

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyelenggaraan Makanan

1. Pengertian Penyelenggaraan Makanan

Penyelenggaraan makanan merupakan rangkaian kegiatan mulai dari perancangan menu hingga pendistribusian makanan kepada konsumen untuk mencapai kesehatan optimal melalui gizi yang cukup. Meliputi kegiatan pencatatan, pelaporan dan evaluasi. Ruang lingkup pengelolaan makanan sangat luas dan dipahami tidak hanya melalui perencanaan menu, pengolahan, penyimpanan dan penyajian, tetapi juga mencakup tempat, peraturan perundang-undangan, anggaran, personel, peralatan, higiene dan sanitasi, dll. (Aritonang, I 2014).

Penyelenggaraan Makanan Institusi/massal 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. Menurut (Bakri, Intiyati, & Widartika, 2018), Di Indonesia penyelenggaraan makanan banyak atau massal yang digunakan adalah penyelenggaraan makanan yang lebih dari 50 porsi sekali pengolahan.

Tujuan penyelenggaraan makanan institusi adalah menyediakan makanan yang memiliki kualitas baik, bervariasi, memenuhi kecukupan gizi, dapat diterima dan menyenangkan konsumen dengan memperhatikan standar higiene dan sanitasi maupun sarana prasarana yang digunakan.

2. Jenis Penyelenggaraan Makanan

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

sebesarbesarnya. Bentuk usaha ini seperti restaurant, snack, bars, cafeteria, catering. Usaha penyelenggaraan makanan ini tergantung pada bagaimana menarik konsumen sebanyakbanyaknya 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 nonkomersial 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).

3. Sistem Penyelenggaraan Makanan Asrama

Asrama adalah tempat atau wadah yang dikelola oleh sekelompok masyarakat tertentu untuk mendapatkan makanan secara berkelanjutan. Pelayanan makanan bagi penghuni asrama, dilandaskan atas dasar kebutuhan Masyarakat dan diharuskan berada

ditempat dan dalam jangka waktu tertentu dalam rangka melaksanakan tugasnya (Bakrietal, 2018).

Tujuan Penyelenggaraan Makanan Asrama :

- a) Mengatur menu yang tepat agar dapat diciptakan makanan yang memenuhi kecukupan gizi klien (Bakri, 2018).
- b) Menyediakan makanan untuk sekelompok masyarakat asrama yang mendapat makanan secara berkelanjutan.

Karakteristik penyelenggaraan makanan asrama :

- a) Standar gizi disesuaikan menurut kebutuhan golongan orang-orang yang di asramakan serta disesuaikan dengan sumber daya yang ada.
- b) Melayani berbagai golongan umur ataupun sekelompok usia tertentu.
- c) Dapat bersifat komersial, memperhitungkan laba rugi institusi, bila dipandang perlu dan terletak di tengah perdagangan/kota.
- d) Frekuensi makan 2-3 kali sehari, dengan atau tanpa selingan.
- e) Jumlah yang dilayani tetap.

B. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Pada masa ini sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua (dalam Ali.M dan Asrori.M, 2016). Masa remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dan masa dewasa. (dalam Santrock, 2012).

Menurut Asrori dan Ali (2016), remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia

dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama , atau paling tidak sejajar. Memasuki masyarakat dewasa ini mengandung banyak aspek afektif , lebih atau kurang dari usia pubertas. Masa remaja adalah masa peralihan manusia dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria.

Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir. Menurut hukum di Amerika serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, dan bukan 21 tahun seperti ketentuan sebelumnya. Pada usia ini, umumnya anak sedang duduk di bangku sekolah menengah. (dalam Moh Asrori dan Moh Ali, 2016)

2. Angka Kecukupan Gizi pada Remaja

Kecukupan akan zat-zat gizi di Indonesia tertuang dalam Permenkes RI nomor 75 tahun 2013 tentang Angka kecukupan gizi semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, dan aktifitas tubuh untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Penetapan rata-rata kecukupan gizi perlu dilakukan pada institusi nonkomersial dimana jumlah konsumen relatif tetap dan mudah diidentifikasi selain itu penetapan kecukupan gizi dilakukan dalam rangka pelayanan kepada konsumen sebagai tanggung jawab agar kecukupan gizi konsumen terpenuhi. Kebutuhan gizi yang menyesuaikan dengan banyak aktivitas yang dilakukan oleh anak panti khususnya usia sekolah sangat mempengaruhi, untuk itu ada beberapa fungsi dan sumber zat gizi yang perlu diketahui agar dapat tercukupi kebutuhannya yaitu :

