

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyelenggaraan Makanan Institusi

1. Pengertian Penyelenggaraan Makanan

Penyelenggaraan Makanan Institusi/massal (SPMI/M) adalah penyelenggaraan makanan yang dilakukan dalam jumlah besar atau massal. Batasan mengenai jumlah yang diselenggarakan di setiap negara bermacam-macam, sesuai dengan kesepakatan masing-masing. Di Inggris dianggap penyelenggaraan makanan banyak adalah bila memproduksi 1000 porsi perhari, dan di Jepang 3000-5000 porsi sehari. Sedangkan di Indonesia penyelenggaraan makanan banyak atau massal yang digunakan adalah bila penyelenggaraan lebih dari 50 porsi sekali pengolahan. Sehingga kalau 3 kali makan dalam sehari, maka jumlah porsi yang diselenggarakan adalah 150 porsi sehari (Bakri dkk., 2018).

Berkembangnya kegiatan penyelenggaraan atau pelayanan makanan dalam jumlah besar pada institusi-institusi (misalnya: asrama, pelayanan makanan anak sekolah, restoran/rumah makan, warung dan cafe) terutama di perkotaan adalah disebabkan oleh karena kurang tersedianya waktu untuk menyiapkan makanan bagi keluarga karena semakin banyak para wanita yang bekerja di luar rumah untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Di samping itu faktor jarak ke tempat tugas yang jauh, kesulitan dalam perjalanan sehingga makanan yang dibawa menjadi rusak dan kemajuan teknologi menuntut penggunaan jam kerja yang efektif bagi tenaga kerja. Oleh karena itu keberadaan tempat pelayanan makanan di berbagai tempat sudah menjadi sangat penting (Bakri dkk., 2018).

2. Sejarah Penyelenggaraan Makanan

Pelayanan makanan massal sudah dikenal sejak dulu. Sebagai contoh, dalam pembuatan bangunan seperti kuil, candi atau benteng yang bertujuan untuk melindungi negara dan mempekerjakan ribuan orang, diperlukan kelompok yang bertugas menyediakan makanan bagi mereka demi kelancaran pekerjaan. Di Indonesia dikenal berbagai upacara yang mengundang banyak orang. Penyajian makanan merupakan kegiatan pokok, baik sebagai ungkapan rasa terima kasih kepada Maha Pencipta maupun sebagai ungkapan rasa hormat terhadap para tamu yang hadir dimana menyediakan

makanan yang diolah sendiri merupakan hal yang sulit dilakukan, sehingga butuh bantuan pihak lain untuk menyediakan makanan bagi tamu. (Widyastuti dkk., 2018)

Penyelenggaraan makan massal pada zaman dulu belum dikelola secara profesional dan jauh dari tujuan komersial serta masih bersifat keramah-tamahan. Penyelenggaraan makanan massal dikelola secara lebih profesional baru dilakukan pada pertengahan abad ke-17, bersamaan dengan Revolusi Industri di Eropa. Pada saat itu, sudah mulai dipertimbangkan pentingnya upaya untuk meningkatkan produktivitas kerja pekerja di berbagai industri. Salah satu upaya untuk meningkatkan produktivitas kerja adalah melalui pemberian makanan kepada pekerja (Widyastuti dkk., 2018).

Robert Owen, merupakan tokoh industri di Eropa yang mempelopori pemberian makanan bagi pekerja industri dengan pengelolaan yang baik, efektif dan efisien. Sejak saat itu, penyediaan makanan bagi pekerja pabrik mulai berkembang. Namun, pada masa itu, pemberian makanan bagi pekerja pabrik atau perusahaan hanya terkait jaminan kesejahteraan, belum mempertimbangkan kebutuhan energi dan zat gizi lainnya. Pemberian makanan hanya didasarkan pada kemampuan perusahaan atau Manajemen Pelayanan Makanan industri dalam menyediakan dana untuk kesejahteraan pekerja. Penyelenggaraan makanan bagi pekerja pabrik dengan mempertimbangkan kebutuhan gizi baru dimulai pada awal abad ke-20. Tujuan penyelenggaraan makanan pada pekerja adalah meningkatkan produktivitas kerja sehingga diharapkan terjadi peningkatan produksi. Hal inilah yang mengawali terselenggaranya pelayanan makanan melalui kantin yang ada di pabrik atau perusahaan. (Widyastuti dkk., 2018)

