

ABSTRAK

Syania Rahma Dhea Arifin (2020) : Kualitas Makanan dan Standar Porsi Terhadap Pemenuhan Ketersediaan Energi dan Zat Gizi Makan Siang Siswi Sma Al-Izzah (International Islamic Boarding School) Kota Batu. Laporan Tugas Akhir Program Studi Diploma 3 Gizi Malang, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Pembimbing : Rani Nurmayanti, S.ST, M.Gizi

Kualitas makanan merupakan mutu yang perlu diperhatikan pada makanan yang diproduksi guna memenuhi harapan para calon konsumen. Standar porsi adalah banyaknya jumlah makanan yang disajikan dan ukuran berat porsi pada setiap individu, penentuan standar porsi yang tepat sangat penting karena berkaitan dengan perhitungan kebutuhan bahan makanan dan perencanaan standar porsi, hal ini tentu akan mempengaruhi ketersediaan energi dan zat gizi pada menu makan siang di SMA Al-Izzah Kota Batu.

Penelitian ini dilakukan di SMA Al-Izzah (*International Islamic Boarding School*) Kota Batu pada bulan Maret – April 2020 dengan jenis penelitian yang dilakukan adalah observasi deskriptif dengan desain penelitian cross sectional. Besar sampel yang digunakan adalah menu makan siang ke 5. Data kualitas makanan diperoleh melalui pengisian kuisioner oleh responden. Data standar porsi diperoleh melalui hasil penimbangan, kemudian diolah dengan membandingkan porsi makanan dengan satandadr porsi yang dianjurkan untuk remaja putri usia 16 – 18 tahun. Data ketersediaan energi dan zat gizi diperoleh dengan mengkonversi data standar porsi dengan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) kemudian diolah dengan membandingkan ketersediaan energy dan zat gizi (AKG) 2019 untuk kelompok remaja putri usia 16 – 18 tahun. Data kualitas makanan disajikan dalam bentuk grafik kemudian dianalisa secara deskriptif, sedangkan data standar porsi dan ketersediaan energy dan zat gizi disajikan dengan cara tabulasi serta dianalisa secara deskriptif.

Hasil peneitian menunjukkan bahwa kualitas makanan yang disajikan di SMA Al-Izzah sebagian besar dalam kategori baik. Standar porsi makanan yang disajikan pada menu ke-5 belum sesuai dengan standar porsi yang dianjurkan. Ketersediaan energi dan zat gizi (protein dan lemak, Vitamin C, zat besi, dan serat) termasuk dalam kategori defisit. Sebaiknya tenaga pengolah makanan memperhatikan standar porsi yang dianjurkan sesuai Pedoman Gizi Seimbang (2014) agar ketersediaan energy dan zat gizi pada menu makan siang ke-5 untuk remaja putri dapat tercukupi.

Kata Kunci : Kualitas Makanan, Standar Porsi, Ketersediaan Energi dan Zat Gizi