

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyelenggaraan Makanan

1. Pengertian

Penyelenggaraan makanan merupakan kegiatan sistem yang terintegrasi, terkait satu dengan lainnya. Penyelenggaraan makanan institusi dan industri adalah program terpadu yang terdiri atas perencanaan, pengadaan, penyimpanan, pengolahan bahan makanan dan penyajian atau penghidangan makanan dalam skala besar (PGRS 2013).

Penyelenggaraan makanan adalah rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan kepada konsumen dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian makanan yang tepat dan termasuk kegiatan pencatatan, pelaporan, dan evaluasi (Depkes 2013).

Penyelenggaraan makanan (food service) adalah sebuah sistem, tetapi juga dapat menjadi sub sistem dari sistem yang lebih besar. Masing-masing sub sistem juga mempunyai unsur-unsur yang saling terkait untuk mencapai tujuan tertentu. Sub sistem tersebut antara lain: input, proses, penerapan higiene sanitasi, control, feed back dan environment. Masing-masing sub sistem memiliki unsur yang saling bekerja sama dalam menjalankan tugas dan kegiatan masing-masing secara baik sehingga dapat menghasilkan makanan yang bermutu tinggi dan mencapai kepuasan konsumen yang dilayani. Contohnya sebuah restoran atau rumah makan atau jasa boga/katering adalah sebuah sistem yang berdiri sendiri, sedangkan instalasi gizi adalah bagian (subsistem) dari rumah sakit secara keseluruhan (Uji kesukaan, dkk 2018).

2. Tujuan

Penyelenggaraan makanan memiliki tujuan agar konsumen merasa puas. Kepuasan konsumen merupakan titik awal tumbuhnya

loyalitas pelanggan sehingga penting untuk mengetahui penilaian terhadap kepuasan (Tjahyadi, 2006).

Tujuan penyelenggaraan makanan institusi adalah menyediakan makanan yang berkualitas baik, bervariasi, memenuhi kecukupan gizi, dapat diterima dan menyenangkan konsumen dengan memerhatikan standar higiene dan sanitasi yang tinggi termasuk macam peralatan dan sarana yang digunakan (Rotua dan Siregar, 2015).

Tujuan dari kegiatan pelayanan makanan adalah untuk memuaskan klien atau konsumen dengan menu yang disajikan dan mempunyai keinginan untuk kembali lagi menikmati hidangan yang telah kita sajikan (lastmi wayansari, dkk, 2018).

3. Klasifikasi

Menurut Rotua dan Siregar, 2015 dalam bukunya yang berjudul Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi Dasar, penyelenggaraan makanan institusi terdiri dari 3 macam yaitu:

- a) Penyelenggaraan makanan institusi yang berorientasi pada keuntungan (bersifat komersial). Penyelenggaraan makanan ini dilaksanakan untuk mendapat keuntungan yang sebesar-besarnya. Bentuk usaha ini seperti restaurant, snack, bars, cafeteria, catering. Usaha penyelenggaraan makanan ini tergantung pada bagaimana menarik konsumen sebanyak-banyaknya dan manajemennya harus bisa bersaing dengan penyelenggaraan makanan yang lain.
- b) Penyelenggaraan makanan institusi yang berorientasi pelayanan (bersifat nonkomersial). Penyelenggaraan makanan ini dilakukan oleh suatu Instansi baik dikelola pemerintah, badan swasta ataupun yayasan sosial yang tidak bertujuan untuk mencari keuntungan. Bentuk penyelenggaraan ini biasanya berada didalam satu tempat yaitu asrama, panti asuhan, rumah sakit, perusahaan, lembaga kemasyarakatan, sekolah dan lain lain.

Frekuensi makan dalam penyelenggaraan makanan yang bersifat non komersial ini 2-3 kali dengan atau tanpa selingan. Berbeda dengan penyelenggaraan makanan komersial, penyelenggaraan makanan institusi non-komersial berkembang sangat lambat. Keterbatasan dalam penyelenggaraan makanan institusi non-komersial seperti pelayanan yang tidak terlatih dan biaya serta peralatan yang terbatas menyebabkan penyelenggaraan makanan institusi non-komersial lambat dalam mengalami kemajuan. Hal ini yang menyebabkan penyelenggaraan makanan di berbagai institusi seperti panti asuhan, lembaga permasyarakatan, bahkan di asrama-asrama pelajar selalu terkesan kurang baik.