3. Tipe-Tipe Penyelenggaraan Makanan

Terdapat beberapa bentuk/tipe penyelenggaraan makanan yang dikategorikan berdasarkan waktu penyelenggaraan, tempat penyelenggaraan, pengelolaan penyelenggaraan, sifat penyelenggaraan, penggunaan bahan makanan dan institusi yang dilayani. (Widyastuti dkk., 2018)

- a. Penyelenggaraan makanan berdasarkan waktu penyelenggaraan :
 - Penyelenggaraan makanan hanya satu kali, baik berupa makanan lengkap atau hanya berupa makanan kecil (snack foods), seperti penyelenggaraan untuk pesta atau jamuan makan atau snack pada acara-acara tertentu.

- Penyelenggaraan makanan secara tetap untuk jangka waktu tidak terbatas, biasanya berupa makanan lengkap, baik untuk satu kali makan atau setiap hari seperti penyelenggaraan makanan untuk asrama, panti asuhan, rumah sakit.
 - Penyelenggaraan makanan dalam keadaan darurat, dimana penyediaan makanan dilakukan untuk jangka waktu tertentu seperti pada saat terjadi bencana kebakaran, banjir, tsunami, dan lain-lain.
- b. Penyelenggaraan makanan berdasarkan tempat penyelenggaraan :
- Jasa boga,
Dimana tempat memasak dan tempat menyajikan makanan tidak berada pada satu tempat. Makanan jadi diangkut ke tempat lain untuk dihidangkan seperti ke tempat jamuan makan pesta perkawinan, rapat, kantin atau kafetaria.
 - Makanan institusi,
Dimana tempat memasak dan tempat menyajikan makanan berada pada satu tempat. Contoh : penyelenggaraan makanan di panti asuhan, panti jompo, asrama, lembaga pemasyarakatan, rumah sakit dan lain-lain. Ciri-ciri penyelenggaraan makanan institusi antara lain tidak berorientasi pada keuntungan, dana terbatas, makanan diolah di lingkungan institusi, menggunakan master menu dan menyajikan hidangan yang hampir sama di lingkungan keluarga.
- c. Penyelenggaraan makanan berdasarkan pengelolaan penyelenggaraan :
- Swakelola
Sistem penyelenggaraan makanan ini menggunakan seluruh sumber daya yang disediakan oleh institusi tersebut termasuk pengelolaan dan kebijakan yang berjalan di dalam insititusi. Keuntungannya adalah pengawasan dapat dilakukan di setiap langkah atau proses kegiatan secara langsung dan tenaga instansi banyak berperan. Kekurangan dari sistem ini adalah untuk dapat melakukan seluruh proses kegiatan dibutuhkan sumber daya manusia yang lebih banyak dan kualifikasi yang sesuai serta kebutuhan sarana dan prasarana termasuk peralatan masak dan peralatan makan yang besar.
 - *Out-sourcing*

Sistem penyelenggaraan makanan *out-sourcing* merupakan sistem yang memanfaatkan perusahaan jasa boga atau katering untuk penyelenggaraan makanan. Ada dua kategori sistem *out-sourcing* yaitu semi *out-sourcing* yaitu menggunakan sarana dan prasarana milik instansi dan kategori *full out sourcing* yaitu sarana dan prasarana bukan berasal dari instansi melainkan dari perusahaan jasa boga atau katering sendiri.

- Sistem Kombinasi

Sistem kombinasi merupakan perpaduan antara swakelola dan *out-sourcing*, dipilih sebagai upaya mengoptimalkan sumber daya yang ada dengan segala keterbatasannya dimana sebagian jenis makanan dikelola oleh pihak jasa boga atau katering. Oleh karena terdapat dua sistem pengelolaan, sebaiknya pencatatan dan pelaporan setiap sistem dipisahkan agar memudahkan pengawasan dan pengendaliannya.

d. Penyelenggaraan makanan berdasarkan sifat penyelenggaraan :

- Penyelenggaraan makanan yang bersifat komersial, misalnya katering pernikahan, katering industri, restoran, hotel, dan lain-lain.
- Penyelenggaraan makanan yang bersifat non komersial, misalnya penyelenggaraan makanan di panti asuhan, panti jompo, asrama.

