

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengertian Penyelenggaraan Makanan Institusi

Penyelenggaraan makanan merupakan salah satu kegiatan pelayanan gizi, kegiatan ini meliputi perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan, pemasakan bahan makanan, distribusi dan pencatatan, pelaporan, serta evaluasi. Tujuan dari penyelenggaraan makanan yaitu menyediakan makanan yang berkualitas sesuai kebutuhan gizi, biaya, kemanannya dan dapat diterima oleh konsumen guna mencapai status gizi yang optimal. Salah satu penyelenggaraan makanan adalah penyelenggaraan makanan di sekolah (Kemenkes RI, 2013).

Menurut Aritonang, Penyelenggaraan makanan adalah 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. Termasuk kegiatan pencatatan, pelaporan dan evaluasi (Aritonang, 2012).

Penyelenggaraan makanan institusi yang berorientasi layanan (non-komersial). Penyelenggaraan makan institusi ini diselenggarakan oleh lembaga nirlaba yang dikelola oleh pemerintah, lembaga swasta atau yayasan sosial. Bentuk organisasi ini biasanya berada di satu tempat yaitu asrama, panti asuhan, rumah sakit, perusahaan, panti sosial, sekolah dan lain-lain. Frekuensi makan pada saat penyelenggaraan makan non komersial adalah 2-3 kali dengan atau tanpa tambahan selingan (Sholehah, 2014).

2.2 Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi

Terdapat empat sistem penyelenggaraan yang dibedakan berdasarkan tempat pengolahan dan tempat yang menjadi sasaran, serta tergantung dari pekerja dan alat yang tersedia. Keempat sistem penyelenggaraan tersebut yaitu sebagai berikut:

1. Konvensional

Sistem konvensional atau tradisional merupakan sistem penyelenggaraan dimana bahan makanan diolah menjadi makanan jadi di dapur dan jika sudah siap saji, makanan akan disimpan pada sebuah tempat penyajian atau penungguan dan pada ruangan yang sama makanan akan dibagikan pada konsumen. Pada sistem ini ruangan pengolahan makanan dan ruangan penyajian berdampingan pada suatu ruangan. Keuntungan menggunakan sistem ini adalah adanya penghematan biaya untuk distribusi makanan serta makanan yang disajikan masih segar dan terjaga kualitasnya (Khan 1987 dan Wood, 1988).

2. Komisar

Pada sistem ini, terdapat pemisahan tempat pengolahan dan konsumsi makanan. Dalam sistem ini makanan diolah di sebuah dapur besar yang menjadi pusat pengolahan. Lalu setelah makanan diolah menjadi makanan jadi, ada proses pengiriman makanan ke tempat yang terpisah dari ruangan pengolahan serta memiliki jarak yang jauh (West dan Wood, 1988).

3. Sistem makanan jadi

Dalam sistem ini, makanan sudah dalam keadaan siap santap dan telah dikemas. Kemudian makanan didinginkan atau dibekukan sesuai kebutuhan. Sistem ini digunakan saat ada perbedaan waktu yang lama antara pengolahan dan

penyajian makanan serta makanan yang telah diolah tidak segera disajikan (West dan Wood, 1988).

4. Sistem makanan olahan

Sistem makanan olahan lebih menitikberatkan pada proses pembelian makanan olahan dan penyimpanan makanan tersebut. Sehingga saat akan disajikan makanan hanya tinggal disusun, panaskan dan sajikan pada konsumen. Sistem ini lebih hemat dari segi biaya produksi yang meliputi biaya pembeli bahan bakar, listrik, dan air. Selain itu ada hal yang harus diperhatikan saat menggunakan sistem ini yaitu adanya keterbatasan pasar dalam menyediakan bahan makanan olahan tersebut (West dan Wood, 1988).