C. Pola Menu

1. Pengertian Menu

Menurut Manuntun et al. (2015) dalam Adriyanti (2018) menu berasal dari bahasa Prancis yaitu *Le Menu* yang mempunyai arti daftar makanan yang disajikan kepada tamu di ruang makan. Menu dalam

lingkungan rumah tangga diartikan sebagai makanan atau hidangan tertentu. Menu merupakan pedoman sekaligus penuntun bagi yang menyiapkan makanan atau hidangan serta bagi mereka yang menikmati hidangan tersebut. Menu merupakan rangkaian berbagai macam makanan atau hidangan yang disajikan kepada seseorang atau sekelompok orang untuk setiap kali makan berupa susunan hidangan pagi, siang, dan malam. Menu juga diartikan sebagai susunan makanan atau hidangan yang dimakan oleh seseorang untuk sekali makan dalam sehari menurut waktu (Sandjaja. dkk, 2009).

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 kehidupanserta pertumbuhan dan perkembangan (Almatsier, 2010).

Pola menu merupakan rangkaian makanan yang dikonsumsi seseorang untuk sekali makan dalam satu hari. Menurut Almatsier (2010) berkaitan dengan 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 kehidupan serta pertumbuhan dan perkembangan. Sedangkan pola menu yang baik adalah mengikuti pola menu seimbang yang sesuai dengan kebutuhan gizi bagi konsumen atau pasien . Dengan demikian, maka hidangan yang disusun harus terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah (Bakri, 2013). Tujuan dibuat pola menu sendiri adalah penggunaan bahan makanan yang sesuai dengan kebutuhan zat gizi konsumen dan penyesuaian terhadap kebiasaan makan seseorang.

Dalam penyelenggaraan makanan institusi, menu menu dapat disusun dalam waktu yang cukup lama. Menu yang lazim di semua daerah di Indonesia umumnya terdiri dari susunan hidangan antara lain

:

- a) Hidangan lauk pauk yaitu makanan yang terbuat dari bahan makanan hewani atau nabati atau gabungan dari keduanya. Bahan makanan hewani digunakan dapat berupa daging sapi, kerbau, atau unggas seperti ayam bebek dan burung dara.
- b) 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 satumacam masakan, biasanya terdiri dari gabungan masakan berkuah dan tidak berkuah.
- c) Hidangan makanan pokok umumnya terdiri dari nasi. Disebut makanan pokok karena dari makanan inilah tubuh memperoleh sebagian besar zat gizi yang diperlukan tubuh.

2. Pola Menu Seimbang

Pola menu seimbang diharapkan dapat memenuhi kebutuhan gizi. Susunan makanan yang dihidangkan dapat memenuhi kebutuhan gizi sesuai dengan umur, jenis kelamin, dan juga aktivitas yang dilakukan. Makanan seimbang ialah makanan yang memiliki zat beragam kandungan gizi yang mengandung zat pengatur dan zat pembangun. Zat tersebut terdapat pada makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah guna memenuhi kebutuhan zat gizi dalam Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS).

D. Standar Porsi

1. Pengertian Standar Porsi

Setiap proses dalam penyelenggaraan makanan memengaruhi jumlah dalam standar porsi yang akan dihasilkan. Pembelian bahan makanan harus disesuaikan dengan menu, jumlah, dan standar porsi yang direncanakan. Salah satu hal penting dalam penyelenggaraan makanan yaitu jumlah bahan makanan dan standar porsi yang dihasilkan. Hal ini dikarenakan jumlah bahan makanan harus ditetapkan secara teliti agar standar porsi sesuai dengan yang telah direncanakan sehingga dapat memenuhi kebutuhan konsumen (Mukrie, 1990).

Standar porsi dapat diartikan sebagai banyaknya makanan/ukuran porsi yang dapat disajikan untuk setiap individu. Dalam penyelenggaraan makan, standar porsi digunakan untuk memastikan bahwa makanan yang disajikan memenuhi kebutuhan gizi individu dan mempertahankan kualitas makanan yang dihasilkan. Dalam penyelenggaraan makanan, standar porsi sangat penting untuk mengontrol berat bahan makanan yang akan disajikan agar lebih akurat dan memastikan bahwa makanan yang disajikan sesuai dengan kebutuhan individu.