B. Remaja Putri

1. Definisi

Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan pada masa anak dan masa dewasa menjadi pada usia 12 tahun sampai dengan 21 tahun (Estuningtyas, 2018). Masa Remaja (pubertas) pada umumnya adalah masa yang bahagia dan optimis, dan pastinya mereka akan banyak ketakutan, seperti takut tidak diterima dalam kelompok teman seusiannya ataupun takut campur malu dan grogi akan lawan jenis karena timbul rasa ketertarikan antara mereka, tidak memiliki teman yang baik, dan takut tidak bisa mengendalikan diri (Irianto, 2015)

2. Tahapan perkembangan remaja

Menurut Depkes RI dan WHO (2005) dalam Irianto (2015) dari ciri perkembangannya remaja dibagi menjadi 3 tahapan yaitu :

a. Masa remaja awal (10-12 tahun)

Masa remaja bermula pada perubahan fisik yang cepat, penambahan berat dan tinggi badan yang drastis, perubahan bentuk tubuh, dan perkembangan

karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada (payudara), perkembangan pinggang dan kumis, dan suara. Pada perkembangan ini pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol (pemikiran semakin logis, abstrak dan idealistis) dan semakin banyak menghabiskan waktu diluar keluarga.

Remaja berasal dari kata *adolenscence* yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolenscence* mempunyai arti yang luas mulai dari kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak.

b. Masa remaja tengah (13-15 tahun)

Perkembangan pada remaja tengah pada umumnya adalah menerima hubungan baru dan lebih dekat dengan teman sebaya, meraih peras maskulin dan feminin, meraih kebebasan emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya, mengembangkan keterampilan dalam komunikasi interpersonal dan belajar berteman baik di dalam kelompok lain, menemukan figur yang tepat untuk dijadikan sebagai model dalam mencapai identitas ego, menyadari dan menggunakan potensi diri dan meraih peran jenis.

Pada periode ini, keformalitasan terhadap kelompok atau teman sebaya memiliki peranan penting bagi remaja. Mereka mencoba mencari identitas diri dengan berpakaian, berbicara, berperilaku sebisa mungkin sama dengan kelompoknya. Salah satu cara remaja untuk meyakinkan dirinya yaitu dengan menggunakan simbol status, seperti mobil, pakaian dan benda-benda lainnya yang dapat dilihat oleh orang lain.

c. Masa remaja akhir (16-19 tahun)

Pada masa remaja akhir, perkembangan fisik dan psikis yang dicapai remaja berpengaruh pada perubahan sikap dan perilakunya. Pemikiran moral remaja berkembang sebagai pendirian pribadi yang tidak tergantung lagi pada pendapat atau perantara yang bersifat konvensional. Ciri khas pada masa *adolescence* ini yaitu pengungkapan kebebasan diri, lebih selektif dalam mencari teman sebaya, mempunyai citra jasmani dirinya, mewujudkan rasa cinta, mampu berfikir abstrak

C. Gizi Remaja

Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kemenkes, 2014).

Kondisi remaja berpengaruh terhadap kebutuhan zat gizi adalah pertumbuhan cepat memasuki usia pubertas, kebiasaan jajan, menstruasi dan perhatian terhadap penampilan fisik citra tubuh (*body image*) pada remaja putri. Dengan demikian perhitungan terhadap kebutuhan zat gizi pada kelompok ini harus memperhatikan kondisi-kondisi tersebut. Khusus pada remaja putri, perhatian harus lebih ditekankan terhadap persiapan mereka sebelum menikah (Kemenkes, 2014).

Menurut Kemenkes (2014) pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat. Gizi baik membuat berat badan normal atau sehat, tubuh tidak mudah terkena penyakit infeksi, produktivitas kerja meningkat serta terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini. Agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit kronis atau penyakit tidak menular terkait gizi, maka pola makan perlu ditingkatkan kearah konsumsi gizi seimbang. Keadaan gizi yang baik dapat meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat.