2.3 Tujuan Penyelenggaraan Makanan Institusi

Prinsip dasar dalam penyelenggaraan makanan institusi yaitu menyediakan makanan sesuai dengan jumlah dan macam zat gizi yang diperlukan tubuh, memperhitungkan keinginan dan penerimaan serta kepuasan konsumen dengan cita rasa yang tinggi dan sanitasi yang layak serta harga terjangkau oleh konsumen. Tujuan penyelenggaraan makanan institusi adalah tersedianya makanan yang memuaskan bagi klien dengan manfaat setinggi-tingginya bagi institusi (Utami AT, 2013). Secara khusus setiap institusi memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Menghasilkan makanan yang berkualitas baik, dipersiapkan dan dimasak secara layak.
2. Pelayanan yang cepat dan menyenangkan
3. Menu seimbang dan bervariasi
4. Harga layak, serasi dengan pelayanan yang diberikan
5. Standar kebersihan dan sanitasi tinggi.

2.4 Jenis Penyelenggaraan Makanan Institusi

Penyelenggaraan makanan institusi terdiri dari 3 macam yaitu:

1. Penyelenggaraan makanan institusi yang berorientasi pada keuntungan (bersifat komersial). Penyelenggaraan makanan ini dilaksanakan untuk mendapat keuntungan sebesar-besarnya. Bentuk usaha ini seperti restoran, *snack*, *cafeteria*, *catering*, bar. Usaha penyelenggaraan makanan ini tergantung pada bagaimana menarik konsumen sebanyak banyaknya dan manajemen harus bisa bersaing dengan penyelenggaraan makanan yang lain.
2. Penyelenggaraan makanan institusi yang berorientasi pelayanan (bersifat non komersial). 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 atau tempat yaitu asrama, panti asuhan, rumah sakit, perusahaan, lembaga kemasyarakatan, ekolah dan lain lain. Frekuensi makan dalam penyelenggaraan makanan ini 2-3 kali dengan atau tanpa tambahan selingan.
3. Penyelenggaraan makanan institusi yang bersifat semi komersil, yaitu organisasi yang dibangun dan dijalankan bukan hanya untuk tujuan komersial, tetapi juga untuk tujuan sosial kepada masyarakat yang kurang mampu (Sholehah, 2014).

2.5 Anak Sekolah

2.5.1 Definisi Anak Sekolah

Menurut Nasar dkk, (2015) mengemukakan bahwa anak dikelompokkan menurut umur yaitu 1-3 tahun (*Toddler*), 4-5 tahun (Prasekolah), 6-12 tahun (Sekolah) dan 13-19 tahun (Remaja). Anak usia sekolah merupakan suatu kelompok generasi penerus bangsa yang mempunyai potensi dalam memajukan pembangunan di masa yang akan datang.

Pembentukan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dimulai sejak pada masa sekolah sangat berpengaruh terhadap kualitas saat mencapai usia yang produktif. Mengingat anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa, salah satu hal penting yang menjadi perhatian serius saat ini adalah konsumsi makanan.

2.5.2 Asupan Makanan anak sekolah

Anak usia sekolah membutuhkan makanan yang kurang lebih sama dengan yang dianjurkan untuk anak prasekolah, hanya saja porsi yang diberikan lebih besar karena kebutuhannya yang lebih banyak, mengingat bertambahnya berat badan dan aktivitasnya. Kebutuhan zat gizi yang disesuaikan dengan banyak aktivitas yang dilakukan oleh anak usia sekolah sangat mempengaruhi, untuk itu ada beberapa fungsi dan sumber zat gizi yang perlu diketahui (Anzarkusuma, 2014).

Mengingat anak sekolah usia antara 7-12 tahun merupakan masa pertumbuhan, disisi lain anak belum punya cukup pengetahuan untuk memilih makanan sehat bagi dirinya. Maka menu yang disiapkan untuk anak sekolah harus disesuaikan dengan kebutuhan, kesukaan dan kebiasaan mereka serta bervariasi sesuai dengan selera makan. Hal yang perlu diperhatikan dalam menu makanan anak sekolah yaitu harus selalu ada lima sumber zat gizi, yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Menu anak sekolah harus memenuhi kecukupan kalori sebanyak 1550 – 2400 kkal per hari (Devi, 2012).

