-rata</b>	<b>Standar porsi</b>	<b>Kesesuaian</b>
<b>Pagi</b>	Nasi biasa	157	132	49	150	150	sesuai
	Kalio telur	66	62	21	63,6	50	Lebih
	Goreng tahu	61	54	19	50	50	sesuai
	Tumis kangkung	57	50	18	54	75	Kurang
<b>Siang</b>	Nasi biasa	297	288	97	300	300	sesuai
	Goreng ikan laut	93	73	27,3	81,3	50	Lebih
	Orak arik tempe	29	27	9,3	25	25	sesuai
	Gulai putih buncis	79	77	26	75	75	sesuai
<b>Malam</b>	Nasi biasa	190	188	63	189	200	Kurang
	Kalio daging	55	39	16,3	50	50	sesuai
	Pergedel tahu	57	54	18,6	50	50	sesuai
	Tumis toge bayam	80	77	27,2	75	75	sesuai

Berdasarkan tabel 9 siklus menu 5 dapat diketahui bahwa besar porsi nasi pada makan pagi telah sesuai dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan pagi (setara dengan 150 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan pagi), besar porsi lauk hewani berlebih 13,6, sedangkan



besar porsi nabati telah sesuai dan sayur kurang 21 gr dari standar porsi yang ditetapkan.

Besar porsi nasi putih pada makan siang telah sesuai dari yang dianjurkan yaitu 2 porsi setiap waktu makan siang (setara dengan 300 gr nasi atau penukarnya per waktu makan), besar porsi lauk hewani lebih 31,3 gr ,dan lauk nabati dan sayur telah sesuai dari standar porsi yang ada.

Besar porsi nasi pada makan malam kurang 11 gr dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan malam (setara dengan 200 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan malam), besar porsi lauk nabati, lauk hewani, dan sayur telah sesuai dari standar porsi yang ditetapkan.

**Tabel 10. Rata-rata Besar porsi siklus menu 6**

<b>Waktu Makan</b>	<b>Menu</b>	<b>Berat tertinggi</b>	<b>Berat terendah</b>	<b>SD</b>	<b>Rata-rata</b>	<b>Standar porsi</b>	<b>Kesesuaian</b>
<b>Pagi</b>	Nasi biasa	154	143	49,6	150	150	sesuai
	Gulai ikan	62	54	20,3	61	50	Lebih
	Sup tahu	60	51	18,3	50	50	sesuai
	Tumis bayam	64	61	20,6	62,3	75	Kurang
<b>Siang</b>	Nasi biasa	304	289	98,6	300	300	sesuai
	Asam padeh daging	52	32	13,4	50	50	sesuai
	Gulai kuning tempe	26	24	8,3	25	25	sesuai
	Capcay	100	77	28,3	75	75	sesuai
<b>Malam</b>	Nasi biasa	201	196	66	198,3	200	Kurang
	Goreng ayam	72	58	22	66,6	50	Lebih
	Gulai tahu	60	55	19	50	50	sesuai
	Tumis pitulo	78	77	25,6	75	75	sesuai

Berdasarkan tabel 10 siklus menu 6 dapat diketahui bahwa besar porsi nasi pada makan pagi telah sesuai dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan pagi (setara dengan 150 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan pagi), besar porsi lauk hewani berlebih 11 gr, sedangkan besar porsi nabati telah sesuai dan sayur kurang 12,7 gr dari standar porsi yang ditetapkan.

Besar porsi nasi putih pada makan siang cukup dari yang dianjurkan yaitu 2 porsi setiap waktu makan siang (setara dengan 300 gr nasi atau penukarnya per waktu makan), besar porsi lauk hewani lebih, dan lauk nabati dan sayur cukup dari standar porsi yang ada.

Besar porsi nasi pada makan malam telah sesuai dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan malam (setara dengan 200 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan malam), besar porsi lauk nabati, lauk hewani, dan sayur sudah sesuai dari standar porsi yang ditetapkan.

