

TUGAS AKHIR

GAMBARAN KECUKUPAN ZAT GIZI MAKRO (ENERGI, PROTEIN, LEMAK, DAN KARBOHIDRAT) ANAK ASUH DARI MENU YANG DISAJIKAN DI PANTI ASUHAN YATIM PGAI PADANG TAHUN 2023

Diajukan Pada Program Studi Diploma III Gizi Politeknik Kementerian
Kesehatan Padang Sebagai Persyaratan Dalam Menyelesaikan Pendidikan
Diploma III Politeknik Kesehatan Padang



NADIYA YASFI ARDI
NIM. 202110105

JURUSAN GIZI PRODI D-III
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI PADANG
TAHUN 2023

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

"Gambaran Kecukupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat) Anak Asuh dari Menu Yang Disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023"

Oleh :

NADIYA YASFIARDI
NIM : 202110105


Tugas akhir ini telah diperiksa, disetujui oleh pembimbing tugas akhir dan telah siap untuk dipertahankan dihadapan tim penguji tugas akhir di Program Studi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang.

Padang, 30 Mei 2023


Menyetujui :

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

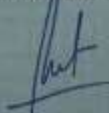


Irma Eva Yani, S.K.M, M. Si
NIP. 19651019 198803 2 001



Sri Darningsih, S. Pd, M. Si
NIP. 19630218 198603 2 001

Ketua Jurusan Gizi



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

PERNYATAAN PENGESAHAN PENGUJI

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Tugas Akhir

"Gambaran Kecukupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat) Anak Asuh dari Menu Yang Disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023"

Oleh :

NADIYA YASFIARDI

NIM : 202110105

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal : 30 Mei 2023

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua

(Safyanti, S.K.M, M.Kes)
NIP. 196306091988032001

(.....)

Anggota

(Rina Hasniyati, SKM, M.Kes)
NIP.19761211 200501 2 001

(.....)

Anggota

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

(.....)

Anggota

(Sri Darningsih, S. Pd, M.Si)
NIP. 19630218 198603 2 001

(.....)

Padang, Juni 2023
Ketua Jurusan Gizi

(Rina Hasniyati, SKM, M. Kes)
NIP. 19761211 200501 2 001

DATA RIWAYAT HIDUP



Nama : Nadiya Yasfi Ardi

NIM : 202110105

Tempat/ Tanggal Lahir : Padang/ 31 Januari 2002

Status Perkawinan : Belum Kawin

Agama : Islam

Nama Orang Tua

Ayah : Hendry Prima Deddy

Ibu : Arnaiti

Alamat : Kompleks Singgalang BV No. 30, Kelurahan Batang
Kabung Ganting, Kecamatan Koto Tengah, Kota
Padang, Provinsi Sumatera Barat

Riwayat Pendidikan :

No.	Pendidikan	Tahun
1.	TK Bhayangkari 03 Alai	2007-2008
2.	SDN 06 Lapai	2008-2014
3.	SMPN 25 Padang	2014-2017
4.	MAN 2 Padang	2017-2020
5.	D-III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang	2020-2023

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Lengkap : Nadiya Yasfi Ardi
NIM : 202110105
Tanggal Lahir : 31 Januari 2002
Tahun Masuk : 2020
Peminatan : MSPM
Nama Pembimbing Akademik : Dr. Gusnedi, STP, MPH
Nama Pembimbing Utama : Irma Eva Yani, S.K.M, M. Si
Nama Pembimbing Pedamping : Sri Darningsih, S. Pd, M.Si
Nama Ketua Dewan Penguji : Safyanti, S.K.M, M.Kes
Nama Anggota Dewan Penguji : Rina Hasniyati, SKM,M.Kes

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam hasil tugas akhir saya yang berjudul **“Gambaran Kecukupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat) Anak Asuh dari Menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Juni 2023

Nadiya Yasfi Ardi
NIM : 202110105

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI PADANG
JURUSAN GIZI**

Tugas Akhir, Juni 2023
Nadiya Yasfi Ardi

Gambaran Kecukupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat) Anak Asuh Dari Menu Yang Disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Tahun 2023

vii + 74 halaman, 12 tabel, 2 gambar, 13 lampiran

ABSTRAK

Penyelenggaraan makanan institusi berdasarkan sifat dan tujuannya terbagi menjadi dua yaitu penyelenggaraan makanan bersifat komersial dan non-komersial. Salah satu contoh penyelenggaraan makanan bersifat nonkomersial yaitu panti asuhan. Keterbatasan dana menyebabkan pemberian makanan di Panti Asuhan masih belum sesuai dengan kecukupan gizi anak. Hasil *survey* pendahuluan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang selama dua hari didapatkan kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) masih belum tercukupi dari kecukupan yang seharusnya yaitu <80% dari AKG.

Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif* dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional study*. Objek penelitian adalah berat mentah bersih bahan makanan yang akan diolah. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2022 sampai juni 2023. Pengumpulan data dengan cara *food weighing* dan dilakukan secara manual atau komputerisasi dengan memakai program *nutrisurvey*.

Hasil penelitian didapatkan bahwa kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) pada menu makan pagi, menu makan siang, menu makan malam dan menu satu hari bahan makanan dari menu yang disajikan masih belum tercukupi dari yang seharusnya yaitu <90% dari angka kecukupan gizi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan menu yang disajikan tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang, kecukupan rata-rata nilai energi, protein, dan karbohidrat belum tercukupi. Disarankan kepada pengelola makanan untuk dapat melakukan perencanaan menu berdasarkan kebutuhan anak dan jumlah yang dilayani, serta melakukan monitoring dan evaluasi pada saat proses pengolahan makanan sampai proses distribusi makanan dan untuk peneliti selanjutnya melakukan penelitian mengenai asupan anak asuh.

Kata Kunci : Penyelenggaraan Makanan, Kecukupan Zat Gizi Makro

Daftar Pustaka : 24 (1987 – 2022)

**POLYTECHNIC OF HEALTH, MINISTRY OF HEALTH OF THE
REPUBLIC OF INDONESIA, PADANG
DEPARTMENT OF NUTRITION**

Final Assignment, June 2023
Nadiya Yasfi Ardi

Description of Adequacy of Macro Nutrients (Energy, Protein, Fat and Carbohydrates) Foster Children From the Menu Served at PGAI Orphanage 2023

vii + 74 pages, 12 tables, 2 pictures, 13 appendices

ABSTRACT

The institution's food-food arrangement is divided in two ways that the food arrangement is commercial and non-commercial. One example of a non-commercial food arrangement is that of orphanages. Poor funding causes nourishment at an orphanage to fall short of a sufficient supply of children. Preliminary survey of the two day absence of a two - day supply of macro-nutrient remains inadequate by one 80% of the akg

The study used a descriptive method using the design of the sectional study. The object of research is a raw, clean weight of foodstuff to be processed. Research was conducted in August 2022 to June 2023. Data collection in the manner of food additives and done by hand or computerized using nutrition programs.

Studies have found that a full complement of macronutrients (energy, protein, fat and carbohydrate) on the breakfast menu, lunch, supper and one day meal and the one - day diet from the menu is still not satisfied than it should be

Based on the results of the study it can be concluded that the menu presented is not in accordance with the principles of balanced nutrition, the average adequacy of energy, protein and carbohydrates is not sufficient. It is suggested to food managers to be able to carry out menu planning based on the needs of children and the amount served, as well as to monitor and evaluate during the food processing process to the food distribution process and for further researchers to conduct research on the intake of foster children.

Keywords : The institution's food, Adequacy of Macronutrients

Bibliography : 24 (1987 – 2022)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa berkat rahmat dan nikmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan mata kuliah tugas akhir pada Program Studi D-III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.

Judul Tugas Akhir ini adalah “Gambaran Kecukupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat) Anak Asuh dari Menu yang di sajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Tahun 2023”

Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih atas bimbingan dan pengarahan dari Ibu Irma Eva Yani, S.Km, M.Si selaku pembimbing utama dan Ibu Sri Darningsih, S.Pd, M.Si selaku pembimbing pendamping. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Renidayati, S.KP, M.Kep, Sp.Jiwa selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Padang.
2. Ibu Rina Hasniyati, S.K.M, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
3. Ibu Dr. Hermita Bus Umar, SKM, MKM selaku Ketua Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
4. Bapak Gusnedi, STP, MPH selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Ibu Safyanti, S.K.M, M.Kes selaku Ketua Dewan Penguji
6. Bapak dan Ibu Dosen beserta Civitas Akademika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
7. Bapak/Ibu pengurus beserta jajaran dari Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.
8. Teristimewa kepada Orang Tua, keluarga tercinta yang telah memberikan kasih sayang, bimbingan dan motivasi sehingga peneliti dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Akhir kata, peneliti berharap berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Padang, Juni 2023
Penulis,

Nadiya Yasfi Ardi
NIM : 202110105

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	
DATA RIWAYAT HIDUP	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Ruang Lingkup.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Penyelenggaraan Makanan Di Institusi Sosial.....	6
B. Standar Porsi.....	17
C. Angka Kecukupan Gizi.....	18
D. <i>Food Weighing</i>	21
E. Alur Berpikir.....	22
F. Kerangka Konsep.....	23
G. Defenisi Operasional.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	25
B. Waktu dan Tempat.....	25
C. Sasaran Penelitian.....	25
D. Jenis dan teknik pengumpulan data.....	26
E. Teknik Pengolahan Data.....	26
F. Analisis data.....	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	28
B. Gambaran Umum Penyelenggaraan Makanan Di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	29
C. Hasil Penelitian.....	33
D. Pembahasan.....	40
BAB V KESIMPULAN	
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 1	Anjuran Jumlah Porsi Untuk Kelompok usia 10-64 Tahun.....	18
Tabel 2	Kategori kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat).....	19
Tabel 3	Angka kecukupan rata-rata kelompok usia 10-64 tahun.....	20
Tabel 4	Definisi Operasional, Alat Ukur, Cara Ukur, Hasil Ukur Dan Skala Ukur Penelitian.....	24
Tabel 5	Siklus Menu Yang Disajikan Di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	34
Tabel 6	Hasil penimbangan berat bahan mentah makanan dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	35
Tabel 7	Kecukupan energi pada menu makan pagi, menu makan siang, menu makan malam dan menu satu hari bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	36
Tabel 8	Kecukupan protein pada menu makan pagi, menu makan siang, menu makan malam dan menu satu hari bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	37
Tabel 9	Kecukupan lemak pada menu makan pagi, menu makan siang, menu makan malam dan menu satu hari bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	38
Tabel 10	Kecukupan karbohidrat pada menu makan pagi, menu makan siang, menu makan malam dan menu satu hari bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	39
Tabel 11	Kecukupan zat gizi makro dari menu satu hari yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.....	40
Tabel 12	Pemesanan berat dan harga bahan mentah makanan dari menu 1 hari setelah disesuaikan dengan gizi seimbang.....	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Alur Berpikir.....	22
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Identifikasi kebutuhan konsumen dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang
- Lampiran 2 Pola menu seimbang dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang
- Lampiran 3 Master menu dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang
- Lampiran 4 Frekuensi bahan makanan dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang
- Lampiran 5 Hasil penimbangan berat bahan mentah makanan dari menu 1 hari yang disajikan
- Lampiran 6 Analisis zat gizi dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang
- Lampiran 7 Daftar belanja dari menu 1 hari setelah disesuaikan dengan gizi seimbang
- Lampiran 8 Surat izin penelitian dan surat penerimaan penelitian
- Lampiran 9 Dokumentasi
- Lampiran 10 Siklus menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang
- Lampiran 11 Kuisisioner
- Lampiran 12 Lembar konsultasi pembimbing

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Kemenkes penyelenggaraan makanan institusi merupakan rangkaian aktivitas mulai dari perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, pengadaan bahan makanan, penerimaan serta penyimpanan, pengolahan bahan makanan, distribusi pencatatan dan pelaporan. Penyelenggaraan makanan institusi yaitu menyediakan makanan yang berkualitas sesuai kebutuhan gizi, biaya, serta dapat diterima oleh konsumen guna mencapai status gizi yang optimal. Penyelenggaraan makanan institusi berdasarkan sifat dan tujuannya terbagi menjadi dua yaitu penyelenggaraan makanan bersifat komersial dan non-komersial. Salah satu contoh penyelenggaraan makanan bersifat non-komersial yaitu panti asuhan.⁽¹⁾

Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia, panti asuhan anak adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab khusus. Tanggung jawabnya adalah untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial pada anak terlantar dengan melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar. Keterbatasan dana serta sarana yang seadanya menyebabkan pemberian makanan di Panti Asuhan masih kurang seimbang baik dari segi kualitas maupun dari segi kuantitas belum sesuai dengan kecukupan gizi anak.⁽²⁾ Kecukupan gizi adalah kebutuhan rata-rata zat gizi tertentu yang harus dipenuhi setiap hari bagi semua orang yang meliputi umur, jenis kelamin, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi fisiologis.⁽³⁾ Kecukupan zat gizi untuk remaja di Indonesia

sudah diatur oleh Kementerian Kesehatan Indonesia dan dimuat dalam Angka Kecukupan Gizi (AKG).⁽⁴⁾ Jika tidak sesuai dengan anjuran angka kecukupan gizi bisa mengakibatkan masalah gizi.