Makanan yang disajikan dalam penyelenggaraan makan siang disekolah harus dapat menyumbangkan energi sekitar sepertiga dari total kebutuhan energi anak. Rekomendasi kontribusi energi dan zat gizi sarapan pagi sebanyak 25%, makan siang 30%, makan malam 25%, dan selingan pagi

serta sore masing-masing 10%. Jumlah ini tentu bukan merupakan nilai mutlak, tetapi tergantung pada faktor umur, tinggi badan dan berat badan maupun aktivitas yang dilakukan sehari-hari. Adapun angka kecukupan energi dan protein yang dianjurkan bagi anak umur 7-12 tahun sebagai berikut :

Tabel 1 Angka Kecukupan Gizi (AKG) untuk Anak Sekolah Dasar

Usia anak sekolah dasar	Asupan			
	Energi (kkal)	Karbohidrat (g)	Protein (g)	Lemak (g)
7-9 tahun	1650	250	40	55
10-12 thn (Perempuan)	1900	280	55	65
10-12 thn (Laki-laki)	2000	300	50	65

Sumber: Peraturan Menteri Kesehatan No. 28 Tahun 2019

Berdasarkan angka kecukupan gizi (AKG), anak sekolah usia 7-9 tahun membutuhkan kalori seharusnya sekitar 1650 kkal, kontribusi menu makan siang yang disumbangkan sebesar 30% maka hasil estimasi yaitu, energi 495 kkal, karbohidrat 74,25 gram, protein 14,85 gram, lemak 15,4 gram.

Usia perempuan 10-12 tahun membutuhkan asupan sehari sebesar 1900 kkal, jadi kontribusi menu makan siang yang disumbangkan 30% maka hasil estimasi yaitu energi 570 kkal, karbohidrat 85,5 gram, protein 15,7 gram, lemak 18,4 gram.

Usia laki-laki 10-12 tahun membutuhkan asupan sehari sebesar 2000 kkal , jadi kontribusi menu makan siang yang

disumbangkan 30% maka hasil estimasi yaitu energi 600 kkal, karbohidrat 90 gram, protein 16,5 gram, lemak 19,3 gram.

2.5.3 Penyelenggaraan Makanan di Sekolah

Penyelenggaraan makanan sekolah adalah suatu rangkaian kegiatan dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan pada siswa, dalam rangka pencapaian asupan yang optimal melalui pemberian makan siang. Institusi makanan sekolah adalah penyelenggaraan makanan di sekolah yang telah diolah berdasarkan standar yang ada (menu, kecukupan zat gizi, dan sanitasi), dihidangkan secara menarik dan menyenangkan untuk siswa (Aritonang, 2012).

Penyelenggaraan makanan pada anak sekolah merupakan salah satu alternatif untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi untuk pertumbuhan anak yang normal serta untuk meningkatkan prestasi akademik. Zat gizi yang diperlukan pada pertumbuhan anak sekolah yaitu zat besi, kalsium dan zink. Anjuran aneka ragam makanan seperti dalam piramida gizi seimbang serta anjuran jumlah penukar dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi anak sekolah (Nasar *et al.*, 2015).

Terdapat tiga hal yang erat kaitannya dengan gizi dalam penyelenggaraan makanan, yaitu kelengkapan dan kecukupan zat gizi yang diperoleh dari makanan, penanaman kebiasaan makan yang sehat, dan peanekaragaman makanan. Pola hidangan sehari mengikuti pola makanan seimbang yang terdiri dari:

1. Sumber zat tenaga: nasi, roti, mi, bihun, jagung, ubi, singkong, tepung-tepungan, gula dan minyak.
2. Sumber zat pembangun: ikan, telur, ayam, daging, susu, kacang-kacangan, tahu, dan tempe.
3. Sumber zat pengatur: sayur, dan buah

4. Air, mempunyai fungsi penting dalam tubuh, antara lain sebagai pelarut, katalisator berbagai reaksi tubuh dan lain-lain (Nasar *et al.*, 2015).