- c) Penyelenggaraan makanan institusi yang bersifat semi komersial. Semi komersial adalah organisasi yang dibangun dan dijalankan bukan hanya untuk tujuan komersial, tetapi juga untuk tujuan sosial (masyarakat yang kurang mampu).

Lebih lanjut Bachyar, dkk (2018). penyelenggaraan makanan institusi berdasarkan sifat dan tujuannya, dibagi menjadi 2 (dua) kelompok utama, yaitu: kelompok institusi yang bersifat non atau semi komersial (service oriented) dan kelompok institusi yang bersifat komersial (profit oriented). Kelompok institusi yang bersifat service oriented antara lain: (1) pelayanan kesehatan, (2) sekolah, (3) asrama, (4) institusi sosial, (5) institusi khusus, dan (6) darurat. Sedangkan kelompok institusi yang bersifat profit oriented adalah: (1) transportasi, (2) industri, dan (3) komersial.

Berdasarkan jenis konsumennya, penyelenggaraan makanan dapat diklasifikasi kan menjadi 9 kelompok institusi, antara lain:

- a) Penyelenggaraan Makanan pada Pelayanan Kesehatan.
- b) Penyelenggaraan Makanan Anak Sekolah/School Feeding.
- c) Penyelenggaraan Makanan Asrama.
- d) Penyelenggaraan Makanan Di Institusi Sosial.
- e) Penyelenggaraan Makanan Institusi Khusus.

- f) Penyelenggaraan Makanan Darurat.
- g) Penyelenggaraan Makanan Industri Transportasi.
- h) Penyelenggaraan Makanan Industri Tenaga Kerja.
- i) Penyelenggaraan Makanan Institusi Komersial.

Berdasarkan tipe produksi dan cara pelayanannya, maka sistem penyelenggaraan makanan dapat dikelompokkan menjadi 4 tipe, yaitu: (1) tipe conventional, (2) tipe commissary, (3) tipe ready prepared, dan (4) tipe assembly/serve (Spears, 2006). Perbedaan masing-masing tipe didasarkan pada:

- a) Cara pengadaan bahan makanan, termasuk tipe bahan makanan yang digunakan.
- b) Tempat makanan dipersiapkan dan hubungannya dengan tempat penyajian.
- c) Jangka waktu antara pengolahan dan penyajian.
- d) Bentuk dan cara penjualan atau pelayanan makanan.
- e) Metode pengolahan makanan (Persiapan dan pemasakan).
- f) Jumlah dan macam tenaga kerja.
- g) Jenis dan jumlah peralatan yang diperlukan.
- h) Tipe bahan makanan yang digunakan.

B. Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit

1. Pengertian

Suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan kepada konsumen, dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian diet yang tepat (Depkes RI, 2006).

penyelenggaraan makanan rumah sakit adalah suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan kepada pasien (Ratna, 2009).

Penyelenggaraan makanan yang dilakukan di rumah sakit merupakan suatu cara untuk membantu dan mempercepat proses penyembuhan pasien, yang berarti pula memperpendek lama hari rawat,

sehingga dapat menghemat biaya pengobatan. pasien membutuhkan asupan zat gizi sesuai dengan kondisi atau kebutuhan tubuh pasien. Selain dari obat, pengaturan diet juga diperlukan pasien untuk penyembuhan yang optimum (Daniella, dkk, 2017)

2. Tujuan

Kemenkes tahun 2013 dalam skripsi putri. A tahun 2018 tujuan penyelenggaraan makanan di rumah sakit adalah untuk menyediakan makanan yang kualitasnya baik dan jumlahnya sesuai dengan kebutuhan pasien serta layak dan memadai bagi pasien. Sasaran penyelenggaraan makanan di rumah sakit terutama pasien yang rawat inap. Sesuai dengan kondisi rumah sakit dapat juga dilakukan penyelenggaraan makanan rumah sakit meliputi produksi dan distribusi makanan.

Penyelenggaraan makanan di rumah sakit bertujuan menyediakan makanan yang sesuai bagi orang sakit yang dapat menunjang penyembuhan penyakitnya. Kadang-kadang beberapa rumah sakit juga menyediakan pelayanan bagi karyawan dan pengunjungnya. Pelayanan ini seharusnya terpisah dari pelayanan makanan bagi orang sakit (pasien), mengingat makanan bagi orang sakit lebih kompleks dan memiliki pelaksanaan administrasi yang berbeda (Bakrie, 2018).