Masalah gizi yaitu gizi kurang maupun gizi lebih berakibat akan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit, khususnya risiko terjadinya penyakit tidak menular. Bila masalah ini berlanjut hingga dewasa dan menikah akan berisiko mempengaruhi kesehatan janin yang dikandungnya. Saat ini Indonesia mempunyai tiga beban masalah gizi (*triple burden*) yaitu stunting, wasting dan obesitas serta kekurangan zat gizi mikro seperti anemia. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa terdapat 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun.⁽²⁰⁾

Data tersebut merepresentasikan kondisi gizi pada remaja di Indonesia yang harus diperbaiki. Berdasarkan baseline survey UNICEF pada tahun 2017, ditemukan adanya perubahan pola makan dan aktivitas fisik pada remaja. Sebagian besar remaja menggunakan waktu luang mereka untuk kegiatan tidak aktif, sepertiga remaja makan cemilan buatan pabrik atau makanan olahan, sedangkan sepertiga lainnya rutin mengkonsumsi kue basah, roti basah, gorengan, dan kerupuk. Perubahan gaya hidup juga terjadi dengan semakin terhubungnya remaja pada akses internet, sehingga remaja lebih banyak membuat pilihan mandiri. Pilihan yang dibuat seringkali kurang tepat sehingga secara tidak langsung menyebabkan masalah gizi.⁽²⁰⁾

Penelitian Tanjung di Panti Asuhan Aceh Sepakat Yayasan Darul Aitam Kelurahan Sukaramai Kecamatan Medan Area menunjukkan bahwa susunan jenis makanan anak asuh tidak lengkap, kecukupan energi 57,5% kategori di bawah AKG, dan protein 58,8% kategori di bawah AKG.⁽¹⁸⁾ Penelitian Adriyanti yaitu kecukupan protein remaja di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang mengalami defisit yaitu dibawah 90%.⁽¹⁹⁾ Hasil Penelitian Permatasari didapatkan dari menu yang disajikan yaitu energi 10,6% tergolong defisit. Untuk protein 6,4% tergolong defisit.⁽²⁰⁾

Di Kota Padang sendiri setidaknya ada 24 Panti Asuhan. Panti Asuhan tersebut berstatus negeri dan swasta. Terdapat 6 panti yang sudah terakreditasi dengan nilai B dan C. Salah satu Panti Asuhan tersebut adalah Panti Asuhan Yatim PGAI dengan nilai B. Berdirinya Panti Asuhan Yatim PGAI ini dilatarbelakangi oleh banyaknya orang miskin, anak terlantar, dan anak yatim piatu oleh karena itu didirikanlah panti guna menampung dan memberdayakan mereka.⁽²⁵⁾ Dari *survey* pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan oktober 2022 di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang, didapatkan kecukupan zat gizi makro masih belum tercukupi dari kecukupan yang seharusnya yaitu <80% dari AKG terutama pada waktu makan pagi.

Ketidacukupan gizi anak asuh akan mengakibatkan anak menjadi cepat lemah, lelah, dan sakit-sakitan, sehingga anak menjadi sering absen serta mengalami kesulitan untuk mengikuti dan memahami pelajaran dengan baik. Untuk mencapai status gizi yang baik pada anak dalam usia sekolah diperlukan perilaku makan yang baik sesuai dengan kaidah-kaidah ilmu gizi.⁽⁵⁾

Berdasarkan uraian sebelumnya, Peneliti tertarik untuk mengambil judul “Gambaran Kecukupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat) Anak Asuh Dari Menu Yang Disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang
- b. Diketuinya kecukupan energi, protein, lemak dan karbohidrat menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam dari bahan makanan pada menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Dapat memberikan manfaat mengenai ilmu pengetahuan serta pengembangan wawasan tentang kecukupan gizi dan penyelenggaraan makanan di Panti Asuhan.

2. Bagi Institusi

Memberikan masukan kepada Panti Asuhan Yatim PGAI Padang mengenai standar porsi yang seharusnya disajikan kepada anak asuh.

3. Bagi Pembaca

Dapat memberikan informasi dan pengetahuan dalam penyusunan menu untuk penyelenggaraan makanan di Panti Asuhan

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas gambaran kecukupan zat gizi makro anak asuh dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang tahun 2023. Penelitian ini dilakukan dengan cara menimbang bahan makanan, lalu menghitung kecukupan gizi, selanjutnya dibandingkan dengan AKG 2019. Penelitian ini dilaksanakan selama tiga hari pada waktu makan pagi, makan siang, dan makan malam. Penelitian ini dilakukan dengan observasi, wawancara dan kuisisioner dengan metode *Desain Cross Sectional Study*. Data dianalisis secara deskriptif dengan tabel distribusi frekuensi

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyelenggaraan Makanan Di Institusi Sosial

1. Definisi penyelenggaraan makanan di institusi sosial

Makanan pada institusi sosial adalah makanan yang dipersiapkan dan dikelola untuk masyarakat yang diasuhnya, tanpa memperhitungkan keuntungan nominal dari institusi tersebut. Contoh Institusi Sosial adalah: panti asuhan, panti jompo, panti tuna-netra atau lembaga lain yang sejenis yang menampung masyarakat tidak mampu.⁽⁶⁾ Tujuan Penyelenggaraan makanan institusi sosial untuk mengatur menu yang tepat agar dapat diciptakan makanan yang memenuhi kecukupan gizi klien.⁽⁶⁾

2. Karakteristik penyelenggaraan makanan di institusi sosial

Karakteristik penyelenggaraan makanan institusi sosial adalah: ⁽⁷⁾

- a. Pengelolaannya oleh atau mendapat bantuan dari departemen sosial atau badan- badan amal lainnya.
- b. Melayani sekelompok masyarakat semua umur, sehingga memerlukan kecukupan gizi yang berbeda-beda. Oleh karena itu perlu perhitungan yang saksama untuk memenuhi kebutuhan porsi makanan masing-masing kelompok umur.
- c. Mempertimbangkan bentuk makanan, suka atau tidak suka klien menurut kondisi klien Jadi kemungkinan perlu membuat bentuk dan cara pengolahan yang berbeda-beda untuk masing-masing klien.
- d. Harga makanan yang disajikan wajar dan tidak mengambil keuntungan,

sesuai dengan keterbatasan dana.

- e. Konsumen mendapat makanan 2-3 kali ditambah makanan selingan 1-2 kali sehari
- f. Makanan disediakan secara terus menerus setiap hari.
- g. Macam dan jumlah konsumen yang dilayani tetap.
- h. Susunan hidangan sederhana dan variasi terbatas

3. Tahapan Dalam Penyelenggaraan Makanan Di Institusi Sosial

a. Perencanaan Anggaran

1) Definisi perencanaan anggaran

Perencanaan anggaran adalah kegiatan penyusunan biaya yang diperlukan untuk pengadaan bahan makanan dalam rangka penyelenggaraan makanan untuk kurun waktu tertentu dalam bentuk Rencana Anggaran Belanja Bahan Makanan (RAB-BM).⁽⁶⁾

2) Komponen biaya makanan pada penyelenggaraan makanan institusi

Komponen biaya makanan pada penyelenggaraan makanan institusi:⁽⁶⁾

a) Biaya bahan (material/food cost)

Biaya bahan ini terdiri dari:

(1) Biaya bahan baku (direct material), seperti: pembelian bahan makanan segar dan kering

(2) Biaya bahan penolong (indirect material), seperti: pembelian bumbu-bumbu

b) Biaya tenaga kerja (labour cost).

Biaya untuk tenaga kerja ada yang bersifat langsung dan tidak

langsung berhubungan dengan proses produksi.

c) Biaya tambahan (overhead)

Biaya overhead adalah biaya yang timbul dalam proses produksi, selain biaya bahan baku dan biaya tenaga kerja langsung. Seperti: air, telepon, pemeliharaan sarana dan prasarana, asuransi.

b. Perencanaan Menu

1) Definisi perencanaan menu

Perencanaan menu adalah serangkaian kegiatan menyusun dan memadukan hidangan dalam variasi yang serasi, harmonis yang memenuhi kecukupan gizi, cita rasa yang sesuai dengan selera konsumen/pasien dan kebijakan institusi.⁽⁶⁾

2) Syarat-syarat perencanaan menu

Syarat-syarat perencanaan menu sebagai berikut:⁽⁶⁾

- a) Standar porsi, rincian macam dan jumlah bahan makanan dalam berat bersih mentah untuk setiap jenis hidangan sesuai kebutuhan konsumen.
- b) Standar resep, resep yang sudah dibakukan untuk menciptakan kualitas/mutu dan porsi makanan yang relatif sama cita rasanya.
- c) Standar bumbu, rincian macam dan jumlah rempah dalam berat bersih mentah untuk setiap resep masakan yang sudah dibakukan sehingga dapat menciptakan hidangan yang relatif sama citarasanya.
- d) Siklus menu, satu set menu sehari yang disusun selama jangka

waktu tertentu yang dilaksanakan dalam kurun waktu tertentu, misal 3 hari, 4 hari, 10 hari, 1 bulan atau 1 tahun.

e) Standar makanan, susunan bahan makanan yang digunakan berdasarkan jenis makanan.

3) Langkah-langkah perencanaan menu

Langkah-langkah perencanaan menu sebagai berikut:⁽⁶⁾

- a) Membentuk tim kerja
- b) Menetapkan macam menu
- c) Menetapkan lama siklus menu
- d) Menetapkan periode siklus menu
- e) Menetapkan pola menu
- f) Menetapkan jenis, frekuensi dan standar porsi
- g) Menetapkan besar porsi
- h) Menetapkan pedoman menu
- i) Membuat master menu
- j) Merancang menu dalam siklus yang ditetapkan (format menu)
- k) Melakukan penilaian menu dan merevisi menu

c. Perencanaan Kebutuhan Makanan

1) Definisi perencanaan kebutuhan makanan

Perhitungan kebutuhan bahan makanan adalah kegiatan penyusunan kebutuhan bahan makanan yang diperlukan untuk pengadaan bahan makanan. Penghitungan bahan makanan ini mempunyai tujuan yaitu

tercapainya usulan anggaran dan kebutuhan bahan makanan untuk konsumen untuk periode satu tahun anggaran.⁽⁶⁾

2) Faktor-faktor yang dikaji dalam mengidentifikasi kebutuhan

Faktor-faktor yang dikaji dalam mengidentifikasi kebutuhan konsumen adalah:⁽⁶⁾

a) Permintaan konsumen terhadap menu atau hidangan yang diinginkan oleh masyarakat. Seperti pada institusi non komersial seperti asrama penyediaan makanan untuk penghuni asrama memerlukan makan pagi, makan siang, makan malam atau makanan selingan.

b) Penawaran/supply adalah tanggapan institusi baik komersial maupun non komersial terhadap permintaan konsumen. Setelah mengkaji kebutuhan konsumen maka institusi harus merancang menu atau hidangan yang akan ditawarkan sesuai dengan kebutuhan konsumen

3) Tipe konsumen

Tipe konsumen yang memakai pelayanan makanan dilihat dari beberapa kebutuhan konsumen, maka konsumen dapat dikategorikan pada beberapa kelompok yaitu anak- anak, remaja, dewasa.⁽⁶⁾

d. Pengadaan Bahan Makanan (Pemesanan Dan Pembelian)