Kebutuhan gizi untuk remaja sangat besar dikarenakan masih mengalami pertumbuhan. Remaja membutuhkan energi/kalori, protein, kalsium, zat besi, zinc dan vitamin untuk memenuhi aktifitas fisik seperti kegiatan-kegiatan disekolah dan kegiatan sehari hari. Setiap remaja menginginkan kondisi tubuh yang sehat agar bisa memenuhi aktifitas fisik. Konsumsi energi berasal dari makanan, energi yang didapatkan akan menutupi asupan energi yang sudah dikeluarkan oleh tubuh seseorang (Winarsih, 2018).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Makro Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia, kebutuhan zat gizi remaja putri sebagai berikut :

Tabel 1. Angka Kecukupan Zat Gizi Makro Remaja

Usia	Energi (Kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Karbohidrat (g)
10-12 tahun	1900	55	65	280
13-15 tahun	2050	65	70	300
16-18 tahun	2100	65	70	300
19-29 tahun	2250	60	65	360

Sumber : Kemenkes ,2019

D. Pola Menu

Menu berasal dari bahasa Perancis yang artinya “rinci” yaitu daftar yang tertulis secara rinci tentang makanan yang dipesan (seperti di restoran) atau disajikan (seperti di rumah sakit, sekolah). Menu juga dapat berarti sebagai hidangan yang disajikan pada waktu tertentu, misalnya makan pagi, makan siang dan makan malam (Bakri dkk., 2018).

Pola menu yang dimaksud adalah golongan dan frekuensi macam hidangan yang direncanakan untuk setiap waktu makan selama satu putaran menu. Tujuan dibuat pola menu adalah agar dalam siklus menu dapat dipastikan menggunakan bahan makanan sumber zat gizi yang dibutuhkan konsumen (Khisa’an dkk., 2016).

Struktur menu adalah ketentuan frekuensi pemberian makan dan makanan selingan dalam sehari misal 3 kali pemberian makan utama dan 2 kali pemberian makanan selingan. Di Indonesia sendiri semua daerah umumnya struktur hidangan untuk satu kali makan sebagai berikut (Nabilla ,2023) :

- Hidangan makanan pokok yang terdiri dari nasi. Makanan ini disebut makanan pokok karena menyediakan sebagian besar zat gizi yang diperlukan tubuh.
- Hidangan lauk pauk, yaitu masakan yang terbuat dari bahan hewani, nabati, atau gabungan dari keduanya.
- Hidangan berupa sayur-mayur, biasanya hidangan berupa masakan yang berkuah agar makanan mudah ditelan.
- Hidangan yang terdiri dari buah buahan, hidangan ini berfungsi sebagai penghilang rasa yang kurang sedap setelah makan sehingga diberi nama pencuci mulut.

Mutu atau kualitas serta kelengkapan zat gizi dipengaruhi oleh keragaman jenis pangan yang dikonsumsi. Beragam jenis pangan yang dikonsumsi semakin mudah untuk memenuhi kebutuhan gizi dan memperoleh zat lainnya

yang bermanfaat bagi tubuh. Oleh karena itu mengonsumsi aneka ragam pangan merupakan salah satu anjuran penting dalam mewujudkan gizi seimbang (Nabilla, 2023). Cara untuk menerapkan gizi seimbang yakni dengan mengonsumsi lima kelompok pangan setiap hari atau setiap kali makan. Kelima kelompok pangan tersebut adalah makanan pokok, lauk-pauk, sayuran, buah - buahan dan minuman. Mengonsumsi lebih dari satu jenis untuk setiap kelompok makanan (makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan) setiap kali makan akan lebih baik (Kemenkes, 2014).

Menurut Kemenkes (2014) pola menu dikategorikan menjadi berikut :

- a. Seimbang, yaitu jika menu yang disajikan terdiri dari 4 komponen dari makanan pokok, lauk-pauk, sayur, dan buah.
- b. Tidak seimbang, yaitu jika menu yang disajikan terdiri dari < 4 komponen dari makanan pokok, lauk-pauk, sayur, dan buah.

E. Daya Terima Makanan

Daya terima makanan merupakan setiap penyajian makanan yang bisa diterima bagi konsumen. Makanan yang disajikan dapat diterima dengan tidak adanya sisa makanan yang ditinggalkan merupakan tolak ukur keberhasilan dari suatu penyelenggaraan makanan (Bektiningrum, 2020).