Ada beberapa tujuan dan karakteristik penyelenggaraan makanan rumah sakit menurut Bachyar (2018) diantaranya:

A. Tujuan Penyelenggaraan Makanan di rumah Sakit

- 1) Menyediakan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi pasien dalam upaya mempercepat penyembuhan penyakit serta memperpendek masa rawat.
- 2) Menyediakan makanan bagi karyawan rumah sakit untuk memenuhi kebutuhan gizi selama bertugas.
- 3) Mencapai efektivitas dan efisiensi penggunaan biaya makanan secara maksimal.

B. Karakteristik penyelenggaraan makanan rumah sakit adalah:

- 1) Kebutuhan bahan makanan sangat dipengaruhi oleh jenis diet pasien dan jumlahnya berubah sesuai dengan jumlah pasien.
- 2) Standar makanan ditetapkan khusus untuk kebutuhan orang sakit sesuai dengan penyakitnya kebijakan rumah sakit.
- 3) Frekuensi dan waktu makan, macam pelayanan dan distribusi makanan dibuat sesuai dengan peraturan rumah sakit.
- 4) Makanan yang disajikan meliputi makanan lengkap untuk kebutuhan satu hari dan makanan selingan.
- 5) Dilakukan dengan menggunakan kelengkapan sarana fisik, peralatan, dan sarana penunjang lain sesuai dengan kebutuhan untuk orang sakit.
- 6) Menggunakan tenaga khusus di bidang gizi dan kuliner yang kompeten

C. Dewasa

1. Pengertian

Dewasa merupakan suatu keadaan bergerak maju kearah menuju kesempurnaan. Secara fisik, dewasa adalah tumbuh menjadi kuat dan ukuran yang sempurna. Dewasa ditandai dengan kemandirian (tidak bergantung lagi dengan orang lain), mampu membuat keputusan dan memandang sesuatu dari banyak sudut. Dilihat dari segi psikologinya, orang dewasa sudah memikirkan masa depan, menentukan karier, dan masa usia yang matang, masa penentuan kehidupan, prestasi kerja di masyarakat, dan masa jaya, serta sudah bisa menikmati hasil perjuangan.

Tahapan dewasa dibagi menjadi tiga, yaitu dewasa awal, dewasa menengah, dewasa akhir. Dewasa awal dimulai sejak seseorang berusia 21 atau 22 tahun sampai dengan 35 tahun yang ditandai dengan produktivitas tinggi, komitmen hidup, perubahan nilai, penyesuaian diri dengan cara hidup dan penuh kreativitas. Dewasa menengah dimulai dari usia 36 sampai dengan 45 tahun yang ditandai dengan masa pencapaian sukses seseorang, masa berprestasi, dan masa transisi. Sedangkan dewasa akhir dimulai dari usia 46 sampai dengan 60 tahun yang

ditandai dengan penurunan kondisi fisik dan mulai mengalami masalah kesehatan.

Umumnya, status kesehatan pada usia ini baik bila dijaga dengan baik pula. Usia pertengahan ini merupakan masa yang sangat penting untuk pendidikan dan pemeliharaan kesehatan guna mencegah atau menunda terjadinya penyakit kronis/degeneratif di usia lanjut. (susilowati, kuspriyanto, 2016).

2. Masalah gizi pada orang dewasa

a) Gizi kurang

1). Kurang energi protein (KEP)

KEP bukan hanya banyak diderita oleh kelompok anak usia dibawah lima tahun, tetapi juga dapat diderita oleh kelompok usia dewasa. Kondisi ini biasanya ditandai dengan menurunnya berat badan, terutama disebabkan oleh kurangnya asupan makanan dalam jangka waktu lama atau akibat penyakit yang diderita. KEP diderita pula oleh pengguna narkoba. KEP akan menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit infeksi. KEP dapat disebabkan oleh kemiskinan, aktivitas yang berlebihan, tidak sempat meluangkan waktu untuk makan, pemilihan makan yang salah, absorpsi zat giziz yang tidak baik, nafsu makan rendah, depresi/stres, penyakit infeksi, seperti diare yang berkepanjangan, infeksi cacing, dan gangguan kesehatan lain yang mempengaruhi nafsu makan. Faktor KEP pada akhirnya akan memengaruhi produktivitas kerja dan kualitas hidup. Penanganan KEP perlu dilakukan secara bertahap dan komprehensif dengan makanan tinggi energi dan protein sesuai dengan kebutuhan untuk menambahkan berat badan secara bertahap.