1) Pemesanan bahan makanan

Pemesanan bahan makanan adalah kegiatan penyusunan permintaan (order) bahan makanan berdasarkan menu atau pedoman

menu dan rata-rata jumlah konsumen atau pasien yang ada. Adapun persyaratan yang dibutuhkan untuk pelaksanaan pemesanan bahan makanan ini adalah:⁽⁶⁾

- a) Adanya kebijakan Institusi tentang pengadaan bahan makanan.
- b) Adanya kebijakan antar Institusi dengan rekanan atau pemasok.
- c) Adanya spesifikasi bahan makanan.
- d) Adanya daftar pesanan bahan makanan.
- e) Tersedia dana

2) Pembelian bahan makanan

Pembelian bahan makanan merupakan serangkaian kegiatan penyediaan macam, jumlah, spesifikasi bahan makanan untuk memenuhi kebutuhan konsumen/pasien sesuai ketentuan/kebijakan yang berlaku. Metode pembelian bahan makanan sebagai berikut:⁽⁶⁾

- a) Pembelian langsung kepasar (*the open market of buying*)
- b) Pelelangan (*the formal competitive of bid*)
- c) Pembelian musyawarah (*the negotiated of buying*)
- d) Pembelian yang akan datang (*future contract*)
- e) Pembelian tanpa tanda tangan (*unsigned contracts action*)

e. Penerimaan Bahan Makanan

1) Definisi penerimaan bahan makanan

Penerimaan bahan makanan adalah sebuah rangkaian kegiatan meneliti, memeriksa, mencatat dan melaporkan bahan makanan yang telah ditetapkan dalam surat kontrak (Surat Perjanjian Jual Beli).⁽⁶⁾

2) Fungsi penerimaan bahan makanan

Fungsi penerimaan bahan makanan ada 2 yaitu penerimaan bahan makanan langsung dan penerimaan bahan makanan tidak langsung.⁽⁶⁾

3) Syarat penerimaan bahan makanan

Syarat ruang penerimaan bahan makanan sebaiknya memenuhi unsur berikut :⁽⁶⁾

- a) Dapat dicapai oleh kendaraan pengantar bahan makanan.
- b) Dekat dengan ruang penyimpanan bahan makanan.
- c) Ruangan cukup luas untuk memeriksa bahan makanan dan dilengkapi dengan timbangan, alat pengangkut bahan makanan, meja kerja dan beberapa peralatan untuk menempatkan bahan makanan yang diterima sesuai kebutuhan.
- d) Bersih dan aman dari binatang pengganggu (lalat dan serangga).
- e) Permukaan lantai mudah dibersihkan.

f. Penyimpanan dan Penyaluran Bahan makanan

1) Definisi penyimpanan dan penyaluran bahan makanan

Penyimpanan dan penyaluran bahan makanan adalah proses kegiatan yang menyangkut pemasukan bahan makanan, penyimpanan bahan makanan, serta penyaluran bahan makanan sesuai dengan permintaan untuk persiapan pemasakan bahan makanan.⁽⁶⁾

2) Prinsip penyimpanan bahan makanan

Prinsip penting dalam penyimpanan bahan makanan adalah 5T, yaitu:⁽⁶⁾

- a) Tepat tempat: bahan makanan ditempatkan sesuai karakteristiknya,

bahan makanan kering pada ruangan penyimpanan kering dan bahan makanan segar ditempatkan pada ruangan penyimpanan basah dengan suhu yang tepat.

- b) Tepat waktu: lama penyimpanan harus tepat sesuai jenis bahan makanan. Tepat mutu: dengan penyimpanan tidak menurunkan mutu makanan.
- c) Tepat jumlah: dengan penyimpanan tidak terjadi penyusutan jumlah akibat rusak atau hilang.
- d) Tepat nilai: akibat penyimpanan tidak terjadi penurunan nilai harga bahan makanan.

3) Metode penyaluran bahan makanan

Metode penyaluran bahan makanan, yaitu:⁽⁶⁾

- a) Metode penyaluran langsung bahan makanan yang diterima dari supplier langsung dibawa ke bagian produksi untuk diolah (untuk bahan makanan yang akan diolah pada hari itu).
- b) Metode penyaluran tidak langsung bahan makanan yang diterima dari supplier tidak langsung dikirim ke bagian produksi, tetapi dikirim di bagian penyimpanan untuk disimpan karena tidak langsung digunakan.

g. Persiapan, Pengolahan, dan Distribusi (Pelayanan) Bahan Makanan

1) Definisi persiapan, pengolahan, dan distribusi bahan makanan

Persiapan bahan makanan adalah kegiatan yang dilakukan dalam rangka menyiapkan bahan makanan, alat, dan bumbu sebelum

dilakukan pemasakan. Kegiatan persiapan merupakan kegiatan paling awal dari proses produksi yang sangat menentukan hasil akhir dari produksi makanan. Mutu pelayanan makanan juga ditentukan pada tahap persiapan, yaitu berkaitan dengan ketepatan waktu atau jadwal produksi.⁽⁸⁾

Pengolahan adalah suatu kegiatan mengubah (memasak) bahan makanan mentah menjadi bahan makanan yang siap dimakan, berkualitas dan aman dikonsumsi. Kegiatan distribusi makanan merupakan kegiatan akhir dari proses penyelenggaraan makanan.⁽⁸⁾

Distribusi makanan adalah serangkaian kegiatan penyampaian makanan sesuai dengan jenis makanan dan jumlah porsi konsumen yang dilayani. Distribusi makanan memiliki 2 kegiatan inti yaitu pembagian (pemorsian) makanan dan penyampaian makanan sampai ke konsumen. Pemorsian adalah suatu cara atau proses mencetak makanan sesuai dengan porsi yang telah ditetapkan.⁽⁸⁾

2) Aspek-aspek yang perlu diperhatikan

Aspek-aspek yang perlu diperhatikan sebagai berikut:⁽⁸⁾

- a) Standar resep adalah resep yang sudah dimodifikasi dan dibakukan untuk menciptakan
- b) Alat persiapan perlu diperhatikan dalam aspek ini adalah ketepatan peralatan persiapan yang akan digunakan. Peralatan yang digunakan dalam keadaan utuh, baik, kualitas terjamin, terbuat dari bahan yang aman, ekonomis dan efektif.

- c) Jadwal produksi dan distribusi makanan harus diperhatikan karena ini menjadi patokan untuk jadwal persiapan bahan makanan. Sehingga perencanaan waktu harus dipertimbangkan dengan matang.
 - d) Porsi yang dimaksud disini adalah pengawasan porsi. Pengawasan porsi dibagian persiapan penting untuk dilakukan, supaya tersedia racikan bahan makanan dan bumbu yang tepat.
- 3) Faktor yang perlu diperhatikan dalam pengolahan bahan makanan
- Dalam pengolahan ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan dalam pengolahan bahan makanan antara lain:⁽⁸⁾
- a) Waktu yang dimaksud adalah waktu yang dibutuhkan untuk memasak. Untuk mencapai mutu penyelenggaraan makanan yang baik, waktu harus diperhitungkan dan dipatuhi dengan tepat.
 - b) Suhu pemasakan masing-masing masakan yang dikaitkan dengan waktu, standar resep yang digunakan.
 - c) Prosedur kerja dalam pemasakan disesuaikan dengan jenis masakan.
 - d) Tenaga pengolah harus mengetahui SOP pengolahan, standar-standar yang digunakan (standar resep, standar bumbu, maupun standar porsi), waktu pengolahan, alat, penanganan bahan makanan.
 - e) Hygiene sanitasi untuk menghasilkan makanan yang berkualitas, penerapan prinsip hygiene sanitasi dalam pengolahan bahan

makanan sangat diperlukan.

4) Metode distribusi dalam sistem penyelenggaraan makanan

Ada 3 metode dalam sistem penyelenggaraan makanan yaitu sentralisasi, desentralisasi dan kombinasi sentralisasi- desentralisasi.⁽⁸⁾

h. Pencatatan dan Pelaporan

Pencatatan dan pelaporan yang akurat dan tepat waktu sangat dibutuhkan dalam melakukan pengendalian penyelenggaraan makanan. Laporan umumnya dibuat pada periode tertentu, seperti bulanan, tahunan, atau jangka waktu lainnya sesuai kebutuhan.⁽⁸⁾

i. Monitoring dan Evaluasi

Setelah kegiatan pencatatan, kemudian dilakukan kegiatan pembuatan monitoring dan evaluasi. Kegiatan monitoring dan evaluasi dalam penyelenggaraan makanan mencakup aspek berikut.⁽⁸⁾

- a. Pengawasan terhadap cita rasa dan keamanan makanan yang dihasilkan;
- b. Pengawasan terhadap penggunaan berbagai faktor produksi, yaitu penggunaan biaya, penggunaan bahan makanan, penggunaan peralatan, dan penggunaan tenaga kerja.

j. *Hygiene* dan Sanitasi

Hygiene dan sanitasi adalah upaya kesehatan dengan cara memelihara kebersihan individu. Misalnya mencuci tangan untuk melindungi kebersihan tangan, cuci piring untuk melindungi kebersihan piring, membuang bagian makanan yang rusak untuk melindungi

keutuhan makanan secara keseluruhan. Hygiene lebih diarahkan pada aktivitas manusianya sedangkan sanitasi lebih diarahkan pada pengolahan faktor-faktor yang dapat menimbulkan kesehatan.⁽⁸⁾

B. Standar Porsi

1. Definisi standar porsi

Standar porsi dapat menjadi acuan dalam menilai kesesuaian porsi. Standar porsi adalah berat bersih bahan makanan setiap jenis hidangan untuk satu porsi.⁽⁹⁾ Tujuan Standar porsi sebagai acuan atau pedoman untuk memenuhi kebutuhan dan kecukupan makan seseorang berdasarkan kebutuhan gizi.⁽⁹⁾

2. Fungsi dari standar porsi

Berdasarkan fungsi standar porsi yaitu:⁽⁹⁾

- 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

3. Anjuran makan sehari untuk kelompok usia 10-64 tahun

Anjuran makan sehari sebagai panduan konsumsi makanan sehari-hari dan berperilaku sehat berdasarkan prinsip-prinsip gizi seimbang.⁽³⁾

Tabel 1 Anjuran Jumlah Porsi Untuk Kelompok usia 10-64 Tahun

Bahan Makanan	Anjuran Makan Sehari				
	Kelompok Usia (tahun)				
	10-12 tahun	13-15 tahun	16-18 tahun	30-49 tahun	50-64 tahun
Beras/ pengganti	5P	6,5P	8P	7,5P	6,5P
Sayuran/ pengganti	3P	3P	3P	3P	4P
Buah/ pengganti	4P	4P	4P	5P	5P
Tempe/ pengganti	3P	3P	3P	3P	3P
Daging/ pengganti	2,5P	3P	3P	3P	3P
Susu/ pengganti	1P	1P	-	-	1P
Minyak/ pengganti	5P	6P	6P	6P	6P
Gula/ pengganti	2P	2P	2P	2P	1P

Sumber:⁽³⁾

Keterangan : P = Penukar

1P Beras = 50 Gram 1P Daging = 35 Gram

1P Tempe= 50 Gram 1P Sayur = 100 Gram

1P Tahu = 100 Gram 1P Minyak = 5 Gram

C. Angka Kecukupan Gizi

1. Definisi angka kecukupan gizi

Perencanaan kecukupan zat gizi dapat dilakukan melalui beberapa langkah, diantaranya adalah dengan menentukan kebutuhan zat-zat gizi masing-masing individu, memperhatikan zat gizi pada bahan pangan yang akan dikonsumsi.⁽³⁾

Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia yang disingkat AKG adalah suatu nilai yang menunjukkan kebutuhan rata-rata zat gizi tertentu yang harus dipenuhi setiap hari bagi hampir semua orang dengan karakteristik tertentu yang meliputi umur, jenis kelamin, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi fisiologis, untuk hidup sehat. AKG digunakan pada tingkat konsumsi yang meliputi kecukupan energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, air, vitamin, dan mineral.⁽³⁾

2. Tujuan AKG

Tujuan AKG yang dianjurkan adalah :⁽³⁾

- a) Merencanakan dan menyediakan suplai pangan untuk penduduk.
- b) Menginterpretasikan data konsumsi makanan perorangan maupun kelompok.
- c) Perencanaan pemberian makanan di institusi
- d) Menetapkan standar bantuan pangan
- e) Menilai kecukupan persediaan pangan nasional.
- f) Merencanakan program penyuluhan gizi.
- g) Mengembangkan produk pangan baru di industri.
- h) Menetapkan pedoman untuk keperluan labeling gizi pangan.