Tabel 11. Besar porsi siklus menu 7

<b>Waktu Makan Pagi</b>	<b>Menu</b>	<b>Berat tertinggi</b>	<b>Berat terendah</b>	<b>SD</b>	<b>Rata-rata</b>	<b>Standar porsi</b>	<b>Kesesuaian</b>
	Nasi biasa	153	151	50,6	152	150	sesuai
	Gulai ikan	89	74	26,6	80,3	50	+30,3
	Goreng tempe	27	24	8,3	25,3	25	sesuai
	Tumis japan	59	57	19	57,6	75	-17,4
<b>Siang</b>	Nasi biasa	301	295	99,3	298	300	sesuai
	Goreng ikan	93	78	28	84	50	+34
	Pergedel tahu	55	54	18	54,3	50	sesuai
	Orak arik buncis	79	78	26	78	75	sesuai
<b>Malam</b>	Nasi biasa	205	196	66,3	199,6	200	sesuai
	Ayam lado hijau	99	79	30	90	50	+40
	Gulai tahu kuning	58	55	18,6	56,6	50	sesuai
	Tumis bayam	103	73	26,6	80,3	75	sesuai

Berdasarkan tabel 11 siklus menu 7 dapat diketahui bahwa besar porsi nasi pada makan pagi telah sesuai dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan pagi (setara dengan 150 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan pagi), besar porsi lauk hewani berlebih 30,3 gr, besar porsi nabati telah sesuai dan sayur kurang 17,4 dari standar porsi yang ditetapkan.

Besar porsi nasi putih pada makan siang telah sesuai dari yang dianjurkan yaitu 2 porsi setiap waktu makan siang (setara dengan 300 gr nasi atau penukarnya per waktu makan), besar porsi lauk hewani lebih 34 gr, dan lauk nabati dan sayur telah sesuai dari standar porsi yang ada.

Besar porsi nasi pada makan malam telah sesuai dari yang dianjurkan yaitu 1 porsi per waktu makan malam (setara dengan 200 gr nasi putih atau penukarnya per waktu makan malam), besar porsi lauk hewani lebih 40 gr, dan lauk nabati dan sayur telah sesuai dari standar porsi yang ditetapkan.

### **3. Analisis Zat Gizi Pada Porsi yang Disajikan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh**

#### **1. Rata-rata Energi dan Zat Gizi Makro dari Porsi Makanan Biasa yang Disajikan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022**

Rata-rata energi dan zat gizi makro dari porsi makanan biasa yang disajikan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh tahun 2022 dapat dilihat pada tabel 12 berikut:

**Tabel.12 Rata-rata Energi dan Zat Gizi Makro dari Porsi Makanan Biasa yang Disajikan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh Tahun 2022**

Siklus menu ke-	Pagi				Siang				Malam			
	Analisis zat gizi											
	E	P	L	KH	E	P	L	KH	E	P	L	KH
1	423	18,4	13,5	56,3	617	28	28,2	68	566	24,4	8,6	71,6
2	471	19,9	20,3	52	526,6	30	7,1	83	627	22	27	75
3	594	29	31,4	48,5	559	24	12,8	85	628	32,6	22	73
4	335	24	5,0	47,9	563	25	12,2	86	587	33,4	18	70,2
5	340	17,4	10	45	568	28	8,0	94	502	22	21	56,6
6	385	23,3	12,4	45	654	27	17,6	96	557	27	21	64,5
7	385	26	9,0	48,4	606,2	28	13,6	97	831	38	33	95,4

Berdasarkan tabel 13 diatas, diketahui rata-rata energi dan zat gizi makro dari porsi makanan biasa yang disajikan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh, diketahui energi tertinggi pada makan pagi, terdapat pada siklus menu 3, makan siang pada siklus menu ke 6, dan malam pada siklus menu ke 7, untuk protein nabati diketahui nilai zat gizi pada makan pagi tertinggi pada siklus menu ke 3, makan siang pada siklus menu ke 2, dan makan malam pada siklus menu ke 7, untuk lemak pada makan pagi tertinggi pada siklus menu ke 3, siang pada siklus menu ke 1, dan malam pada siklus menu ke 7, sedangkan karbohidrat tertinggi pada makan pagi yaitu siklus menu ke 1, makan siang pada siklus menu ke 7, dan pada

makan malam terdapat pada siklus menu ke 7. hal ini disebabkan oleh jenis dan jumlah yang disajikan pada 1 porsi makanan biasa.