2). Anemia Gizi Besi (AGB)

Kekurangan mineral besi dalam tubuh menyyyebabkan gejala 4 L (lesu, lelah, letih, lemah) sebagai gejala

anemia. Kekurangan ini bisa karena kekurangan asupan makanan sumber zat besi atau penyakit, seperti malaria, infeksi cacing, dan gangguan patologis. Kekurangan mineral lain mungkin saja berpengaruh terhadap pembentukan hemoglobin darah. Anemia lebih banyak diderita oleh perempuan karena secara biologis setiap bulannya mengalami menstruasi. Pada penderita anemia, selain harus memperhatikan asupan bahan makanan sumber zat besi, juga perlu penambahan suplemen pil besi pada kelompok yang rawan menderita anemia.

b) Gizi lebih

1). Kegemukan

Kegemukan merupakan salah satu risiko terjadinya penyakit kardiovaskular, satu diantara penyakit degeneratif yang menduduki tempat nomor satu penyebab kematian di Indonesia. Dari berbagai penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dislipidemia, diabetes mellitus, hipertensi, dan obesitas dengan PJK (penyakit jantung kronis). Kegemukan atau obesitas terjadi karena konsumsi makanan yang melebihi kebutuhan Angka Kecukupan Gizi (AKG) per hari tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik yang memadai. Bila kelebihan ini terjadi dalam jangka waktu yang lama dan tidak diimbangi dengan aktivitas yang cukup untuk membakar kelebihan energi tersebut akan diubah menjadi lemak yang ditimbun di dalam sel lemak dibawah kulit. Akibatnya, orang tersebut akan menjadi gemuk. Kegemukan memengaruhi umur rata-rata seseorang dan berisiko terjadinya penyakit degeneratif, seperti diabetes mellitus, hipertensi (tekanan darah tinggi), PJK, artritis, dan kanker (Susilowati, Kuspriyanto, 2016).

D. Makanan Biasa

1. Pengertian

Makanan biasa adalah makanan yang diberikan kepada pasien yang tidak memerlukan diet khusus berhubungan dengan penyakitnya. Susunan makanannya sama dengan makanan orang sehat/makanan sehari-hari yang beraneka ragam, bervariasi dengan bentuk, tekstur dan aroma yang normal, hanya tidak diperbolehkan makanan yang merangsang atau yang menimbulkan gangguan pencernaan. Standar ini mengacu pada pola menu seimbang dan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan bagi orang dewasa sehat.

2. Tujuan

Tujuan diet makanan biasa adalah memberikan makanan sesuai kebutuhan gizi untuk mencegah dan mengurangi kerusakan jaringan tubuh. Standar porsi yang berlaku untuk makanan biasa dan khusus mengacu pada Buku Penuntun Diet tahun 2010 tetapi untuk standar porsi makanan biasa standar rumah sakit disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan rumah sakit. Nilai gizi makanan biasa pada Buku Penuntun Diet tahun 2010 adalah energi 2146 kalori, protein 76 gram, lemak 59 gram dan karbohidrat 331 gram. Pemberian makanan pada orang sakit, pada prinsipnya harus memenuhi kebutuhan zat gizi yang disesuaikan dengan penyakit yang dideritanya. Hal ini berkaitan dengan perubahan fisiologis dan metabolisme dalam tubuh orang sakit. Dengan demikian pada kondisi khusus, pengaturan diet dan penyusunan menu dipersiapkan sesuai dengan jenis penyakit dan gejala untuk menunjang kesembuhan pasien (Kemenkes RI, 2013).

E. Pola Menu

1. Pengertian

Pola menu adalah susunan makanan yang dinikmati oleh seseorang untuk sekali makan atau sehari. Menu seimbang adalah menu yang terdiri dari beraneka ragam makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai sehingga memenuhi kebutuhan gizi seseorang guna pemeliharaan dan perbaikan sel tubuh dan proses kehidupannya.

pertumbuhan dan perkembangan (Almatsier, 2010). Pola menu yang baik adalah mengikuti pola menu seimbang yang sesuai dengan kebutuhan gizi bagi konsumen. Dengan demikian, maka hidangan yang disusun harus terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah (Bakrie,2013)