3. Kategori kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat)

Tabel 2 Kategori kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat)

Kategori	Persentase Kecukupan
a. Defisit	< 90% dari angka kecukupan
b. Normal	90-119% dari angka kecukupan
c. Lebih	> 120% dari angka kecukupan

Sumber:⁽¹⁰⁾

4. Tabel angka kecukupan gizi yang dianjurkan (per orang per hari).

Tabel 3 Angka kecukupan rata-rata kelompok usia 10-64 tahun

Jenis kelamin	Golongan umur	Jumlah (org)	Kecukupan energi (kkal)	Org x kec. Energi	Kec. Protein (gr)	Org x kec. Protein	Kec. Lemak (gr)	Org x kec.lemak	Kec. KH (gr)	Org x kec KH
Laki-laki	10-12 thn	1	2000	2000	50	50	65	65	300	300
	13-15 thn	20	2400	48000	70	1400	80	1600	350	7000
	16-18 thn	9	2650	23850	75	675	85	765	400	3600
	Total	30		73850		2125		2430		10900
	Kecukupan rata-rata kelompok usia 10-18 tahun				2461.6		70.8		81.0	
Laki-laki	30-49 thn	2	2550	5100	65	130	70	140	415	830
	50-64 thn	1	2150	2150	65	65	60	60	340	340
Perempuan	50-64 thn	2	1800	3600	60	120	50	100	280	560
	Total	5		10850		315		300		1730
	Kecukupan rata-rata kelompok usia 30-64 tahun				2170		63		60	346

D. Food Weighing

a. Definisi *food weighing*

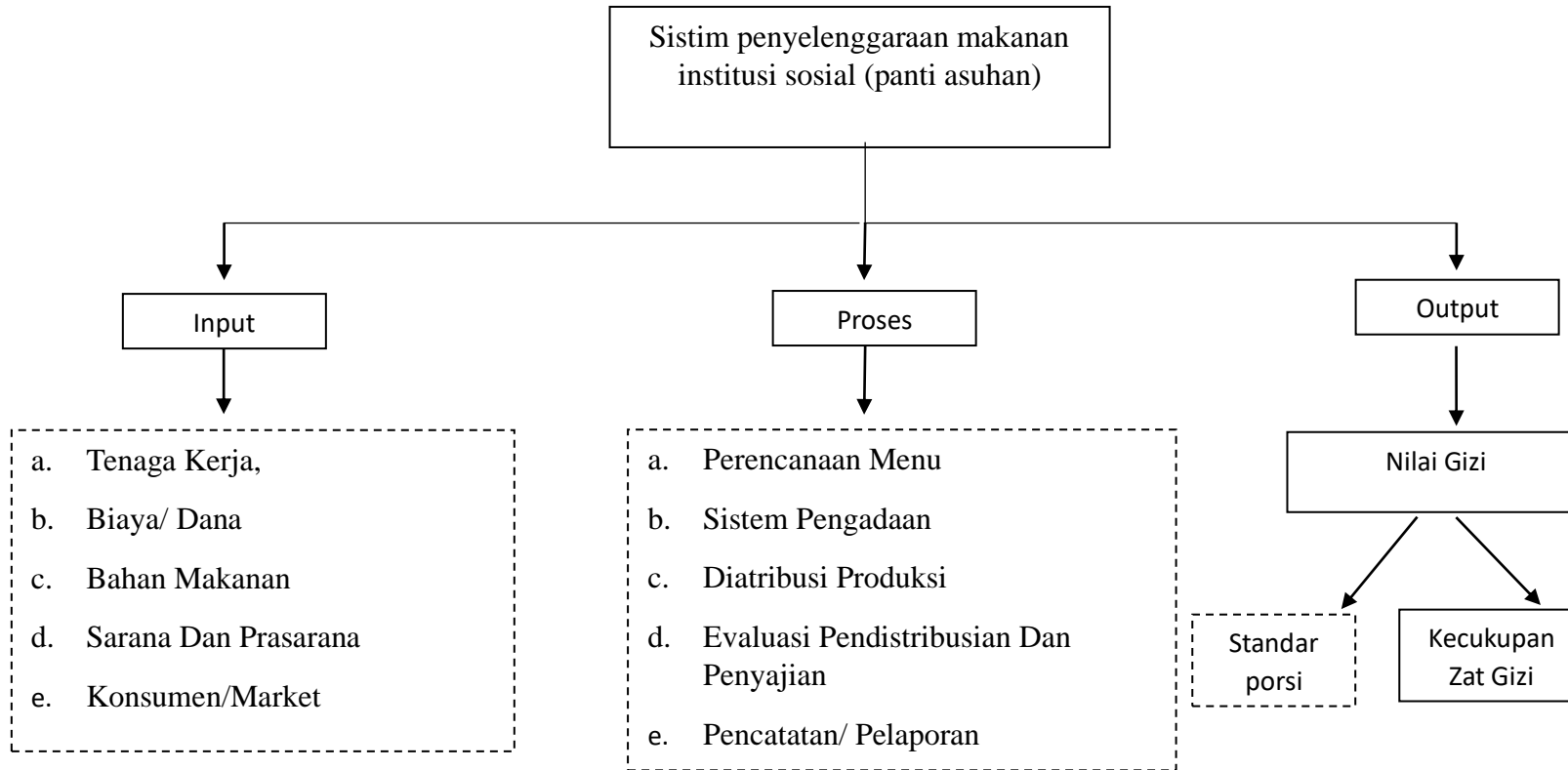
Food weighing adalah metode survei konsumsi pangan yang dilakukan dengan cara menimbang makanan.⁽¹¹⁾ Pada metode ini dilakukan pencatatan tanggal dan waktu meneliti dan hasil timbangan setiap makanan yang dikonsumsi, akan lebih baik jika bahan makanan yang belum dimasak.⁽¹²⁾

b. Langkah-langkah *food weighing*

Langkah-langkah dalam melakukan metode *food weighing*:⁽¹⁰⁾

- a. Peneliti menyiapkan timbangan yang akan digunakan
- b. Peneliti memilih bahan yang akan ditimbang, lalu dibersihkan dari bahan ikutan lain yang melekat pada bahan tersebut, barulah ditimbang.
- c. Catat hasil ukur bahan dalam gram
- d. Selanjutnya, peneliti melakukan analisis dengan komputer atau manual dengan merujuk ke DKBM Selanjutnya, hasil analisis dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan

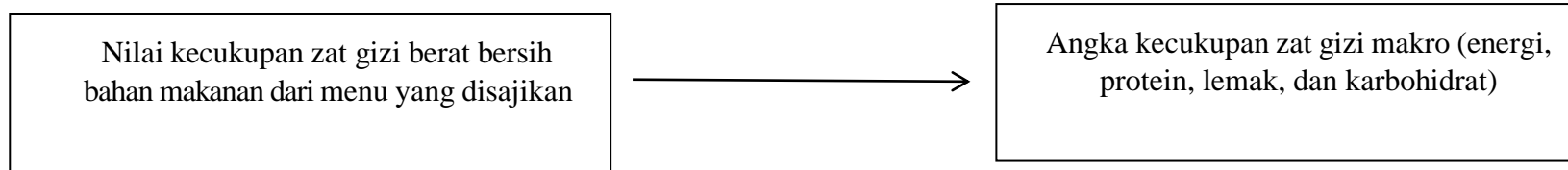
E. Alur Berpikir



Gambar 1 Alur Berpikir

Keterangan: variabel yang tidak diteliti variable yang diteliti

F. Kerangka Konsep



Gambar 2 Kerangka Konsep

G. Defenisi Operasional

Tabel 4 Definisi Operasional, Alat Ukur, Cara Ukur, Hasil Ukur dan Skala Ukur Penelitian

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Nilai Kecukupan Zat Gizi	Nilai kecukupan zat gizi adalah bagian dari makanan yang berisi kandungan zat gizi yang ada dalam setiap jenis hidangan untuk satu porsi ⁽¹¹⁾ selama 1 hari dalam 3 kali makan sehari anak asuh di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang tahun 2023.	Timbangan makanan digital dan formulir <i>food weighing</i> .	<i>Food Weighing</i> dengan melihat berat mentah bersih bahan makanan yang akan diolah. ⁽¹⁰⁾	Jumlah dan persentase kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) berat bahan mentah bersih bahan makanan dari menu yang di olah.	Ratio
Angka Kecukupan Zat Gizi Makro	Angka kecukupan zat gizi makro adalah taraf kecukupan zat-zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrt) anak asuh, yang diperoleh dari berat mentah bersih bahan makanan dari menu yang disajikan (makan pagi, makan sian, dan makan malam) ⁽³⁾	<i>Nutrisurvey</i> , Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019	Membandingkan hasil kecukupan gizi dari berat bersih bahan makanan dengan kecukupan gizi yang ada di buku AKG 2019.	Hasil ukur setiap zat gizi (energy, protein, lemak dan karbohidrat) yang didapat, kemudian dibandingkan dengan AKG 2019. Tingkat ketersediaan energi dan zat gizi pada makanan yang disajikan menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG) dapat diklasifikasikan menjadi: ⁽¹⁰⁾ a. Defisit : < 90% dari angka kecukupan b. Normal : 90-119% dari angka kecukupan c. Lebih : > 120% dari angka kecukupan	Ordinal

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif* dengan menggunakan desain penelitian *Cross Sectional Study* yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.

B. Waktu dan Tempat

1. Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2022 sampai Juni 2023. Pengambilan data diambil pada juni 2023.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang yang berlokasi di Jl. Dr. H. Abdullah Ahmad No.4, Padang.

C. Sasaran Penelitian

1. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah berat mentah bersih bahan makanan yang akan diolah selama 1 hari. Pemilihan sampel menu ini dengan cara acak.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah tenaga pengolah makanan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang yang berjumlah 1 orang.

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti, seperti siklus menu yang disajikan, data berat mentah bersih bahan makanan dalam 3 kali waktu makan (makan pagi, makan siang dan makan malam) selama 1 hari.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari berbagai sumber yang sudah ada, seperti gambaran umum Panti Asuhan Yatim PGAI Padang, dan tenaga pengolah makanan.

E. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data hasil penelitian dilakukan secara manual dan komputerisasi dengan memakai program *nutrisurvey* berdasarkan data hasil penimbangan bahan makanan tersebut dan di *entri* ke *nutrisurvey*, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Pengambilan sampel menu makanan dengan cara acak
2. Setelah didapat sampel, lakukan penimbangan berat mentah kotor dan bersih bahan makanan yang akan diolah, lalu dikonversikan ke BDD dengan rumus: $\text{berat bersih} = \text{BDD} \times \text{berat kotor bahan makanan}$
3. Hasil penimbangan berat bersih bahan makanan dientrikan ke aplikasi *nutrisurvey*, sehingga diperoleh nilai gizinya
4. Selanjutnya, kecukupan gizi yang sudah didapatkan dibagi dengan sebanyak orang yang akan mengkonsumsi makanan.

5. Kemudian hasil yg didapatkan dibandingkan dengan AKG 2019
6. Lalu kategorikan kecukupan dengan AKG, yaitu:
 - a. Defisit : < 90% dari angka kecukupan gizi
 - b. Normal : 90-119% dari angka kecukupan gizi
 - c. Lebih : > 120% dari angka kecukupan gizi

F. Analisis data

Analisis data disajikan dalam bentuk tabel-tabel dan dianalisis secara *deskriptif*.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Pada tahun 1918 H Abdullah Ahmad mendirikan organisasi Persatuan Guru-Guru Agama Islam (PGAI) dan mendapat pengakuan hukum dari pemerintah Belanda pada tanggal 17 Juli 1920. PGAI dipimpin langsung oleh H. Abdullah Ahmad sampai akhir hayatnya. Tujuan organisasi ini adalah untuk mempersatukan ulama tradisional (Kaum Tua) dengan ulama modern (Kaum Muda).