**Tabel.14 Rata-rata Energi dan Zat Gizi Makro dari Porsi Makanan Biasa Dalam 1 Hari Berdasarkan Siklus Menu Yang Disajikan**

Siklus menu ke-	Hasil Analisis Zat Gizi			
	E (kkal)	P (gr)	L (gr)	KH (gr)
1	1.532	69,04	37,87	367,7
2	1.478	60,55	36,4	227
3	1.592	89,26	41,66	207,8
4	1.629	91,35	44,83	214
5	1.401	74,3	32,1	200,9
6	1.418	75,5	34,8	198
7	1.406	76	26,4	206
<b>Rata-rata</b>	<b>1,493</b>	<b>85,27</b>	<b>36,29</b>	<b>231</b>

Berdasarkan Tabel 14 Bahwa rata-rata makanan diporsikan dengan energi tertinggi sebesar 1.629 kkal dan terendah 1401 kkal, protein tertinggi sebesar 91,35 gr dan terendah 60,55 gr, lemak tertinggi sebesar 44,83 gr dan terendah 26,4, karbohidrat tertinggi sebesar 367,7 gr dan terendah 198 gr.

## **B. Pembahasan**

### **1. Jenis Besar Porsi Yang Disajikan**

Jenis makanan yang disajikan pada makanan biasa yang disajikan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh telah sesuai 100 % dengan siklus menu yang ada . Siklus menu yang digunakan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina

Payakumbuh adalah siklus menu 7 hari, setelah dilakukan penelitian dan observasi selama 7 hari dengan melihat kesesuaian jenis, jumlah dan zat gizi di RSI Ibnu Sina Payakumbuh, dilihat dari segi jenis, macam menu yang disajikan sudah baik, Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh menggunakan jenis bahan makanan yang segar setiap kalinya, namun cara pengolahan makanan dalam 1 siklus menu sebaiknya perlu diperhatikan, seperti pada siklus menu 1 waktu makan malam dan siklus menu 6 waktu makan pagi dan siang, olahan menu berbentuk kuah semua.

## **2. Besar Porsi Yang Disajikan**

Besar porsi adalah banyaknya golongan bahan makanan yang direncanakan setiap kali makan dengan menggunakan satuan penukar berdasarkan standar makanan yang berlaku di rumah sakit. Hal ini bertujuan sebagai acuan atau pedoman untuk memenuhi kebutuhan dan kecukupan makan pasien berdasarkan kebutuhan gizi yang direncanakan dengan standar porsi. Penilaian ini dilakukan dengan melakukan penimbangan terhadap berat matang untuk menilai zat gizi dan dikonversi ke berat mentah masing-masing bahan makanan untuk membandingkan dengan standar porsi kemudian mempersentasekan nilai besar porsi yang dihasilkan dengan standar. Dapat diketahui dari tabel 6 sampai 11, diketahui berat porsi yang dihidangkan dari siklus menu 1-7, porsi nasi pada waktu siang selalu dalam kategori kurang, sedangkan waktu makan pagi dan malam, rata-rata porsi nasi dalam kategori berlebih. Untuk lauk nabati, lauk hewani dan sayur, rata-rata dalam kategori berlebih dan cukup. Hal ini disebabkan oleh berbagai macam faktor yaitu salah satunya

pemorsi yang tidak menyajikan makanan sesuai standar ( hanya memperkirakan.

### **Kesesuaian besar porsi dengan standar porsi makanan pokok, Lauk Hewani, Lauk Nabati dan Sayur di RSI Ibnu Sina Payakumbuh**

#### **a) Makanan pokok (nasi)**

Berdasarkan Hasil analisis pengolahan data dari observasi yang telah dilakukan yaitu ditemukan banyak perbedaan antara standar porsi makan rumah sakit yang telah ditetapkan dengan besar porsi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati dan sayur yang ada di instalasi gizi RSI Ibnu Sina Payakumbuh. Perhitungan besar porsi dilakukan dengan penimbangan berat nasi, berat matang lauk hewani, lauk nabati dan sayur menggunakan alat timbangan makanan digital, dan dikonversi ke berat mentah.

Kesesuaian standar porsi yang telah ditetapkan untuk makanan pokok yaitu nasi dengan standar 200 gram, dikategorikan tidak sesuai 76 % dengan standar porsi yang telah ditetapkan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh dari sampel yang ditimbang.

Pemorsian makanan pokok di RSI Ibnu Sina Payakumbuh terlihat baik namun masih kurang konsisten dalam pemorsian, hal ini disebabkan karena tenaga pemorsi di instalasi gizi RSI Ibnu Sina Payakumbuh tidak berpatokan pada standar porsi makan rumah sakit yang telah ditetapkan walaupun telah menggunakan centong nasi, dan pengalaman kerja tenaga pemorsi di RSI Ibnu Sina Payakumbuh memiliki pengalaman kerja yang



sudah cukup lama, sehingga kurang memperhatikan lagi standar porsi yang telah ditetapkan.