Susunan hidangan menu orang indonesia masih terpaku pada susunan menu tradisional yang sederhana. Susunan hidangan yang sederhana itu masih bertumpu pada makanan pokok yang berupa nasi. Dalam penyelenggaraan makanan institusi dibutuhkan waktu lama untuk menyusun menu. Menu yang lazim di semua daerah di indonesia umumnya terdiri dari hidangan yaitu :

- a. Hidangan makanan pokok pada umumnya yang terdiri dari nasi. Berbagai olahan masakan nasi yang sering digunakan seperti nasi kuning, nasi uduk, nasi tim. Disebut makanan pokok karena dari makanan inilah tubuh memperoleh sebagian besar zat gizi yang diperlukan oleh tubuh.
- b. Hidangan lauk-pauk merupakan masakan yang terbuat dari bahan makanan hewani dan nabati atau gabungan dari keduanya. Bahan makanan hewani yang dapat digunakan berupa daging sapi, kerbau atau unggas seperti ayam, bebek, burung dara. Selain itu bahan makanan hewani dapat juga berupa udang, ikan, kepiting atau berbagai jenis hasil laut lainnya. Lauk nabati biasanya berupa lauk pauk yang terbuat dari kacang-kacangan atau hasil olahan seperti tempe dan tahu. Bahan-bahan makanan itu dimasak dengan berbagai cara seperti masakan berkuah, masakan tanpa kuah, dipanggang, dibakar, digoreng atau jenis makanan lainnya.
- c. Hidangan berupa sayur mayur. Biasanya hidangan ini berupa makanan yang berkuah karena fungsi makanan ini sebagai pembasah nasi agar mudah ditelan. Hidangan sayur mayur dapat lebih dari satu macam masakan , biasanya terdiri dari gabungan masakan berkuah dan tidak berkuah.
- d. Hidangan yang terdiri dari buah-buahan , baik dalam bentuk buah-buahan segar atau buah-buahan yang telah diolah seperti setup atau sari buah. Hidangan ini berfungsi sebagai

penghilang rasa kurang sedap setelah makan sehingga diberi nama pencuci mulut (Moehyi, 1992)

F. Standar Porsi

1. Pengertian

Standar porsi adalah berat bersih bahan makanan (siap di masak) atau berat matang setiap jenis hidangan untuk satu orang atau untuk satu porsi. Standar porsi dibuat untuk kebutuhan perorang yang memuat jumlah dan komposisi bahan makanan yang dibutuhkan individu untuk setiap kali makan, sesuai dengan siklus menu dan standar makanan. Standar porsi digunakan pada bagian perencanaan menu, pengadaan bahan makanan, pengolahan dan distribusi. Standar porsi dalam berat mentah diperlukan pada persiapan bahan makanan, sedangkan standar porsi dalam berat matang diperlukan pada saat distribusi (Bakri, dkk 2018).

Standar porsi merupakan rincian macam dan jumlah bahan makanan dalam berat bersih mentah untuk setiap hidangan. Standar porsi dibuat untuk kebutuhan per orang yang didalamnya memuat jumlah dan komposisi bahan makanan yang dibutuhkan oleh individu untuk tiap kali makan, sesuai dengan siklus menu, kebutuhan serta kecukupan gizi individu. Penggunaan standar porsi ini tidak hanya pada unit pengolahan saja melainkan pada unit perencanaan menu, pembelian untuk penetapan spesifikasi bahan makanan, unit persiapan untuk menyeragamkan potongan bahan makanan, dan unit distribusi untuk proses pemorsian (Latsmi, dkk 2018)

2. Fungsi

Fungsi dari standar porsi adalah:

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

Pengawasan standar porsi dapat dilakukan dengan cara:

- Bahan makanan padat, pengawasan porsi dilakukan dengan penimbangan
- Bahan makanan cair atau setengah cair seperti susu dan bumbu digunakan gelas ukur/liter matt, sendok ukur atau alat ukur lain yang sudah distandarisasi atau bila perlu ditimbang
- Pemotongan bentuk bahan makanan yang sesuai untuk jenis hidangan dapat menggunakan alat-alat pemotong atau dipotong menurut petunjuk
- Memudahkan persiapan sayuran dapat diukur dengan kontainer/panci yang standar dan bentuk sama
- Mendapatkan porsi yang tetap harus menggunakan standar porsi dan standar resep.