Yayasan PGAI Padang adalah yayasan yang bergerak di bidang sosial dan pendidikan yang terpusat di Simpang Empat RSUP Dr. M. Djamil Kota Padang. Di lahan lebih kurang 5 hektar miliknya, Yayasan PGAI Padang memiliki panti asuhan, sekolah tinggi, MA, SMA, dan MTs.

Tahun 1930 PGAI berhasil mendirikan sebuah gedung untuk asrama anak yatim. Gedung ini kemudian dipergunakan juga untuk ruang belajar Madrasah Normal Islam (Kulliyah al-Mu'allimin al-Islamiyyah) yang didirikan Islam Indonesia). Di sekolah ini diajarkan ilmu umum dan ilmu-ilmu agama dengan sistem sekolah yang dipergunakan Belanda. Gedung inilah yang menjadi cikal-bakalnya Panti Asuhan Yatim PGAI sekarang. Sehingga Panti Asuhan Yatim PGAI merupakan panti tertua yang berada di Sumatera Barat. Fasilitas dan struktur organisasi di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang dapat dilihat pada lampiran 7.

B. Gambaran Umum Penyelenggaraan Makanan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

1. Perencanaan Anggaran

Pembiayaan operasional panti asuhan ini berasal dari bantuan pemerintah, sumbangan dari donatur tetap dan *insidental*, infaq, wakaf, dan zakat tersebut digunakan untuk memenuhi seluruh kebutuhan anak asuh. Biaya untuk penyelenggaraan makanan setiap hari sebesar Rp. 250.000 - Rp. 300.000. dana yang diberikan dalam pemesanan dan pembelian bahan makanan Rp. 6000000 per bulan.

2. Perencanaan Menu

Kegiatan penyelenggaraan makanan diawali dengan kegiatan perencanaan menu yang dilakukan oleh tenaga pengolah. Menu disusun tidak sesuai dengan kebutuhan anak asuh tetapi perancangan menu dilakukan dengan memperhatikan kesukaan anak asuh dan disesuaikan dengan dana yang ada. Siklus menu yang digunakan adalah siklus menu 7 hari. Menu terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah 1×seminggu.

3. Perencanaan Kebutuhan Makanan

Perencanaan kebutuhan bahan makanan dilakukan 1×2 minggu oleh tenaga pengolah makanan. Perencanaan kebutuhan bahan makanan ini dibuat berdasarkan menu yang telah disusun, standar makanan yang ada di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang dan jumlah klien yang dilayani. Daftar belanja kemudian diserahkan ke sekretariat yang bertugas

memberikan dana untuk kebutuhan bahan makanan sesuai perencanaan yang telah dibuat oleh tenaga pengolah.

4. Sistem Pengadaan Bahan Makanan (Pemesanan dan Pembelian)

Pemesanan bahan makanan sekaligus dilakukan pada saat pembelian bahan. Pemesanan dan pembelian ini dilakukan secara langsung ke pasar oleh tenaga pengolah tanpa melalui perantara. Tenaga pengolah diberikan tugas untuk membeli bahan makanan basah 1×seminggu sedangkan untuk pembelian bahan makanan kering seperti beras, bawang merah, bawang putih, telur dan lain-lain dilakukan 1×2 minggu. Dan untuk sayuran dilakukan pembelian setiap hari. Dalam pembelian bahan makanan tidak ada spesifikasi bahan yang akan dibeli. Proses pembayaran bahan makanan dilakukan secara tunai oleh tenaga pengolah.

5. Sistem Penerimaan Bahan Makanan

Penerimaan bahan makanan dilaksanakan oleh tenaga pengolah. Ruangan penerimaan bahan makanan bergabung dengan tempat penyimpanan dan pengolahan. Pada proses penerimaan bahan makanan tidak dilakukan pengecekan terhadap jumlah bahan makanan yang sudah dibeli seperti cabe dibeli 1 kg tetapi pada saat dilakukan penimbangan oleh peneliti kurang dari 1 kg. Untuk pengecekan kualitas bahan makanan dilakukan pada saat pembelian langsung ke pasar. Bahan makanan yang telah diterima dilakukan penyimpanan sesuai dengan kelompok bahan makanan seperti bahan makanan kering disimpan di rak-

rak penyimpanan kering yang berada di ruangan yang sama dengan pengolahan.

6. Sistem Penyimpanan dan Penyaluran Bahan makanan

Ruang penyimpanan bahan makanan bergabung dengan ruang pengolahan. Penyimpanan bahan makanan dilakukan oleh tenaga pengolah berdasarkan jenisnya, seperti bahan makanan kering diletakan pada rak-rak yang berada didalam ruang pengolahan. Sedangkan untuk bahan makanan basah disimpan di kulkas. Bahan makanan ini dilakukan pengecekan setiap hari oleh tenaga pengolah. Tenaga pengolah langsung mengambil bahan makanan berdasarkan jumlah anak asuh dan orang yang dilayani, seperti beras 10 kg/hari untuk 35 orang anak, 1 ekor ayam untuk 16 orang. Penyaluran bahan makanan disesuaikan dengan jumlah anak asuh dan orang yang dilayani.

7. Persiapan, Pengolahan, dan Distribusi Bahan Makanan

Persiapan bahan makanan meliputi persiapan alat masak, bumbu, pencucian bahan makanan, memotong dan meracik bahan makanan sesuai dengan jenis bahan makanan dan pengolahannya. Persiapan bahan makanan seperti sayuran dipotong selanjutnya dilakukan pencucian, ayam dipotong menjadi 16 bagian dan setelahnya dicuci bersih kemudian diolah. Persiapan bumbu sudah dilakukan sebelumnya agar mempermudah tenaga pengolah dalam pengolahan seperti bumbu unkep, bumbu rendang yang disimpan selama 2 hari. Peralatan masak tidak mengalami pergantian secara rutin atau secara berkala, tetapi alat

masak yg sudah tidak layak pakai diganti dengan yang baru misalnya panci, wajan, spatula, dsb.

Pengolahan bahan makanan dilakukan oleh satu orang tenaga pengolah. Pada saat pengolahan sayuran seperti kangkung tahap awal dilakukan penumisan dan direbus hingga matang. Proses pengolahan bahan makanan dilakukan 2 kali yaitu untuk makan pagi pukul 05.30 wib dan untuk makan siang dan makan malam pukul 10.00 wib.

Penyajian makanan ini dilakukan oleh tenaga pengolah. Makanan didistribusikan dengan cara prasmanan dengan makanan diambil langsung oleh anak asuh sesuai porsi nya tetapi sesuai dengan standar makanan di Panti asuhan seperti nasi 2 centong, lauk hewani 1 potong, sayuran 1 sendok sayur, dan buah 1xseminggu. Penyajian makanan pada siswa dilakukan tiga kali sehari yaitu pada sarapan pukul 06.30 WIB, makan siang pukul 13.00 WIB, dan makan malam pukul 19.00 WIB.

8. Pencatatan dan Pelaporan

Pencatatan dilakukan dari pengadaan bahan makanan seperti mencatat bahan yang akan dibeli. Pada penyimpanan bahan makanan dilakukan pencatatan terhadap masalah yang terjadi seperti kekurangan cabe yang seharusnya 1 kg yang akan diolah tetapi kurang, maka dilakukan pencatatan dan dilaporkan ke bagian keuangan.

9. Monitoring dan Evaluasi

Proses monitoring tidak dilakukan, hanya diserahkan kepada tenaga pengolahnya saja. Pada proses evaluasi terhadap menu dilakukan oleh

tenaga pengolah berdasarkan kesukaan anak asuh terhadap menu yang disajikan.

10. *Hygiene* dan Sanitasi

Tenaga pengolah makanan melakukan cuci tangan sebelum dan sesudah proses pengolahan tetapi tidak menggunakan celemek. Kondisi ruang pengolahan cukup terang, cukup ventilasi dan tidak lembab. Tempat pencucian peralatan berada ditempat yang sama dengan ruang pengolahan. Peralatan yang digunakan dibersihkan dan disimpan di dalam rak-rak tempat penyimpanan alat yang berada didalam ruangan pengolahan.

C. Hasil Penelitian

1. Menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

a. Siklus menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Berdasarkan pengamatan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang didapatkan seperti tabel 5:

Tabel 5 Siklus menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

HARI	Menu Pagi	Menu Siang	Menu Malam
1	Mie goreng Telur dadar Timun	Nasi Udang goreng balado Tahu goreng Tumis buncis	Nasi Ikan baledang balado Tahu goreng Bening bayam
2	Nasi Goreng Telur mata sapi Kerupuk	Nasi Udang goreng balado Tahu goreng Tumis buncis	Nasi Ikan baledang balado Tahu goreng Bening bayam
3	Nasi Teri ball	Nasi Ikan mujair goreng + sambal Tahu goreng Tumis kangkung	Nasi Ikan mujair goreng + sambal Tahu goreng Tumis kangkung Kerupuk
4	Bihun goreng Telur dadar Tahu goreng Ketimun Kerupuk	Nasi Ayam goreng balado Tahu goreng Tumis buncis wortel	Nasi Telur goreng balado Tahu goreng Tumis buncis wortel Buah pisang
5	Roti + susu	Nasi Ikan lele goreng Tahu goreng Tumis kangkung	Nasi Ikan teri balado Tempe goreng
6	Lontong gulai japan + telur rebus	Nasi Ikan mujair goreng + sambal Tahu goreng Tumis kangkung	Nasi Ikan mujair goreng + sambal Tahu goreng Tumis kangkung
7	Indomie kuah	Nasi Ikan patin balado Tumis kangkung	Nasi Ikan patin balado Tumis kangkung

Dari tabel 5, terlihat jenis makanan yang diberikan berdasarkan siklus menu 7 hari terdiri dari kelompok makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati dan sayur serta buah-buahan 1x seminggu. Terjadi pengulangan menu dalam waktu yang berdekatan, frekuensi bahan makanan yang sering digunakan yaitu

telur ayam, buncis, dan tahu. Dan teknik pengolahan yang sering digunakan dengan cara di goreng. Serta porsi yang disajikan pada setiap bahan makanan masih belum sesuai dengan standar porsi.

b. Hasil penimbangan berat bahan mentah makanan dari menu 1 hari

Berdasarkan pengamatan dari hasil penimbangan berat bahan mentah makanan dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang didapatkan seperti tabel 6:

Tabel 6. Hasil penimbangan berat bahan mentah makanan dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Bahan makanan	BK	BDD	BB	E (kkal)	P (gr)	L (gr)	KH (gr)
Makan pagi							
Indomie			2520	1806.9	176.4	277.2	1083.6
Makan siang & malam							
Beras			9827	35465.5	658.4	59	7812.5
Ik.patin	4782	75%	3587	1131.7	609.8	236.7	39.5
Minyak			2000	17241.9	0	2000	0
Kangkung	2221	60%	1352	203.6	31.1	2.7	28.4

Dari tabel 6, terlihat pemesanan terhadap berat bahan makanan untuk 3 kali waktu makan yaitu makan pagi Indomie untuk berat kotor dan berat bersih 2520 gr (35 bungkus), untuk beras 9827 gr dengan merk beras kurik kusuik, untuk ikan patin ukuran sedang berat kotoranya 4782 gr dan berat bersihnya 3587 gr, untuk minyak sebanyak 2 liter dengan merek tawon/rose brand dan kangkung sebanyak 3 ikat dengan batang berat kotor yaitu 2221 gr dan berat bersih 1352 gr.