2. Anjuran Porsi Menurut Kelompok Umur

Berdasarkan pedoman gizi seimbang tentang porsi kebutuhan makanan sehari berdasarkan kecukupan gizi yang dianjurkan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Porsi Makan Sehari

Bahan Makanan	Anak Usia 13-15 tahun		Anak Usia 16-18 Tahun	
	Laki- Laki 2100 kkal	Perempuan 2000 kkal	Laki- Laki 2675 kkal	Perempuan 2125 kkal
Nasi	6 ½ p	4 ½ p	8p	5p
Sayuran	3p	3p	3p	3p
Buah	4p	4p	4p	4p
Tempe	3p	3p	3p	3p
Daging	3p	3p	3p	3p
Susu	1p	1p	-	-
Minyak	6p	5p	6p	5p
Gula	2p	2p	2p	2p

Sumber : *Pedoman Gizi Seimbang Kementerian Kesehatan RI 2014*

Keterangan :

a. Nasi 1 porsi = ¾ gelas = 100 gram

b. Sayuran 1 porsi	= 1 gelas	= 100 gram
c. Buah 1 porsi	= 1 buah	= 50 gram
d. Tempe 1 porsi	= 2 potong sedang	= 50 gram
e. Daging 1 porsi	= 1 potong sedang	= 35 gram
f. Ikan 1 porsi	= 1/3 ekor	= 45 gram
g. Susu sapi	= 1 gelas	= 200 gram
h. Minyak 1 porsi	= 1 sendok teh	= 5 gram
i. Gula	= 1 sendok makan	= 20 gram

E. Daya Terima Makanan

1. Pengertian 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). Menurut Ruelly (2007) dalam (Widi et al. 2020) menjelaskan bahwa daya terima makanan didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam menghabiskan makanan yang diberikan. Penyelenggaraan makanan dapat dikatakan mencapai keberhasilan apabila dapat dihabiskan dan diterima. Daya terima makanan juga dapat dikatakan sebagai kemampuan seseorang untuk menghabiskan makanan yang disajikan sesuai dengan kebutuhannya (Oktaviani et al., 2019). Berdasarkan uraian tersebut maka dapat dijelaskan bahwa daya terima makanan adalah kesanggupan seseorang dalam menghabiskan makanan yang dihidangkan.

2. Indikator Daya Terima

Daya terima makanan dapat dilihat dari sisa makanan yang ditinggalkan dengan arti lain tolak ukur daya terima makanan bisa dinilai dari sisa makanan. Semakin banyak sisa makanan yang ditinggalkan, maka daya terima makanan dinilai kurang. Sedangkan semakin sedikit sisa makanan yang ditinggalkan maka daya terima dinilai baik. Sisa makanan adalah bahan makanan yang tidak dikonsumsi oleh konsumen. Terdapat 2 (dua) jenis sisa makanan, yakni

meliputi ketika persiapan dan pengolahan terdapat kehilangan bahan makanan, serta terdapat makanan yang tidak habis dimakan setelah penyajian (Deby, Rahardjo and Rumengan, 2018).

Menurut Kemenkes RI nomor 129 tahun 2008 menyebutkan sisa makanan diartikan sebagai makanan yang tidak bisa dihabiskan pasien. Adapun kategori dari sisa makanan, yaitu meliputi $\geq 20\%$ yang berarti sisa banyak, dan $< 20\%$ yang berarti sisa sedikit (Amalia 2020). Sisa makanan merupakan cerminan dari daya terima pasien terhadap makanan yang bisa berdampak pada peningkatan risiko masalah gizi.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Daya Terima Makanan

Secara umum, beberapa faktor yang mempengaruhi daya terima makanan meliputi :

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan ciri khusus atau faktor yang didapatkan dari dalam diri yakni meliputi faktor psikologis dan jasmani yang dapat berupa sikap maupun sifat yang telah dimiliki oleh konsumen, yaitu antara lain:

1) Umur

Menurut AKG (Angka Kecukupan Gizi) yang direkomendasikan yakni semakin bertambahnya usia maka terdapat sedikit perbedaan dalam kebutuhan energi dan zat gizi. Pada seseorang yang berada pada fase pesatnya pertumbuhan yaitu pada saat bayi hingga remaja yang mempunyai kebutuhan gizi yang meningkat.

2) Jenis Kelamin

Jenis kelamin dapat berpengaruh terhadap daya terima makanan yang dapat dilihat dari sisa makanan. Hal tersebut dikarenakan energi laki-laki dengan perempuan memiliki perbedaan yakni perempuan memiliki kebutuhan energi basal yang lebih rendah sebanyak 5% hingga 10% dibandingkan dengan kebutuhan energi basal pada laki-laki. Selain itu, perbedaan juga dapat diamati pada susunan tubuh serta tingkat

aktivitas yang dimiliki, yakni perempuan lebih jarang beraktivitas menggunakan otot dibandingkan dengan laki-laki. Selain itu AKG (angka Kecukupan Gizi) laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan sehingga dapat lebih banyak menghabiskan makanan daripada perempuan.