Dalam upaya tercapainya gizi seimbang dengan mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam setiap hari (Almatsier, 2004). Prinsip gizi seimbang memiliki empat pilar utama yaitu:

1. Pentingnya pola hidup aktif dan berolahraga
Kegiatan aktifitas fisik bertujuan untuk membakar kalori tubuh sehingga seimbang antara energi yang masuk dengan energi yang keluar dari aktifitas fisik. Aktifitas fisik juga sangat bermanfaat bagi tubuh karena dapat meningkatkan kebugaran, meningkatkan fungsi jantung, paru dan otot serta mencegah kelebihan berat badan.
2. Menjaga berat badan ideal
Berat badan merupakan salah satu faktor penentu status gizi seseorang. Status gizi seseorang dikategorikan menjadi empat yaitu kurus, normal, gizi lebih dan obesitas.
3. Mengonsumsi makanan beraneka ragam
Seseorang harus mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam untuk memenuhi kebutuhan zat pembakar, pembangun, dan pengatur sebab tidak ada makanan yang mengandung semua zat gizi secara lengkap.
4. Menerapkan pola hidup sehat
Kebersihan individu dan lingkungan dapat mempengaruhi kesehatan dan penyakit infeksi. Perilaku hidup perlu dibudayakan antara lain selalu mencuci tangan dengan sabun dan air bersih yang mengalir, menutup makanan yang disajikan agar

terhidar dari lalat dan binatang lainnya, selalu menutup mulut ketika batuk dan menutup hidung ketika bersin.

2.6 Tingkat Kepuasan Makanan

Kepuasan merupakan gambaran dari respon konsumen secara emosional terhadap pengalamannya dalam mengkonsumsi sebuah produk, serta disisi lain merupakan tanggapan atas ketidaksesuaian antara kenyataan produk yang dirasakan dengan harapan konsumen sebelumnya. Tingkat kepuasan konsumen terhadap makanan dapat dilihat dari cita rasa dan daya terima. Kualitas menu makanan yang dikonsumsi dapat mempengaruhi kepuasan seseorang. Makanan yang berkualitas terdiri dari dua faktor, yaitu tampilan makanan dan rasa makanan yang dihidangkan. Kepuasan terhadap menu makanan perlu diperhatikan dalam penyelenggaraan makanan.

2.7 Cita Rasa

Cita rasa makanan ditimbulkan oleh terjadinya rangsangan terhadap berbagai indera dalam tubuh manusia terutama indera penglihatan, indera pencium, dan indera pengecap. Makanan yang memiliki cita rasa yang tinggi adalah makanan yang disajikan dengan menarik, menyebarkan bau yang sedap dan memberikan rasa yang lezat. Cita rasa makanan mencakup dua aspek utama, yaitu penampilan makanan sewaktu dihidangkan dan rasa makanan waktu di makan. Kedua aspek itu sama pentingnya untuk diperhatikan agar betul-betul dapat menghasilkan makanan yang memuaskan.

1. Rasa makanan

a. Suhu makanan

Suhu merupakan salah satu parameter yang wajib dipertimbangkan saat penyimpanan dan penyajian makanan.