2. Kecukupan energi, protein, lemak dan karbohidrat pada menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

a. Kecukupan energi dari menu yang disajikan

Berdasarkan pengamatan dari menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang didapatkan kecukupan energi dari menu seperti tabel 7:

Tabel 7 Kecukupan energi pada menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Waktu Makan	Kecukupan energi dari menu	Rata-rata kecukupan energi yang seharusnya kelompok usia 10-18 tahun		Rata-rata kecukupan energi yang seharusnya kelompok usia 30-64 tahun	
		Energi (kal)	Kategori	Energi (kal)	Kategori
Makan Pagi	51.62	615.4	Defisit	542.5	Defisit
Makan Siang	787	738.4	Normal	651	Normal
Makan Malam	787	615.4	Lebih	542.5	Lebih

Dari tabel 7, terlihat kecukupan energi untuk kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun terendah terdapat pada waktu makan pagi sebesar 51.62 kal dan kecukupan energi untuk kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun yang berlebih terdapat pada waktu makan malam sebesar 787 kal.

b. Kecukupan protein dari menu yang disajikan

Berdasarkan pengamatan dari menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang didapatkan kecukupan protein dari menu seperti tabel 8:

Tabel 8 Kecukupan protein pada menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Waktu Makan	Kecukupan protein dari menu	Rata-rata kecukupan protein yang seharusnya kelompok usia 10-18 tahun		Rata-rata kecukupan protein yang seharusnya kelompok usia 30-64 tahun	
		Protein (gr)	Kategori	Protein (gr)	Kategori
Makan Pagi	5.04	17.7	Defisit	15.75	Defisit
Makan Siang	19.05	21.24	Defisit	18.9	Normal
Makan Malam	19.05	17.7	Normal	15.75	Lebih

Dari tabel 8, terlihat kecukupan protein untuk kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun terendah terdapat pada waktu makan pagi sebesar 5.04 gr dan waktu makan siang yaitu 19.05 gr. Sedangkan kecukupan protein untuk kelompok usia 10-18 tahun yang berlebih terdapat pada waktu makan malam sebesar 19.05 gr.

c. Kecukupan lemak dari menu yang disajikan

Berdasarkan pengamatan dari menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang didapatkan kecukupan lemak dari menu seperti tabel 9 :

Tabel 9 kecukupan lemak pada menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Waktu Makan	Kecukupan lemak dari menu	Rata-rata kecukupan lemak yang seharusnya kelompok usia 10-18 tahun		Rata-rata kecukupan lemak yang seharusnya kelompok usia 30-64 tahun	
		Lemak (gr)	Kategori	Lemak (gr)	Kategori
Makan Pagi	7.92	20.25	Defisit	15	Defisit
Makan Siang	32.91	24.3	Lebih	18	Lebih
Makan Malam	32.91	20.25	Lebih	15	Lebih

Dari tabel 9, terlihat kecukupan lemak untuk kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun terendah terdapat pada waktu makan pagi sebesar 7.92 gr. Sedangkan kecukupan lemak untuk kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun yang berlebih terdapat pada waktu makan siang dan makan malam sebesar 32.91 gr.

d. Kecukupan karbohidrat dari menu yang disajikan

Berdasarkan pengamatan dari menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang didapatkan kecukupan karbohidrat dari menu seperti tabel 10 :

Tabel 10 kecukupan karbohidrat pada menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam bahan makanan dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Waktu Makan	Kecukupan karbohidrat dari menu	Rata-rata kecukupan karbohidrat yang seharusnya kelompok usia 10-18 tahun		Rata-rata kecukupan karbohidrat yang seharusnya kelompok usia 30-64 tahun	
		karbohidrat (gr)	Kategori	karbohidrat (gr)	Kategori
Makan Pagi	30.96	90.82	Defisit	86.5	Defisit
Makan Siang	116.59	108.99	Normal	103.8	Normal
Makan Malam	116.59	90.82	Lebih	86.5	Lebih

Dari tabel 10, terlihat kecukupan karbohidrat untuk kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun terendah terdapat pada waktu makan pagi yaitu 30.96 gr. Sedangkan kecukupan karbohidrat untuk kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun yang berlebih terdapat pada waktu makan malam sebesar 116.59 gr.

e. Kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) dari menu satu hari yang disajikan

Berdasarkan pengamatan dari menu satu hari yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang didapatkan

kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) seperti tabel 11 :

Tabel 11 Kecukupan zat gizi makro dari menu satu hari yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Kecukupan zat gizi makro dari menu satu hari yang disajikan		Kelompok usia 10-12 tahun (lk)		Kelompok usia 13-15 tahun (lk)		Kelompok usia 16-18 tahun (lk)		Kecukupan rata-rata kelompok usia 10-18 thn		Kelompok usia 30-49 tahun (lk)		Kelompok usia 50-64 tahun (lk)		Kelompok usia 50-64 tahun (pr)	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Energi (kal)	1625.62	2000	81.2	2400	67.7	2650	61.3	2461.6	66.0	2550	63.7	2150	75.6	1800	90.3
Protein (gr)	43.14	50	86.2	70	61.6	75	57.5	70.8	60.9	65	66.3	65	66.3	60	71.9
Lemak (gr)	73.74	65	113.4	80	92.1	85	86.7	81.0	91.0	70	105.3	60	122.9	50	147.4
Karbohidrat (gr)	264.14	300	88.0	350	75.4	400	66.0	363.3	72.7	415	63.6	340	77.6	280	94.3

Keterangan:



: Defisit



: Normal



: Lebih

Dari tabel 11, terlihat kecukupan zat gizi makro dari menu satu hari untuk energi, protein, dan karbohidrat pada setiap kelompok usia mengalami defisit yaitu <90% dari AKG. Dan kecukupan lemak pada setiap kelompok usia berada pada rentang 86,7% - 147.4% dari AKG.

D. Pembahasan

1. Menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

a. Siklus menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Dari tabel 6, terlihat pada saat melakukan perencanaan belum sesuai dengan prinsip menu seimbang. Hal ini terlihat dalam merancang menu yang digunakan menu standar dengan penggunaan siklus menu 7 hari dan penyusunan menu ini memperhatikan kesukaan anak asuh terhadap bahan makanan yang akan diolah. Menu yang dirancang terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran dan buah 1 x seminggu.

Frekuensi macam hidangan dirancang 3 x waktu makan yaitu makan pagi, makan siang dan makan malam. Hal ini masih belum sesuai dengan pedoman gizi seimbang yang terdiri dari makan pagi, *snack* pagi, makan siang, *snack* sore dan makan malam.

Terjadi pengulangan menu makanan dalam waktu yang berdekatan seperti tahu goreng (11 x seminggu), tumis buncis (4 x seminggu) dan telur dadar (2 x seminggu). Frekuensi penggunaan bahan makanan yang sering berulang yaitu telur ayam (5 x seminggu), buncis (4 x seminggu) dan tahu (11 x seminggu). Teknik pengolahan dengan cara digoreng dilakukan secara berulang hampir pada setiap waktu makan kecuali makan pagi. Terjadinya pengulangan menu, penggunaan bahan makanan yang berulang dan teknik yang dilakukan secara berulang akan mengakibatkan kebosanan anak asuh terhadap menu makanan yang

disajikan tidak bervariasi. Sehingga akan berdampak pada nafsu makan anak yang kurang dan mengakibatkan kekurangan kecukupan zat gizi pada anak asuh.

Dilihat dari segi pemorsian pada saat bahan makanan akan diolah masih belum sesuai dengan standar porsi seperti 1 porsi beras 140 gr, ikan patin 51 gr, dan sayur kangkung 19.3 gr. Sedangkan porsi yang seharusnya untuk 1 porsi beras 50 gr, ikan patin 40 gr, dan sayur kangkung 100 gr. Hal ini terjadi karena bahan makanan hanya dibagikan sebanyak jumlah orang yang mengonsumsi tanpa mengetahui standar porsi untuk setiap kelompok usia.

Hasil penelitian Putri mengenai menu yang digunakan di Panti Asuhan Anak Tegal Kranyak menggunakan siklus menu selama 7 hari. Menu yang disajikan kurang bervariasi dalam penggunaan bahan makanannya.⁽¹⁸⁾

Penelitian Zuyyin di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Muhammadiyah Kupang mendapati Penyusunan menu di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Muhammadiyah tidak sesuai dengan standar penyelenggaraan makanan karena tidak memiliki pola menu dan standar porsi.⁽¹⁴⁾

Penelitian Aulia di Madrasah Tarbiyah Islamiyah Canduang Kabupaten Agam diketahui bahwa terjadi pengulangan menu dalam waktu yang berdekatan dan menu yang kurang bervariasi bahan serta cara pengolahannya.⁽¹⁵⁾

b. Pemesanan berat dan harga bahan mentah makanan dari menu 1 hari setelah disesuaikan dengan gizi seimbang

Berdasarkan hasil penimbangan berat bahan mentah makanan dari menu 1 hari (menu makan pagi, menu makan siang, dan menu makan malam) yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang didapatkan berat dan harga bahan mentah makanan yang telah disesuaikan dengan gizi seimbang seperti tabel 12 :

Tabel 12 Pemesanan berat dan harga bahan mentah makanan dari menu 1 hari setelah disesuaikan dengan gizi seimbang

Bahan makanan	BDD (%)	Berat kotor (gr)	Berat bersih (gr)	Berat untuk 1 porsi (gr)		Harga satuan (Rp.)	Indeks harga bahan makanan untuk 35 orang (Rp.)	Harga bahan makanan untuk 1 porsi/orang (Rp.)
				BK (gr)	BB (gr)			
Indomie kuah rasa kari	-	2520 (35 bungkus)	2520 (35 bungkus)	72	72	3.000/ bungkus	105.000,0 0	216,00
Beras kuruik kusuik	100	11.750	11.750	50	50	150.00 0/10 kg	150.000,0 0	7.500,00
Ikan patin ukuran sedang	75	5.573	4.180	53.3	40	28.000 /kg	156.044,0 0	1.484,00
Sayur kangkung	60	18.000 (18 ikat)	10.800	167	100	4.000/i kat	72.000	668,00
Minyak goreng merek tawon	100	1.000	1.000	5	5	18.000 / 1 kg	18.000,00	90,00
Total							501.044,0 0	9.958,00

Dari tabel 12, terlihat contoh pemesanan berat dan harga bahan makanan dari menu 1 hari setelah disesuaikan dengan gizi seimbang

didapatkan harga pemesanan bahan makanan untuk 1 porsi/orang yaitu Rp. 9.290,00 dan harga untuk pemesanan bahan makanan untuk 35 orang didapatkan Rp. 429.044,00.

2. Kecukupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

a. Kecukupan energi dari menu yang disajikan

Dari tabel 7, kecukupan energi untuk makan pagi pada kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun mengalami defisit yaitu <90% dari AKG. Kecukupan energi dari menu yang didapatkan yaitu 51.62 kal sedangkan kecukupan rata-rata energi yang seharusnya untuk kelompok usia 10-18 tahun yaitu 615.4 kal dan untuk kelompok usia 30-64 tahun yaitu 542.5 kal.

Hasil penelitian Tanjung di Panti Asuhan Aceh Sepakat Yayasan Darul Aitam Kelurahan Sukaramai Kecamatan Medan Area menunjukkan bahwa kecukupan energi mengalami defisit yaitu 57,5% di bawah AKG.⁽¹⁸⁾ Hasil penelitian lain dari Adriyanti di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang menunjukkan bahwa tingkat kecukupan energi remaja putra mengalami defisit yaitu 834 kalori dari AKG.⁽¹⁹⁾ Dan Hasil Penelitian Permatasari didapatkan dari menu yang disajikan yaitu energi 10,6% tergolong defisit.⁽²⁰⁾

Energi yang berasal dari porsi dan nilai dari kecukupan gizi lainnya seperti protein, lemak dan karbohidrat masih kurang karena energi berasal dari pembakaran karbohidrat, protein, dan lemak, oleh karena itu agar energi tercukupi perlu mengkonsumsi makanan yang cukup

dan seimbang. Energi berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu dan kegiatan fisik.⁽¹⁶⁾

b. Kecukupan protein dari menu yang disajikan

Dari tabel 8, kecukupan protein untuk makan pagi pada kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun mengalami defisit yaitu <90% dari AKG. Kecukupan protein dari menu yang didapatkan yaitu 5.04 gr. Sedangkan kecukupan rata-rata protein yang seharusnya untuk kelompok usia 10-18 tahun yaitu 17.7 gr dan untuk kelompok usia 30-64 tahun yaitu 15.75 gr.