Ada beberapa metode yang dapat digunakan untuk mengukur sisa makanan , antara lain (Wayansari, dkk., 2018) :

1. Metode observasi/virtual/Comstock

Metode ini dikembangkan oleh Comstock sehingga di kenal dengan nama metode Comstock. Disebut juga metode observasi karena dalam metode ini pengukuran atau penaksiran dilakukan secara observasi/ visual mengenai banyaknya sisa makanan yang ada di piring setelah responden selesai makan. Penilaian dilakukan untuk setiap jenis hidangan, sehingga dapat diketahui hidangan mana yang tidak dihabiskan.

2. Metode pencatatan sendiri (*self-reported consumption*).

Dalam metode ini responden mengestimasi sendiri sisa makanannya, dan menuliskannya pada form khusus untuk mencatat sisa dari setiap jenis makanan. Sebelumnya responden sudah dijelaskan cara mengisi.

3. Metode recall.

Metode ini digunakan dengan tujuan untuk memperoleh informasi tentang asupan makanan seseorang selama 24 jam sehari sebelum di wawancara.

Mengukur sisa makanan dengan metode recall hanya dapat dilakukan pada responden dengan jumlah makanan yang dihidangkan sudah diketahui sebelumnya.

4. Metode penimbangan.

Metode ini relative paling akurat dibanding metode lainnya karena mengidentifikasi sisa makanan melalui penimbangan. Alat bantu yang dibutuhkan adalah timbangan dengan ketelitian 1 gram, sarung tangan untuk digunakan pada waktu memilah sisa makanan, formulir/ lembar pencatatan berat makanan yang disajikan dan makanan sisa.

Daya terima makanan dapat dilihat dari sisa makanan. Sisa makanan dikategorikan menjadi 2 yakni sisa makanan banyak apabila sisa $>20\%$ dan sisa makan sedikit $\leq 20\%$ (Kemenkes, 2013).

F. Tingkat Kesukaan

Uji hedonik adalah uji tingkat kesukaan seseorang terhadap suatu produk yang dikonsumsi sehingga dikenal juga dengan istilah uji sensorik (Triandini, 2022). Dalam melakukan uji hedonik, seorang panelis (orang yang menilai) memberikan penilaian tingkat kesukaan berdasarkan pengamatan dengan menggunakan panca indera. Oleh karena itu metode dominan yang digunakan dalam uji hedonik adalah secara indrawi atau organoleptik (Tiyani dkk., 2020). Uji hedonik menggunakan skala pengukuran yang menjadi acuan penilaian tingkat kesukaan. Skala tersebut dikenal dengan istilah skala hedonik (Triandini, 2022).

Skala hedonik juga menentukan sensitifitas dari pengukuran tingkat kesukaan. Skala hedonik yang lebih besar tentu akan memiliki sensitifitas yang lebih besar karena mempunyai rentang pengukuran yang lebih besar. Namun penggunaan skala hedonik ini memiliki resiko menghasilkan data yang terdistribusi acak jika panelis yang digunakan bukan merupakan orang yang terlatih. Data yang terdistribusi tidak normal akan menyulitkan dalam analisis data secara statistik. Sebaliknya, skala hedonik yang lebih rendah memiliki kelemahan kurangnya sensitifitas pengukuran. Namun data yang dihasilkan relatif lebih mudah dianalisis secara statistik (Lim, 2010).

Skala hedonik juga didasarkan pada tingkat kemudahan dalam aplikasinya di lapangan. Skala hedonik yang lebih besar memiliki banyak tingkat penilaian sehingga terkadang menyulitkan panelis dalam memberikan penilaian. Hal ini

menjadi masalah tersendiri terutama jika panelis dipilih secara acak tanpa ada kriteria tertentu. Skala hedonik yang lebih kecil relatif lebih mudah di aplikasikan oleh panelis. Angka penilaian yang tidak terlalu banyak dapat menyebabkan panelis lebih mudah dan cepat dalam memberikan penilaian. Hal ini tentu saja menguntungkan jika sampel yang harus dinilai relatif banyak (Pinto et al ., 2014).