Tabel 1. Standar Porsi Berdasarkan Kandungan Energi

No.	Golongan Bahan Makanan	Kandungan Energi (kkal)						
		1500	1700	2000	2200	2500	2800	3000
1.	Nasi	3	4	5	6	7	8	9
2.	Daging	3	3	3	3	3	4	4
3.	Tempe	3	3	3	3	3	3	3
4.	Sayur	2	2	2	2 ½	2 ½	2 ½	2 ½
5.	Buah	3	3	3	2	2	2	2
6.	Minyak	4	4	6	6	8	8	8
7.	Gula	1	1	2 ½	3	4	5	6

Sumber: Prinsip Dasar Ilmu Gizi (Almatsier, 2009)

Keterangan:

Nasi 1 porsi	= ¾ gelas	= 100 g	= 175 kkal
Daging 1 porsi	= 1 potong	= 50 g	= 95 kkal
Tempe 1 porsi	= 2 potong	= 50 g	= 80 kkal
Sayuran 1 porsi	= 1 gelas	= 100 g	= 50 kkal
Buah 1 porsi	= 1 potong (pepaya)	= 100 g	= 40 kkal
Minyak 1 porsi	= ½ sdm	= 5 g	= 45 kkal
Gula 1 porsi	= 1 sdm	= 10 g	= 40 kkal

G. Uji kesukaan pasien

1. Pengertian

Uji kesukaan makan adalah kesanggupan seseorang untuk menghabiskan makanan yang disajikan sesuai dengan kebutuhannya (Kurnia, 2010). Uji kesukaan makanan secara umum dapat dilihat dari jumlah makanan yang dikonsumsi dan uji kesukaan makanan juga dapat dinilai dari jawaban terhadap pertanyaan yang berhubungan dengan makanan yang dikonsumsi (Nur Chalida, 2012)

2. Faktor yang mempengaruhi tingkat kesukaan makanan dibagi menjadi dua yaitu :

A. Faktor Internal

1) Nafsu Makan

Nafsu makan biasanya dipengaruhi oleh keadaan kondisi seseorang. Pada umumnya bagi seseorang yang sedang dalam keadaan sakit, maka nafsu makannya akan menurun. Demikian pula sebaliknya, bagi seseorang dalam keadaan sehat, maka nafsu makannya akan baik.

2) Kebiasaan Makan

Kebiasaan makan konsumen dapat mempengaruhi konsumen dalam menghabiskan makanan yang disajikan. Bila makanan yang disajikan sesuai dengan kebiasaan makan konsumen, baik dalam susunan menu maupun besar porsi, maka pasien cenderung dapat menghabiskan makanan yang disajikan. Sebaliknya bila tidak sesuai dengan kebiasaan makan individu maka akan dibutuhkan waktu untuk penyesuaian (Mukrie, 1990).

3) Rasa Bosan

Rasa bosan biasanya timbul bila konsumen mengonsumsi makanan yang sama secara terus menerus atau mengonsumsi makanan yang sama dalam jangka waktu yang pendek, sehingga sudah hafal dengan jenis makanan yang disajikan. Rasa bosan juga dapat timbul bila suasana lingkungan pada saat makan tidak berubah. Untuk mengurangi rasa bosan tersebut selain meningkatkan

variasi menu juga perlu adanya perubahan suasana lingkungan pada saat makan (Moehyi, 1992).

B. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor makanan yang disajikan terutama yang menyangkut dengan kualitas makanan yang terdiri dari cita rasa makana. Cita rasa terjadi karena adanya rangsangan terhadap berbagai indra didalam tubuh manusia, terutama indra penglihatan, indra penciuman dan indra pengecap. Makanan yang mempunyai cita rasa tinggi adalah makanan yang disajikan dengan tampilan menarik, mempunyai bau yang sedap dan mempunyai rasa yang lezat (Winarno, 1992)

Cita rasa makanan terdiri dari penampilan makanan saat dihidangkan, rasa makanan saat dimakan, cara penyajian (Moehyi, 1992).

- Penampilan - Penampilan makanan terdiri dari :

a) Warna

Warna makanan memegang peran utama dalam penampilan makanan, warna makanan yang menarik dan tampak alamiah dapat meningkatkan cita rasa pada makanan. Oleh sebab itu dalam penyelenggaraan makanan harus mengetahui prinsip-prinsip dasar untuk mempertahankan warna makanan yang alami, baik dalam bentuk teknik memasak maupun dalam penanganan makanan yang dapat mempengaruhi warna makanan (Arifiati, 2000).

b) Bentuk

Untuk membuat makanan menjadi lebih menarik biasanya disajikan dalam bentuk-bentuk tertentu. Bentuk makanan yang menarik akan memberikan daya tarik tersendiri bagi setiap makanan yang disajikan (Aula Ellizabet, 2011).

