

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di penyelenggaraan makanan di Sesha *Catering* Tulungagung, dapat disimpulkan:

1. Persentase biaya pada penyelenggaraan makanan di Sesha *Catering* adalah 80%, termasuk dalam kategori sedang. Hal ini disebabkan karena presentase *overhead cost* belum sesuai.
2. Pola menu pada penyelenggaraan makanan di Sesha *Catering* termasuk dalam kategori seimbang. Menu-menu telah diamati memenuhi syarat kategori menu seimbang, yaitu terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.
3. Kesesuaian porsi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah dari 6 menu yang diamati sebagian besar tidak sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan. Dari 6 menu yang diamati hanya porsi lauk hewani (ayam bakar) pada menu C dan lauk nabati (sambal goreng tahu) pada menu D yang sesuai dengan standar porsi.
4. Tingkat ketersediaan energi dan zat gizi menu di Sesha *Catering*, yaitu:
  - a. Tingkat ketersediaan energi yang termasuk dalam kategori normal untuk laki-laki maupun perempuan dewasa usia 30—49 tahun terdapat pada menu B dan menu D. Tingkat ketersediaan energi untuk anak usia 7—9 tahun yang termasuk dalam kategori normal terdapat pada menu C.
  - b. Tingkat ketersediaan protein sebagian besar menu termasuk dalam kategori lebih. Hal ini disebabkan karena rata-rata porsi lauk hewani tidak sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan di Pedoman Gizi Seimbang.
  - c. Tingkat ketersediaan lemak beberapa menu kurang dari normal (90%). Hal ini disebabkan karena beberapa menu yang diamati tidak mengalami proses penggorengan.

- d. Tingkat ketersediaan karbohidrat sebagian besar menu kurang dari normal (90%). Hal ini disebabkan karena ketidaksesuaian porsi setiap menu dengan standar porsi yang telah ditetapkan di Pedoman Gizi Seimbang.
- e. Tingkat ketersediaan zat besi sebagian besar menu termasuk dalam kategori lebih. Hal ini disebabkan karena porsi lauk hewani lebih dari standar porsi yang telah ditetapkan di Pedoman Gizi Seimbang.
- f. Tingkat ketersediaan vitamin C sebagian besar menu termasuk dalam kategori defisit tingkat berat. Hal ini disebabkan karena porsi sayur dan buah kurang dari standar porsi yang telah ditetapkan di Pedoman Gizi Seimbang.
- g. Tingkat ketersediaan serat sebagian besar menu termasuk dalam kategori defisit tingkat berat. Hal ini disebabkan karena porsi sayur kurang dari standar porsi yang telah ditetapkan di Pedoman Gizi Seimbang. Bahkan, dari 6 menu yang diamati, hanya satu menu yang terdapat buah.

## **B. Saran**

1. Pemilik katering sebaiknya memperhatikan perhitungan *overhead cost*, dengan memasukkan biaya listrik dan air pada perhitungan *overhead cost*, agar *overhead cost* meningkat.
2. Pemilik katering sebaiknya memperbaiki standar porsi setiap menu, yaitu dengan menambahkan porsi lauk nabati, sayur, dan buah. Supaya menambah ketersediaan energi dan zat gizi serta memenuhi tingkat kecukupan energi dan zat gizi konsumen.
3. Pemilik katering sebaiknya melakukan modifikasi resep untuk meningkatkan ketersediaan energi dan zat gizi. Terutama pada zat gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan konsumen dengan cara melakukan modifikasi teknik memasak. Sebaiknya beberapa menu diolah dengan cara ditumis atau digoreng untuk menambah ketersediaan energi dan lemak.
4. Meningkatkan ketersediaan energi dan zat gizi dengan menambahkan makanan selingan/snack pada menu *rice box*, tumpeng mini, dan bento.