Menurut penelitian Ambarwati (2016) besar porsi sering kali menjadi hal yang salah saat menyajikan makanan. Terutama dalam pemorsian makanan, Masih terjadi kelebihan dan kekurangan nasi porsi karena tidak ada ukuran yang tepat dalam pemorsian makanan pokok, Pemorsian makanan ini harus sesuai dengan standar porsi yang telah ditentukan oleh pihak instalasi gizi rumah sakit. Besar porsi akan berpengaruh langsung terhadap nilai gizi yang terkandung dalam suatu makanan.

Penelitian yang dilakukan sama halnya dengan penelitian Wadyomukti (2017) yang menunjukkan bahwa sebagian besar hasil pemorsian nasi yang tidak tepat sebesar 36% dimana faktor yang mempengaruhi besar porsi yang tidak tepat yaitu keterampilan tenaga pemorsi, alat yang digunakan untuk pemorsian dan jenis dan konsistensi bahan dasar beras yang dimasak.

Berdasarkan penelitian Astuti (2018) menunjukkan bahwa kesesuaian besar porsi makanan pokok 100% tidak sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan oleh rumah sakit. Rata-rata berat makanan pokok yang disajikan yaitu 161,7 gram. Hal ini disebabkan karena pramusaji di instalasi gizi RSUD Bahteramas tidak berpatokan pada standar porsi makan rumah sakit walaupun telah menggunakan cetakan nasi, namun cetakan nasi yang digunakan ukurannya belum distandarkan

sesuai dengan rata-rata kebutuhan pasien pada umumnya yaitu 100-200 gram.

#### **b) Lauk Hewani**

Analisis kesesuaian yang kedua adalah lauk hewani. Jumlah kesesuaian antara standar porsi makanan rumah sakit dengan besar porsi lauk hewani pada makanan biasa dikategorikan kurang baik. Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa persentase kesesuaian standar porsi selama penelitian berdasarkan siklus menu pada makanan biasa lauk Hewani sebanyak sampel dengan toleransi kesesuaian sebesar 10 %

Dari sampel lauk hewani didapatkan besar porsi yang bervariasi ada yang melebihi dari standar dan ada yang kurang dari standar yang telah ditetapkan sehingga terjadi ketidaksesuaian antara standar dengan besar porsi pada lauk hewani di RSI Ibnu Sina Payakumbuh yaitu 66,6 %. Hal yang menjadi ketidaksesuaian besar porsi untuk lauk hewani ini Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan bahwa dalam pemotongan lauk hewani tidak ada penakaran khusus. Oleh sebab itu besar porsi tidak sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan oleh pihak rumah sakit. Pemotongan dilakukan oleh tenaga penjual dipasar. Petugas juga mengatakan bahwa daging yang telah dipotong-potong tidak bisa ditambah atau dikurangi lagi. Karena penambahan atau pengurangan daging diluar porsi potongan daging yang telah disediakan dapat mempengaruhi tampilan.

Berdasarkan penelitian Ambarwati, R (2016) besar porsi sering sekali menjadi salah satu saat menyajikan makanan, terutama pada saat pemorsian makanan. Kekurangan dan kelebihan pada saat pemorsian disebabkan karena tidak ada ukuran yang tepat dalam pemorsian makanan. Pemorsian makanan harus sesuai dengan standar porsi yang telah ditentukan oleh pihak instalasi gizi Rumah Sakit. Besar porsi akan berpengaruh terhadap zat gizi yang terkandung dalam suatu makanan.

Berdasarkan penelitian Annisa Amala Fithri (2016) terdapat ketidaktepatan standar porsi bahan baku mentah lauk hewani di RS Roemani Muhammadiyah Semarang, dihasilkan berat bahan kurang pada ayam 69,49% dan ikan 79,03%.

Berdasarkan penelitian Setiyani Ananda (2017) terdapat ketidaktepatan standar porsi bahan baku mentah lauk hewani di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto dihasilkan sebesar 20% untuk ayam ukuran kecil dengan kriteria berat semuanya kurang dari standar porsi, dan 30% untuk ayam ukuran sedang dengan kriteria 15% kurang dan 15% lebih dari standar porsi.