Bentuk makanan tertentu yang disajikan dapat membuat makanan menjadi lebih menarik saat disajikan (Moehyi, 1992) beberapa macam bentuk makanan yang disajikan seperti :

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

c). Tekstur atau Konsistensi Makanan

Tekstur atau konsistensi makanan berkaitan dengan struktur makanan yang dirasakan saat didalam mulut. Tekstur makanan meliputi rasa daging, keempukan dan tingkat kekerasan makanan yang dapat dirasakan oleh indra pengecap (Puji, 2008).

Tekstur makanan mempengaruhi penampilan makanan yang dihidangkan. Tekstur dan konsistensi suatu bahan makanan dapat mempengaruhi penampilan makanan yang akan dihidangkan (Kurniah, 2010)

d). Porsi Makanan

Porsi makanan adalah banyaknya makanan yang disajikan sesuai kebutuhan setiap individu berbeda sesuai dengan kebiasaan makan. Porsi makanan yang terlalu besar atau terlalu kecil dapat mempengaruhi penampilan makanan (Tatik, 2004).

e) Rasa Makanan

Rasa makanan ditimbulkan oleh adanya rangsangan terhadap berbagai indra didalam tubuh manusia, terutama indra penglihatan, indra penciuman dan indra pengecap (Puji, 2008).

Beberapa komponen yang berperan dalam penentuan rasa makanan adalah aroma, bumbu, tekstur, tingkat kematangan dan suhu makanan.

1) Aroma

Aroma makanan adalah aroma yang disebarkan oleh makanan yang mempunyai daya tarik yang kuat dan merangsang indra penciuman sehingga dapat membangkitkan selera (Nida, 2011).

2) Bumbu Masakan

Bumbu masakan adalah bahan yang ditambahkan dengan maksud untuk mendapatkan rasa yang enak dan khas dalam setiap pemasakan (Nida, 2011). Berbagai macam rempah-rempah dapat digunakan sebagai bumbu makanan untuk memberikan rasa pada makanan, seperti cabai, bawang merah, bawang putih dan sebagainya.

3) Tingkat Kematangan

Tingkat kematangan mempengaruhi cita rasa makanan. Makanan yang empuk dapat dikunyah dengan sempurna dan akan menghasilkan senyawa yang lebih banyak yang berarti intensitas rangsangan menjadi lebih tinggi. Kematangan makanan selain ditentukan oleh mutu bahan makanan juga ditentukan oleh cara memasak (Moehyi, 1992).

4) Suhu Makanan

Suhu makanan adalah tingkat panas dari hidangan yang disajikan (Kurniah, 2010). Sensitivitas terhadap rasa berkurang bila suhu dibawah 20°C atau diatas 30°C. Makanan yang terlalu panas dapat membakar lidah dan merusak kepekaan pengecap, sedangkan makanan yang dingin dapat membius pengecap sehingga tidak peka lagi (Winarno, 1992).

f) Penyajian makanan

Penyajian makanan merupakan faktor penentu dalam penampilan hidangan yang disajikan. Ada tiga pokok penting yang harus diperhatikan dalam penyajian makanan yaitu pemilihan alat yang

digunakan, cara penyusunan makanan dan penghias hidangan (garnish (Lumbantoruan, 2012).

Hal ini harus diperhatikan karena penampilan makanan yang menarik waktu disajikan akan merangsang indra terutama indra penglihatan yang berhubungan dengan cita rasa makanan (Moehyi,1992).

Ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam penyajian makanan yaitu :

- 1) Pemilihan alat yang digunakan untuk menyajikan makanan, seperti piring mangkuk atau tempat penyajian makanan khusus lain. Alat yang digunakan harus sesuai dengan volume makanan yang disajikan.
- 2) Cara menyusun makanan dalam tempat penyajian makanan.
- 3) Penghiasan hidangan, memilih hiasan untuk hidangan agar lebih menarik memerlukan keahlian dan seni tersendiri.