Suhu adalah derajat dingin dan panas pada makanan, cara

pemantauannya adalah dengan menggunakan thermometer Kustiyoasih *et al.* (2016).

b. Aroma

Aroma yang disebabkan oleh makanan menghasilkan daya tarik yang sangat kuat dan mampu merangsang indra penciuman untuk membangkitkan selera. Timbulnya aroma makanan disebabkan oleh terbentuknya senyawa yang mudah menguap yang dibantu oleh enzim atau hasil dari reaksi enzim itu sendiri (Rijadi, 2002).

c. Tekstur Makanan

Tekstur makanan adalah karakteristik dari sebuah makanan seperti, derajat kekerasan, kepadatan atau kekentalan. Makanan yang mempunyai tekstur lebih padat akan memberikan rangsang yang lambat terhadap indera (Nareswara, 2017).

d. Tingkat Kematangan

Tekstur dari makanan dapat dipengaruhi oleh tingkat kematangan makanan. Tingkat kematangan setiap makanan berbeda-beda. Makanan sebelum dihidangkan terlebih dahulu dimasak atau diolah dengan baik dan higienis agar dapat dikonsumsi dengan aman. Apabila pemasakan makanan tidak matang, maka bakteri yang ada dalam bahan makanan tidak mati, sehingga beresiko menimbulkan penyakit saat dikonsumsi (Nasution, 2017).

2. Penampilan

a. Warna

Warna seringkali digunakan dalam suatu penilaian, tetapi sebenarnya sulit untuk ditetapkan. Secara fisik warna yang menarik dan bentuk yang bervariasi akan membuat seseorang tertarik untuk mencicipi dan menghabiskannya dan secara psikologis berkaitan dalam mengevaluasi suatu warna karena melibatkan penilaian visual, oleh karena itu

selezat apapun makanan bila tidak menarik saat disajikan akan membuat selera makan menurun. Kombinasi warna adalah hal yang sangat diperlukan dan dapat membantu dalam penerimaan suatu makanan dan secara tidak langsung dapat merangsang selera makan (Nareswara, 2017).

b. Besar porsi

Porsi adalah banyaknya makanan yang disajikan. Porsi makanan akan mempengaruhi daya tarik dari konsumen karena tiap-tiap konsumen memiliki besar porsi makanan yang berbeda dalam setiap aktivitas makannya. Besar porsi akan mempengaruhi penampilan makanan. Jika terlalu besar atau terlalu kecil penampilan makanan jadi tidak terlalu menarik. Besar porsi untuk setiap individu berbeda sesuai dengan kebiasaan makan. Pentingnya besar porsi makanan bukan saja berkenaan dengan penampilan makanan waktu disajikan tetapi juga berkaitan dengan perencanaan dan perhitungan pemakaian bahan makanan (Marlenywati *et al.*, 2017)

c. Variasi menu

Variasi menu adalah susunan golongan bahan makanan terolah yang mengandung zat gizi seimbang (energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin dan mineral) terdapat dalam satu hidangan yang berbeda pada setiap kali penyajian yang terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran dan buah. Penyajian menu makanan yang bervariasi dapat menghilangkan rasa bosan bagi penerima makanan (Nasution, 2017).

d. Penyajian

Perlakuan terakhir dalam penyelenggaraan makanan adalah penyajian makanan untuk dikonsumsi. Penyajian merupakan faktor penentu dalam penampilan hidangan yang disajikan

yaitu meliputi warna makanan, bentuk makanan, konsistensi, dan porsi makanan. Apabila penyajian makanan tidak dilakukan dengan baik, seluruh upaya yang telah dilakukan guna menampilkan makanan dengan cita rasa yang tinggi akan tidak berarti (Utami, 2013).

2.8 Hipotesis

Sesuai dengan kajian pustaka dan uraian mengenai hasil penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian ini, maka dapat diajukan hipotesis penelitian sebagai berikut:

Ho: Tidak ada hubungan antara tingkat kepuasan siswa terhadap cita rasa menu makan siang dalam penyelenggaraan makanan di SD Ar Rahman Kertosono

Ha: Ada hubungan antara tingkat kepuasan siswa terhadap cita rasa menu makan siang dalam penyelenggaraan makanan di SD Ar Rahman Kertosono.