Menurut penelitian yang dilakukan Eka Astuti, I A (2018) Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti lauk daging hewani tidak ditimbang kembali saat akan diolah. Petugas pemorsian juga mengatakan bahwa daging yang telah dipotong-potong tidak bisa ditambah atau dikurangi lagi saat pemorsian. Karena penambahan atau

pengurangan daging ayam atau ikan diluar porsi potongan daging yang telah disediakan dapat mempengaruhi tampilan estetika saat disajikan karena daging ayam akan terbelah-belah.

### c) Lauk Nabati

Analisis yang ketiga lauk nabati yaitu tahu dan tempe. Tahu dan tempe adalah salah satu menu lauk nabati yang disediakan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh untuk semua kelas. Kesesuaian standar porsi selama penelitian berdasarkan siklus menu pada makanan biasa sebanyak sampel pada lauk nabati sudah cukup baik, kesesuaian besar porsi nabati 87%. Pada bagian lauk nabati ada takaran khusus seperti adanya takaran pemotongan pada bahan sehingga bisa disesuaikan dengan standar porsi yang telah ditetapkan.

Penelitian ini sama halnya dengan penelitian wadyomukti (2017) Tahu dan tempe adalah salah satu menu lauk nabati yang disediakan di RSU Bahteramas untuk semua kelas. Namun penelitian ini berbanding terbalik ketepatan nya dengan hasil yang peneliti lakukan di RSI Ibnu Sina Payakumbuh. Kesesuaian berat porsi dapat mempengaruhi asupan makan pasien, apabila porsi makanan kurang atau lebih otomatis nilai gizi makanan pasien berkurang atau berlebih sehingga menyebabkan mutu makanan menjadi kurang baik, sehingga menyebabkan mutu makanan menjadi kurang baik. Pemorsian makan pasien harus sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan agar pasien mendapatkan asupan zat gizi sesuai kebutuhan.

Selain itu Ketidaksesuaian porsi juga berakibat pada biaya yang dikeluarkan instalasi gizi menjadi tidak sesuai dengan rencana anggaran. Hal ini sesuai dengan Pedoman Gizi Rumah Sakit tahun 2013 yang menjelaskan tentang Perencanaan Anggaran Bahan Makanan dengan tujuan perencanaan yaitu untuk memenuhi kebutuhan macam dan jumlah bahan makanan bagi konsumen/pasien yang di layani sesuai dengan standar yang telah ditetapkan. jika porsi nasi, bahan makanan yang digunakan untuk menu tidak sesuai baik lebih tinggi dari standar maupun lebih sedikit dari standar maka akan mempengaruhi kebutuhan gizi dari pasien tersebut.

#### **d. Sayur**

Kesesuaian standar porsi dengan porsi yang disajikan pada sayur rata-rata tidak sesuai, didapatkan besar porsi sayur yang bervariasi ada yang melebihi dari standar dan ada yang kurang dari standar yang telah ditetapkan sehingga terjadi ketidaksesuaian antara standar dengan besar porsi. Kesesuaian besar porsi sayur yang disajikan dengan standar porsi yang ada yaitu 58 %.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Siklus menu yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh yaitu siklus menu 7 hari, yang mana menu 7 hari mendasarkan pada hari senin sampai dengan hari minggu. Jenis bahan makanan yang disajikan berupa makanan pokok (beras, bihun, kentang), lauk hewani (daging ayam, ikan nila, ikan sisiak, ikan laut, daging sapi, dan telur), lauk nabati (tempe dan tahu) sedangkan sayur ( bayam, toge, wortel, buncis, kangkung, japan dan pitulo).
2. Jumlah (besar porsi) pada makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh adalah rata-rata nasi 160 gr, lauk hewani 75 gr, lauk nabati tempe 25 gr, tahu 55 gr, dan sayur 166 gr.
3. Nilai zat gizi pada makanan biasa yang disajikan di Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh. diketahui Rata-rata makanan diporsikan dengan energi tertinggi sebesar 1.629 kkal dan terendah 1401 kkal, protein tertinggi sebesar 91,35 gr dan terendah 60,55 gr, lemak tertinggi sebesar 44,83 gr dan terendah 26,4, karbohidrat tertinggi sebesar 367,7 gr dan terendah 198 gr.