H. Hasil Penelitian Pendukung

1. Tentang Uji kesukaan Pasien

Menurut penelitian Uyami, Hendriyani, Heni. Dkk, 2014 Uji kesukaan pasien terhadap menu yang diberikan menggunakan parameter aroma makanan, rasa makanan, suhu makanan, kematangan makanan, warna makanan, variasi makanan dan porsi makanan. Analisis statistik perbedaan uji kesukaan kelompok menu pilihan dan kelompok menu standar Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya perbedaan sisa makanan kelompok menu pilihan dan kelompok menu standar di RSUD Sunan Kalijaga Demak tahun 2014 secara bermakna dengan p-value 0.000. rata-rata perbedaan hasil antara sisa makanan kelompok menu standar dan kelompok menu pilihan adalah 5.21% yang berarti bahwa dengan menggunakan menu pilihan untuk pasien saat mondok di rumah sakit dapat meningkatkan asupan energi 5.21% lebih banyak dibandingkan dengan pasien yang tidak diberikan menu pilihan.

Hasil tersebut sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa uji kesukaan terhadap suatu makanan ditentukan oleh rangsangan dan indera penglihatan, penciuman, pencicip, pendengaran. Penilaian cita rasa makanan atau sering dikenal dengan istilah penilaian organoleptik. Faktor utama yang dinilai dari cita rasa diantaranya ialah rupa yang meliputi warna, bentuk, ukuran, aroma, tekstur, dan rasa. Uji kesukaan terhadap makanan dapat diketahui melalui uji penerimaan, salah satu uji penerimaan yang dilakukan yaitu uji hedonik skala verbal. Uji hedonik tersebut mengemukakan tanggapan seseorang tentang senang atau tidaknya terhadap kualitas makanan yang dinilai. Pemilihan menu yang sesuai dengan keinginan akan membuat seseorang lebih tertarik menghabiskan makanan dan tidak berusaha tidak meninggalkan sisa, sehingga asupan makanan yang ditentukan akan lebih mudah terpenuhi dengan adanya pemilihan menu sesuai dengan keinginan pasien. Hal ini sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa munculnya sisa makanan dipengaruhi oleh faktor kesenangan serta ketidaksenangan, kebiasaan, daya beli serta ketersediaan makanan.

Hasil penelitian asupan protein kelompok menu pilihan dan kelompok menu standar di RSUD Sunan Kalijaga Demak tahun 2014 diketahui bahwa terdapat nilai $p\text{-value}$ sebesar $0.000 < 0.05$ dan memiliki nilai t : -10.66 yang hal ini berarti hipotesa diterima sehingga terdapat perbedaan Asupan protein kelompok menu pilihan dan kelompok menu standar di RSUD Sunan Kalijaga Demak tahun 2014 secara bermakna dengan nilai t negatif yang berarti asupan protein kelompok menu standar lebih rendah dibandingkan dengan kelompok menu pilihan. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan hasil terdapat perbedaan Asupan energi dan protein kelompok menu pilihan dan kelompok menu standar di RSUD Sunan Kalijaga Demak tahun 2014 secara bermakna dengan masing-masing $p\text{-value}$ 0,000. rata-rata perbedaan hasil antara asupan kelompok menu standar dan kelompok menu pilihan adalah 268 Kkal untuk asupan energi dan 6,32 gram untuk asupan protein.

Hal ini berarti bahwa dengan menggunakan menu pilihan untuk pasien saat mondok di rumah sakit dapat meningkatkan asupan energi

268 Kkal dan asupan protein 6,32 gram lebih banyak dibandingkan dengan pasien yang tidak diberikan menu pilihan. Berbeda dengan asupan energi yang perbedaannya lebih banyak, asupan protein mempunyai perbedaan yang tidak terlalu jauh antara kelompok menu pilihan dan menu standar, hal ini dikarenakan masyarakat lebih mudah menerima makanan daging dibandingkan dengan nasi. Hal ini dikarenakan nasi merupakan makanan yang mengandung karbohidrat sehingga lebih mudah mengenyangkan dan memiliki rasa yang hambar sedangkan daging mempunyai kandungan protein yang mampu menyerap rasa dari bumbu serta tidak mudah mengenyangkan sehingga hal ini menyebabkan seseorang lebih mudah menghabiskan daging dibandingkan dengan nasi. Hal ini sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa salah satu komponen yang berperan menentukan rasa makanan adalah tekstur makanan. Tekstur adalah hal yang berkaitan dengan struktur makanan yang dirasakan dalam mulut yang ditentukan oleh mutu bahan makanan yang digunakan dan cara memasaknya.