Hasil penelitian Tanjung di Panti Asuhan Aceh Sepakat Yayasan Darul Aitam Kelurahan Sukaramai Kecamatan Medan Area menunjukkan bahwa protein mengalami defisit yaitu 58,8% kategori di bawah AKG.⁽¹⁸⁾ Hasil penelitian Adriyanti di Panti Asuhan Baitul Falah Semarang menunjukkan bahwa tingkat kecukupan protein remaja putra mengalami defisit pada umur 16-18 tahun yaitu 41 gram dari AKG dan umur 14-15 tahun yaitu 33,65 gram dari AKG.⁽¹⁹⁾ Hasil Penelitian Permatasari didapatkan dari menu yang disajikan yaitu tingkat protein 6,4% tergolong defisit.⁽²⁰⁾

Akibat dari kekurangan protein akan mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan tidak optimal, dan dapat mengganggu struktur dan fungsi otak karena protein berperan penting di dalam sistem kekebalan tubuh sehingga rentan terserang penyakit atau infeksi karena imunitas tubuh menurun.⁽¹⁷⁾

c. Kecukupan lemak dari menu yang disajikan

Dari tabel 9, kecukupan lemak untuk makan pagi pada kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun mengalami defisit yaitu <90% dari AKG. Kecukupan energi dari menu yang didapatkan yaitu 7.92 gr. Sedangkan kecukupan rata-rata lemak yang seharusnya untuk kelompok usia 10-18 tahun yaitu 20.25 gr dan untuk kelompok usia 30-64 tahun yaitu 15 gr. Hasil penelitian Kusumaningtyas yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kecukupan lemak dalam kategori defisit yaitu sebanyak 71,7% dari AKG.⁽²¹⁾

Lemak sangat esensial untuk pertumbuhan, terutama untuk komponen membran sel dan komponen sel otak (Istiany dan Rusilanti, 2014). Kekurangan lemak dapat menyebabkan gangguan fungsi tubuh, seperti depresi, lebih mudah merasa kedinginan, dan Bila Anda tidak mengonsumsi lemak sama sekali, kadar HDL tentu akan menurun drastis. Ini dapat membuat sisa-sisa lemak dalam pembuluh darah mungkin akan menumpuk. Bila penumpukan tersebut terjadi di pembuluh darah jantung, risiko penyakit jantung koroner dan serangan jantung akan meningkat berkali-kali lipat.⁽²²⁾

d. Kecukupan karbohidrat dari menu yang disajikan

Dari tabel 10, kecukupan karbohidrat untuk makan pagi pada kelompok usia 10-18 tahun dan kelompok usia 30-64 tahun mengalami defisit yaitu <90% dari AKG. Kecukupan karbohidrat dari

menu yang didapatkan yaitu 30.96 gr. Sedangkan kecukupan rata-rata karbohidrat yang seharusnya untuk kelompok usia 10-18 tahun yaitu 90.82 gr dan untuk kelompok usia 30-64 tahun yaitu 86.5 gr. Hasil penelitian Sudrajat, dkk yang menunjukkan bahwa tingkat kecukupan karbohidrat dalam kategori defisit yaitu 55,8% dari AKG.⁽²¹⁾

Defisiensi karbohidrat jangka panjang dapat menyebabkan tubuh kekurangan serat, vitamin, dan mineral. Akibatnya, berbagai masalah kesehatan pun mengintai karena tubuh tidak mendapatkan gizi cukup seperti lemas dan lesu, konstipasi, sakit kepala.⁽²³⁾

e. Kecukupan zat gizi makro dari menu satu hari yang disajikan

Dari tabel 11, kecukupan zat gizi makro dari menu satu hari untuk energi, protein, dan karbohidrat pada setiap kelompok usia mengalami defisit yaitu <90% dari AKG. Dan kecukupan lemak pada setiap kelompok usia berada pada rentang 86,7% - 147.4% dari AKG.

Hal ini dikarenakan bahan makanan yang akan diolah seadanya dengan dana yang sangat terbatas dan kurangnya pengetahuan tenaga pengolah makanan dalam mengolah bahan makanan menjadi lebih bervariasi dan bernilai gizi tinggi. Kontribusi makanan selingan/ *snack* juga berpengaruh sebesar 20% untuk pagi dan siang. Porsi yang disajikan tidak sesuai dengan standar porsi seperti beras 1 porsi 140 gr sedangkan yang seharusnya 50 gr, 1 porsi udang didapat 24,7 gr sedangkan yg seharusnya diberikan 35 gr. Penyebab lainnya juga pada pemilihan bahan makanan yang kurang tepat seperti pemilihan antara

tahu dan tempe. Frekuensi yang sering digunakan yaitu tahu sedangkan protein nabati tertinggi ada di tempe.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dari menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang, dapat disimpulkan:

1. Menu yang disajikan masih belum sesuai dengan prinsip gizi seimbang
2. Kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) pada menu makan pagi, menu makan siang, menu makan malam dan menu satu hari bahan makanan dari menu yang disajikan masih belum tercukupi dari yang seharusnya yaitu <90% dari angka kecukupan gizi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan keterangan atau uraian yang dipaparkan di atas peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Dalam perancangan menu berdasarkan dengan kebutuhan anak dan jumlah yang dilayani.
2. Sebaiknya pengelola panti asuhan melakukan pembelian bahan makanan sesuai dengan perhitungan yang disarankan.
3. Melakukan monitoring dan evaluasi pada saat proses pengolahan makanan sampai proses distribusi makanan.
4. Bagi peneliti selanjutnya melakukan penelitian mengenai asupan anak asuh di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Bakri Bachyar, dkk. Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. 2018: 11
2. Christina Sembiring A, Helena Dua Nita M, Nur A, Sulastri Loaloka Program Studi Gizi M, Kemenkes Kupang Jalan Kartini PR, Lima K, et al. Analisis Sistem Penyelenggaraan Makanan, Pola Makan, Tingkat Konsumsi Zat Gizi Dan Status Gizi Anak Di Panti Asuhan Sonaf Maneka. Kupang. 2021
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Angka Kecukupan Gizi (AKG). Jakarta 2019
4. Siahaan VS. Hubungan Kecukupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Anak Smp Yang Tinggal Di Panti Asuhan. Univ Negeri Medan. 2022;(2504):1–9.
5. Hardinsyah, dkk. Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Buku Kedokteran EGC. Jakarta. 2018
6. Bakri Bachyar, dkk. Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. 2018:4-5
7. Bakri Bachyar, dkk. Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. 2018: 16
8. Wayansari L, dkk. Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. 2018:2-372
9. Bakri Bachyar, dkk. Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. 2018: 142
10. Hardiansyah, dkk. Metode Penimbangan *Food Weighing*. Jakarta. 2014:151–2.
11. Sirajuddin, Surmita AT. Survey Konsumsi Pangan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018;32–44.
12. Sediaoetama DAD. Ilmu Gizi.pdf. Jakarta: PT.Dian Rakyat; 1987. p. 244.
13. Laksmi Angkasawani Putri. Tinjauan Pola Menu Dan Frekuensi Penggunaan Bahan Makanan Di Panti Asuhan Anak Balita Tegal Krapyak Bantul. 2019;2–3.
14. Pratiwi Zid. Gambaran Penyelenggaraan Makanan Di Panti Asuhan Putri

- Aisyiyah Muhammadiyah. Kupang. 2019;2(1):1–19.
15. Rabbani Ah. Pengaruh Penerapan Menu Seimbang Terhadap Daya Terima Dan Analisis Biaya Makan Santriwati Di Madrasah Tarbiyah Islamiyah Canduang. Agam. 2021.
 16. Putri A. Ilmu Gizi. Nuha Medika. Yogyakarta. 2017
 17. Almtsier S. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 2010: 8-9
 18. Tanjung, Eva Elisna. Gambaran Perencanaan Menu Makanan dan Pola Konsumsi Makanan yang Disajikan serta Status Gizi Anak di Panti Asuhan Aceh Sepakat Yayasan Darul Aitam Kelurahan Sukaramai. Kecamatan Medan Area. 2017
 19. Erastus Mosha, Ruíz AAB. Bagaimana Gambaran Kesesuaian Siklus Menu, Besar Porsi, Tingkat kecukupan Energi dan Protein pada Remaja di Panti Asuhan Baitul Falah. Semarang. 2018
 20. Permatasari, Erisa. Hubungan Antara Kecukupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Pada Anak di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah. Surakarta. 2018
 21. Fiamanatillah,dkk. *Contributions of School Nutrients and Nutritional Adequacy to Student Nutritional Status at Al-Furqan School*. Jember
 22. Gunardi, Alberta Jesslyn. Dampak kekurangan lemak bagi tubuh. Jakarta. 2020
 23. Azmi,Nabilla. Kekurangan karbohidrat dan bahayanya bagi tubuh. Jakarta. 2021
 24. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Gizi saat remaja tentukan kualitas keturunan. Jakarta. 2020.
 25. Putri R E. Pengelolaan Panti Asuhan Aisyiyah Padang. Universitas Islam Negeri Imam Bonjol. Padang. 2017

LAMPIRAN

1. Identifikasi kebutuhan konsumen dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

- a. Jumlah anak asuh : 30 orang
- b. Jumlah pengurus yang ikut makan : 5 orang
- c. Kelompok usia : 10 – 64 tahun
- d. Rujukan : AKG 2019
- e. Jenis kelamin : laki-laki dan perempuan

Lampiran 1 Identifikasi kebutuhan konsumen dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Jenis kelamin	Golongan umur	Jumlah (org)	Kecukupan energi (kkal)	Org x kec. Energi	Kec. Protein (gr)	Org x kec. Protein	Kec. Lemak (gr)	Org x kec.lemak	Kec.KH (gr)	Org x kec KH
Laki-laki	10-12 thn	1	2000	2000	50	50	65	65	300	300
	13-15 thn	20	2400	48000	70	1400	80	1600	350	7000
	16-18 thn	9	2650	23850	75	675	85	765	400	3600
	Total	30		73850		2125		2430		10900
	Kecukupan rata-rata kelompok usia 10-18 tahun				2461.6		70.8		81.0	
Laki-laki	30-49 thn	2	2550	5100	65	130	70	140	415	830
	50-64 thn	1	2150	2150	65	65	60	60	340	340
Perempuan	50-64 thn	2	1800	3600	60	120	50	100	280	560
	Total	5		10850		315		300		1730
	Kecukupan rata-rata kelompok usia 30-64 tahun				2170		63		60	346

2. Pola menu seimbang dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Lampiran 2 Pola menu seimbang dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Hari ke-	Menu makan pagi	Menu makan siang	Menu makan malam
7	Makanan pokok Lauk hewani Sayuran	Makanan pokok Lauk hewani Sayuran	Makanan pokok Lauk hewani Sayuran

3. Master menu dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Lampiran 3 Master menu dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Hari ke-	Menu makan pagi	Menu makan siang	Menu makan malam
7	Indomie kuah	Nasi Ikan patin balado Tumis kangkung	Nasi Ikan patin balado Tumis kangkung

4. Frekuensi bahan makanan dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Lampiran 4 Frekuensi bahan makanan dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Kelompok bahan makanan	Jenis bahan makanan	Frekuensi
Makanan pokok	Beras	2 x
	Mie	1 x
Lauk hewani	Ikan patin	2 x
Sayuran	Kangkung	2 x

5. Hasil penimbangan berat bahan mentah makanan dari menu 1 hari yang disajikan

Lampiran 5 Hasil penimbangan berat bahan mentah makanan dari menu 1 hari yang disajikan

Bahan makanan	BK	BDD	BB	E (kkal)	P (gr)	L (gr)	KH (gr)
Makan pagi							
Indomie			2520	1806.9	176.4	277.2	1083.6
Makan siang & malam							
Beras			9827	35465.5	658.4	59	7812.5
Ik.patin	4782	75%	3587	1131.7	609.8	236.7	39.5
Cabe	1619		1376	371.6	13.8	4.1	79.8
Kentang	838		712	662	14.2	0.7	153.8
Bamer	523		470.7	207	6.6	0.9	48
Minyak			2000	17241.9	0	2000	0
Kangkung	2221	60%	1352	203.6	31.1	2.7	28.4