## **B. Saran**

1. Pihak instalasi gizi untuk tenaga pemorsian makanan pokok yaitu nasi perlu memperhatikan lagi porsi yang disajikan dengan standar yang telah ditetapkan, dan perlu mengevaluasi pihak rekanan / supplier untuk dapat menyesuaikan bahan makanan yang telah ditetapkan oleh Instalasi Gizi Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Payakumbuh, sehingga tidak terjadi potongan bahan makanan kurang ataupun melebihi standar porsi bahan makanan, karena jika potongan kurang atau melebihi dari standar porsi yang telah ditetapkan akan menimbulkan sisa dan kelebihan gizi pada pasien.

## DAFTAR PUSTAKA

- 1 Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Pedoman Penyelenggaraan Gizi Rumah Sakit*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- 2 Bakri, Bachyar. 2018. *Bahan Ajar Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- 3 Fatkhurohman, Yanesti, N.L., Dian Titis. T. 2018. Hubungan Perubahan Standar Porsi Makan Dengan Sisa Makan Pasien Rumah Sakit Holistik. *Journal Of The Indonesian Nutrition Association*
- 4 Wani, Y. A., Tanuwijaya, L. K., & Arfiani, E. P. (2019). *Manajemen Operasional Penyelenggaraan Makanan Masal*. UB Press.
- 5 Depkes RI. (2007). *Pedoman Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit*. Depkes RI.
- 6 Arsyih, Sundusil. 2019. *Kesesuaian Besar Porsi Nasi yang Disajikan dengan Standar porsi pada Menu Makanan Biasa*. *Jurnal Gizi Prima*. Vol.2, hal 87-93.
- 7 Fithri, A. A. 2016. *Gambaran Kesesuaian Porsi Daging Sapi, Daging Ayam Fillet dan Daging Kakap Fillet yang Diterima dengan Standar Porsi Bahan Makanan Lauk Hewani Di RS Roemani Muhammadiyah Semarang*. Universitas Diponegoro Semarang.
- 8 Sugiarti, L. S. D. (2018). Gambaran kesesuaian standar porsi makan rumah sakit dengan besar porsi yang disajikan pada diet diabetes mellitus tipe 2 di instalasi gizi RSUD Bahtermas. In Jurusan Gizi. Poltekkes Kemenkes Kendari
- 9 Wadyomukti, R.A. 2017. *Hubungan Karakteristik Tenaga Pemorsian dan Alat Pemorsian Dengan Ketepatan Pemorsian Makanan Pokok Berdasarkan Standar Porsi Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan. Skripsi.
- 10 Chasanah, U. (2018). Hubungan pendidikan, lama bekerja dan pengetahuan tentang pemorsian petugas penjamah makanan dengan ketepatan porsi makan di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. In Program Studi Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- 11 Paruntu, Olga Lieke. 2013. Status Gizi dan Penyelenggaraan Makanan Diet Pasien Rawat Inap di BLU Prof. Dr. R.D. Kandou Manado. *GIZIDO Volume 5 No. 2 November 2013*.
- 12 Sari, Yuri Permata. 2018. *Evaluasi Proses Distribusi Makanan Di Instalasi Gizi Rumah Sakit Tingkat III dr. Reksodiwiryo Padang Tahun 2018*. KTI. Padang: Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
- 13 Djuju, S. evaluasi program pendidikan luar sekolah. (PT REMAJA ROSDA KARYA, 2006).



- 14 Ratna, M. R. (2009). Evaluasi manajemen penyelenggaraan makanan Institusi di Rumah Sakit Ortopedi Prof. Dr. R. Soeharso Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- 15 Depkes RI. (2007). Pedoman Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit. Depkes
- 16 RI. Depkes RI. (2009). Profil Kesehatan Indonesia. Depkes RI.
- 17 Depkes. Pedoman PGRS. (Kementrian Kesehatan RI, 2013). Rotua, M. dan Siregar, R. 2013. Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan. Jakarta: Buku Kedokteran EGC. Hal 60-61.
  
- 18 Bakri, Bachyar. 2018. *Bahan Ajar Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- 19 Astuti, I. A. E. (2018). Gambaran kesesuaian standar porsi makan rumah sakit dengan besar porsi yang disajikan di instalasi gizi RSUD Bahteramas Kota Kendari. In Jurusan Gizi. Poltekkes Kemenkes Kendari.
- 20 Rotua, M. dan Siregar, R. 2013. Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan. Jakarta: Buku Kedokteran EGC. Hal 60-61.
- 21 1. Ambarwati, R. 2016. *Laporan Praktik Kuliah Lapangan (PKL) Menetapkan Standar RS dan Perhitungan Kebutuhan Bahan Makanan RSUD Panembahan Senopati Bantul*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi.