3) Keadaan Fisik

Menurut Moehji dalam Wirawan (2021) kondisi fisik merupakan keadaan pasien terkait dengan kesadaran maupun dalam kondisi yang lemah. Kondisi fisik pasien berperan sebagai penentu diet yang akan diberikan dalam proses penyembuhan. Kondisi fisik antara lain, nadi, respirasi, tekanan darah, serta suhu tubuh pada saat proses perawatan pasien.

4) Kebiasaan Makanan

Kebiasaan makanan memberikan gambaran pola konsumsi dan perilaku yang berkaitan dengan makanan seperti, frekuensi, kebiasaan, keyakinan terhadap makanan (pantangan), serta tata krama makan (Wirawan, 2021).

b. Faktor Eksternal

1) Penampilan Makanan

Sangat diperlukan untuk memperhatikan penyajian makanan karena penampilan penyajian yang menarik berpengaruh terhadap daya terima makanan oleh konsumen.

2) Rasa Makanan

Rasa makanan adalah faktor yang menjadi penentu cita rasa makanan berdasarkan penilaian dari indera pengecap dan juga indera penciuman. Rasa makanan dapat didefinisikan sebagai perasaan yang muncul ketika sudah menelan makanan. Rasa makanan yang dihidangkan berpengaruh terhadap tingkat asupan makanan konsumen.

3) Porsi Makanan

Porsi yang terlalu banyak maupun terlalu sedikit dapat berdampak pada daya tarik konsumen untuk mengonsumsi makanan yang dihidangkan. Patokan kecukupan yang dapat

dijadikan sebagai pedoman dalam penepatan porsi baku makanan di Indonesia yaitu dengan anjuran yang telah dirancang Departemen Kesehatan.

4) Waktu Penyajian

Waktu penyajian makanan sesuai dengan standar operasional yang telah ditetapkan oleh masing-masing rumah sakit. Waktu pembagian serta jarak waktu makan yang tepat dapat memengaruhi sisa makanan. Keterlambatan penyajian makanan kepada konsumen dapat menyebabkan menurunnya selera makan.

4. Cara Mengukur Daya Terima

Daya terima makanan diukur dengan nilai sisa makanan dan data sisa makanan bisa didapatkan dengan menggunakan metode penimbangan makanan yang tidak habis, lalu di rata-ratakan berdasarkan jenis makanan. Menurut Kemenkes RI nomor 129 (2008) menjelaskan perhitungan persentase dari sisa makanan yaitu dengan melakukan perbandingan pada sisa makanan dengan standar makanan kemudian dikali dengan 100% seperti sebagai berikut:

$$\frac{\text{sisa makanan (gr)}}{\text{berat porsi makanan untuk pasien (gr)}} \times 100\%$$

Adapun beberapa metode yang digunakan dalam mengukur daya terima pasien yaitu :

a. Penimbangan makanan

Menurut Supriasa dalam Widarini, (2021) metode penimbangan merupakan ke dalam metode survey konsumsi makanan yang tergolong kuantitatif. Metode penimbangan diterapkan agar dapat mengetahui asupan zat gizi individu dengan akurat. Metode ini sangat membantu dalam penetapan konsumsi makanan pada suatu institusi atau tempat dimana seseorang tinggal bersama-sama dengan tepat dan benar.

Hal tersebut dikarenakan orang tersebut telah mengetahui jenis, porsi, ukuran, dan komposisi dari makanan yang dikonsumsinya

dengan pencatatan serta penimbangan oleh petugas. Hasil dari penimbangan tersebut menunjukkan hasil yang aktual atau sebenarnya. Kelemahan dari metode ini yaitu membutuhkan waktu yang lama, alat khusus, petugas yang kompeten, dan kerja sama yang baik dengan sampel (Ekasari et al. 2014).

b. Metode Taksiran *Visual Comstock (Visual Method)*

Metode penilaian konsumsi makanan yang telah dikembangkan yaitu metode taksiran Visual Comstock. Pengukuran pada metode tersebut yaitu dengan melakukan taksiran dengan visual terhadap sisa makanan berdasarkan setiap 8 jenisnya. Hasil dari panaksiran yaitu berupa skor dengan skala pengukuran maupun bentuk satuan gram (Nuryati dalam Widarini, 2021). Kelebihan dari metode ini yaitu waktu yang termasuk singkat, tidak membutuhkan alat yang rumit dan banyak, biaya yang hemat, serta dapat menggambarkan sisa makanan (Kurniawan 2019).

F. Kerangka Pemikiran