6. Analisis zat gizi dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Lampiran 6 Analisis zat gizi dari menu 1 hari di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Bahan makanan	Berat	BB	E (kkal)	P (gr)	L (gr)	KH (gr)
Makan pagi						
Indomie	72	2520	51.6	5.0	7.9	30.9
Makan siang						
Beras	140.3	9827	506.6	9.4	0.8	111.6
Ik.patin	51.2	3587	16.16	8.7	3.3	0.5
Cabe	19.6	1376	5.3	0.1	0.0	1.1
Kentang	10.1	712	9.4	0.2	0.0	2.19
Bamer	6.7	470.7	2.9	0.0	0.0	0.6
Minyak	28.5	2000	246.3	0	28.5	0
Kangkung	19.3	1352	2.9	0.4	0.0	0.4
Total 2			789.56	18.8	32.6	116.39
Makan malam						
Beras	140.3	9827	506.6	9.4	0.8	111.6
Ik.patin	51.2	3587	16.16	8.7	3.3	0.5
Cabe	19.6	1376	5.3	0.1	0.0	1.1
Kentang	10.1	712	9.4	0.2	0.0	2.19
Bamer	6.7	470.7	2.9	0.0	0.0	0.6
Minyak	28.5	2000	246.3	0	28.5	0
Kangkung	19.3	1352	2.9	0.4	0.0	0.4
Total 3			789.56	18.8	32.6	116.39
Total keseluruhan			1630.72	42.6	73.1	263.68
Standar			2420	69.71	78	360.85
Persentase(%)			67.3	61.1	93.7	73.0

7. Daftar belanja dari menu 1 hari setelah disesuaikan dengan gizi seimbang

Lampiran 7 Daftar belanja dari menu 1 hari setelah disesuaikan dengan gizi seimbang

Bahan makanan	BDD (%)	Berat kotor (gr)	Berat bersih (gr)	Berat untuk 1 porsi (gr)		Harga satuan(Rp.)	Indeks harga bahan makanan untuk 35 orang(Rp.)	Harga bahan makanan untuk 1 porsi/orang(Rp.)
				BK (gr)	BB (gr)			
Indomie kuah rasa kari	-	2520 (35 bungkus)	2520 (35 bungkus)	72	72	3.000/bungkus	105.000,00	216,00
Beras kuruik kusuik	100	11.750	11.750	50	50	150.000/10 kg	150.000,00	7.500,00
Ikan patin ukuran sedang	75	5.573	4.180	53.3	40	28.000/kg	156.044,00	1.484,00
Sayur kangkung	60	18.000 (18 ikat)	10.800	167	100	4.000/ikat	72.000	668,00
Minyak goreng merek tawon	100	1.000	1.000	5	5	18.000/1 kg	18.000,00	90,00
Total							501.044,00	9.958,00

8. Surat penelitian

Lampiran 8 Surat izin penelitian dan surat penerimaan penelitian

<p>KEMENTERIAN KESEHATAN RI DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN PADANG</p> <p>Nomor : KH.0010.0/2023/002 Padang, 21 Desember 2023 Lampiran : - Perihal : <u>Mohon Info Penelitian</u></p> <p>Kepada Yth: Pengurus Panti Asuhan Yatim PGAI Padang di: <u>Jember</u></p> <p>Dengan hormat,</p> <p>Selamat siang dengan persahabatan Tuhan Allah sebagai pernyataan bagi mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Kesehatan Gigi anak, menyelesaikan penelitiannya pada (di)Panti asuhan yatim yang bersangkutan, untuk melakukan penelitian yang bertajuk sebagai berikut: <u>Gangguan Karotid dan Gula Merah pada Anak dari Desa Sanguluhua di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023</u></p> <p>Topik Penelitian : <u>Gangguan Karotid dan Gula Merah pada Anak dari Desa Sanguluhua di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023</u></p> <p>Tujuan Penelitian : <u>Panti Asuhan Yatim PGAI Padang</u></p> <p>Waktu : <u>Desember 2023 s.d Januari 2024</u></p> <p>Orang-orang tua, Kami mohon dipertimbangkan untuk kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian di tempat yang dipertimbangkan.</p> <p>Diharapkan kami sekiranya, akan perhatian dan kebijaksanaan untuk tanggapan Terima Kasih.</p> <p>Ditandatangani dan Stempel: Kepala Politeknik Kesehatan Padang H. Johandi, S.Pd, M. Kes, Sp. Jca NIP. 19724328199012001</p> <p>Terselamat, 1. Anji</p>	<p>PANTI ASUHAN YATIM PGAI Alamat Jalan DSI, Jl. Abdulkah-Ahmad No.4 Telp. 075138017 Padang-25121 E-Mail: panti.asuhan.yatim.pgai@gmail.com Kontak-Fax 22121 padang</p> <p><u>SURAT IZIN PENGAMBILAN DATA</u> Nomor: PAFAY-PGAI/01/2023</p> <p>Yang berkepentingan ditandatangani Pengurus Panti Asuhan Yatim PGAI Padang: Nama : H. Johandi, S.Pd, M. Kes, Sp. Jca, MA, Kepala Jabatan : Kepala Dengan ini menerangkan bahwa: Nama : <u>Nadya Yuli Anji</u> NIM : <u>20210105</u> Pekerjaan : <u>Mahasiswa</u></p> <p>Dengan ini memberitahukan kepada saudara sebagaimana yang tertera di atas untuk Pengambilan Data di Panti Asuhan Yatim PGAI untuk kepentingan penelitian skripsi/ tugas akhir.</p> <p>Demikianlah surat keterangan ini kami sampaikan semoga dapat di pertanggungjawabkan dengan baik.</p> <p>Padang, 2 Januari 2023 Panti Asuhan Yatim PGAI Kepala H. Johandi, S.Pd, M. Kes, Sp. Jca, MA, Kepala</p> <p>CS Dipindai dengan CamScanner</p>
<p>Surat izin penelitian</p>	<p>Surat penerimaan penelitian</p>

9. Dokumentasi

Lampiran 9 Dokumentasi



10. Siklus menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Lampiran 10 Siklus menu yang disajikan di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

Hari	Menu pagi	Menu siang	Menu malam
1	Mie goreng Telur dadar Timun	Nasi Udang goreng balado Tahu goreng Tumis buncis	Nasi Ikan baledang balado Tahu goreng Bening bayam
2	Nasi goreng Telur mata sapi kerupuk	Nasi Udang goreng balado Tahu goreng Tumis buncis	Nasi Ikan baledang balado Tahu goreng Bening bayam
3	Nasi Teri ball	Nasi Ikan mujair goreng + sambal Tahu goreng Tumis kangkung	Nasi Ikan mujair goreng + sambal Tahu goreng Tumis kangkung Kerupuk
4	Bihun goreng Telur dadar Tahu goreng Ketimun Kerupuk	Nasi Ayam goreng balado Tahu goreng Tumis buncis wortel	Nasi Telur goreng balado Tahu goreng Tumis buncis wortel Buah pisang
5	Roti + susu	Nasi Ikan lele goreng Tahu goreng Tumis kangkung	Nasi Ikan teri balado Tempe goreng
6	Lontong gulai japan + telur rebus	Nasi Ikan mujair goreng + sambal Tahu goreng Tumis kangkung	Nasi Ikan mujair goreng + sambal Tahu goreng Tumis kangkung
7	Indomie kuah	Nasi Ikan patin balado Tumis kangkung	Nasi Ikan patin balado Tumis kangkung



11. Kuisisioner

Lampiran 11 Kuisisioner

- Gambaran Umum
 - Nama Panti Asuhan :
 - Alamat Panti Asuhan :
 - Status Kepemilikan :
 - Visi Dan Misi :
 - Struktur Organisasi :
 - Jumlah anak asuh :
 - Jumlah karyawan :
 - Tenaga pengasuh :
- Kuisisioner
 1. Sistem pengadaan bahan makanannya dilakukan setiap brp kali?
 2. Apakah ada penyimpanan bahan makanan?
 3. Bagaimana menu yg disajikan(siklus menu brp kali, variasi menu)?
 4. Apakah pengolah makanan memakai Alat Pelindung Diri?
 5. Apakah ada pengawasan khusus thd pengolahan makanan?
 6. Waktu distribusi makanan?
 7. Sistem pembagian makanan ke siswanya seperti apa?
 8. kondisi lantai, dinding dr ruang pengolahan baik.
 9. Pengolahan makanan dilakukan berapa kali dalam sehari?
 10. Seperti apa pembelian bahan makanan yang akan diolah?

12. Kartu konsultasi pembimbing

Lampiran 12 Lembar konsultasi pembimbing

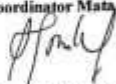



**KARTU KONSULTASI
PENYUSUNAN PROPOSAL TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI D-III GIZI
POLTEKKES KEMENKES PADANG TAHUN 2022**

NAMA	Nadiya Yasfi Ardi
NIM	202110105
JUDUL TUGAS AKHIR	Gambaran Kecukupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak Dan Karbohidrat) Anak Asuh Dari Menu Yang Disajikan Di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023
PEMBIMBING 1	Irma Eva Yani, SKM, M.Si

NO	HARI/ TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMBIMBING
1	Kamis/ 22 Desember 22	konsultasi sebelum melakukan penelitian.	mempersiapkan perincian dan kerangka penelitian.	<i>[Signature]</i>
2	Jumat/ 5 Mei 2023	konsultasi mengenai hasil penelitian.	memperbaiki DA, dan membuat hasil penelitian.	<i>[Signature]</i>
3	Jumat/ 12 Mei 2023	konsultasi tabel hasil penelitian	menyebut tabel yang sejalan karena dan mudah dipahami	<i>[Signature]</i>
4	Rabu/ 17 Mei 2023	konsultasi BAB IV	memperbaiki penulisan ketertarikan tabel hasil	<i>[Signature]</i>
5	Jumat/ 19 Mei 2023	konsultasi BAB IV	memperbaiki penulisan hasil yg telah dijumlahkan.	<i>[Signature]</i>
6	Senin/ 22 Mei 2023	Konsultasi BAB V	menyebut kesimpulan berdasarkan tujuan khusus.	<i>[Signature]</i>
7	Rabu/ 24 Mei 2023	Konsultasi BAB I - BAB V	memperbaiki abstrak.	<i>[Signature]</i>
8	Senin/ 29 Mei 2023	ACC / UPT		<i>[Signature]</i>


Koordinator Mata Kuliah,



Husneli, DCN, M.Biomed
NIP. 19630719 198803 2 003

Padang, 2023

Ka. Prodi D-III Gizi



Dr. Hermita Basu Umar, SKM, MKM
NIP. 19690129 199203 2 002

Dipindai dengan CamScanner



**KARTU KONSULTASI
PENYUSUNAN PROPOSAL TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI D-III GIZI
POLTEKES KEMENKES PADANG TAHUN 2022**



NAMA	Nadiya Yasfi Ardi
NIM	202110105
JUDUL TUGAS AKHIR	Gambaran Kecukupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak Dan Karbohidrat) Anak Asuh Dari Menu Yang Disajikan Di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang Tahun 2023
PEMBIMBING 2	Sri Damingsih, S.Pd, M.Si

NO	HARI/ TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMBIMBING
1	Kamis / 22 Desember 2022	Konsultasi mengenai penelitian yg akan dilakukan.	Memperbaiki format penelitian dan teknik penelitian.	
2	Jumat / 05 Mei 2023	Konsultasi mengenai hasil penelitian.	Memperbaiki DA, jarak foto, tabel hasil.	
3	Jumat / 12 Mei 2023	Konsultasi mengenai BAB IV	Memperbaiki dan menambahkan literatur.	
4	Rabu / 17 Mei 2023	Konsultasi mengenai BAB IV	Melengkapi lebih dan penulisan ditambahi.	
5	Jumat / 19 Mei 2023	Konsultasi mengenai Penulisan.	memperbaiki jarak antara kalimat menjadi rapi.	
6	Senin / 22 Mei 2023	Konsultasi mengenai Penulisan	Membuat abstrak, ringkasan Abstrak, Paragraf latar/BAB	
7	Kamis / 25 Mei 2023	Konsultasi mengenai BAB II	menyempurnakan abstrak dan Revisikan dengan tujuan dan abstrak dimunculkan	
8	Jumat / 26 Mei 2023		gsc	

Padang, 2023

Koordinator Mata Kuliah,

Hasneli, DCN, M.Biomed
NIP. 19630719 198803 2 003

Ka. Prodi D-III Gizi

Dr Hermita Bus Umar SKM, MKM
NIP. 19690529 199203 2 002

13. Struktur organisasi

Lampiran 13 Struktur organisasi di Panti Asuhan Yatim PGAI Padang

