

**GAMBARAN PENGULANGAN BAHAN MAKANAN PADA SIKLUS MENU
DI RUMAH SAKIT UMUM dr. LA PALALOI
KABUPATEN MAROS**

*Overview of repetition of food ingredients in the menu cycle at the general hospital dr.
La Palaloi maros district*

Nur Asmi¹, Aswita Amir², Sukmawati²

¹Mahasiswa Prodi Gizi Poltekkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Makassar

*) nurasmi@poltekkes-mks.ac.id

Hp : 088242213685

ABSTRACT

Hospital food management is a series of activities starting from menu planning to distributing food to patients. This food service activity is: part of the nutrition installation activities to meet the nutritional needs of patients. The aim of the research is to find out the description of the repetition of food ingredients in the menu cycle at RSUD dr. La Palaloi, Maros Regency. The use of a varied menu is very important for hospitals. To meet the patient's nutritional needs, maintain the patient's appetite, and support optimal recovery, the menu is varied and high quality. This research is a descriptive observational study. The research sample was the menu arrangement for 7 days used at Dr. La Palaloi District. Maros. This is done by directly observing the menu cycle, especially animal side dishes, vegetable side dishes, vegetables and fruit. Data is obtained, processed and presented descriptively, outlined in the form of a distribution table which is then narrated. The results of research conducted at the Nutrition Installation at RSUD dr. La Palaloi District. In Maros, the use of food ingredients that are repeated at every meal is still common. The food ingredients that are repeated in animal side dishes are chicken and shrimp. In vegetable side dishes that often appear are tofu and tempeh. Meanwhile, vegetables that experienced repetition were carrots, beans, chayote, long beans, potatoes, corn and cabbage. It is recommended that nutritionists carry out an assessment of food ingredients that are repeated on the menu so that nutritionists can make improvements so that patients can meet their nutritional needs and reduce boredom with the hospital food menu.

Keywords : *Menu Cycle, Repetition of Food Ingredients*

ABSTRAK

Pengelolaan makanan rumah sakit merupakan serangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu hingga pendistribusian makanan kepada pasien. Kegiatan penyelenggaraan makanan ini merupakan bagian dari kegiatan instalasi gizi untuk memenuhi kebutuhan gizi pasien. Tujuan penelitian adalah mengetahui gambaran pengulangan bahan makanan pada siklus menu di RSUD dr. La Palaloi, Kabupaten Maros. Penggunaan menu yang bervariasi sangat penting bagi rumah sakit untuk memenuhi kebutuhan zat gizi pasien, menjaga nafsu makan pasien, mendukung pemulihan yang optimal, dan menu yang bervariasi serta berkualitas tinggi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional. Sampel penelitian adalah susunan

menu selama 7 hari yang digunakan di RSUD dr. La Palaloi Kab. Maros. Dilakukan dengan cara observasi langsung pada siklus menu terutama pada lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah. Data diperoleh, diolah dan disajikan secara deskriptif yang dinyatakan dalam bentuk tabel distribusi yang kemudian dinarasikan. Hasil penelitian yang dilakukan di Instalasi Gizi RSUD dr. La Palaloi Kab. Maros diperoleh bahwa penggunaan bahan makanan berulang pada setiap kali makan masih banyak terjadi. Adapun bahan makanan pada yang berulang pada lauk hewani yaitu, ayam dan udang. Pada lauk nabati yang berulang yaitu, tahu dan tempe. Sedangkan pada sayur yang mengalami pengulangan yaitu, wortel, buncis, labu siam, kacang panjang, kentang, jagung, dan kol. Disarankan kepada ahli gizi untuk melakukan penilaian tentang bahan makanan yang mengalami pengulangan pada menu sehingga ahli gizi dapat melakukan perbaikan agar pasien dapat terpenuhi kebutuhan zat gizi dan mengurangi rasa bosan terhadap menu makanan rumah sakit.

Kata kunci : Siklus Menu, Pengulangan Bahan Makanan

PENDAHULUAN

Rumah Sakit menurut Permenkes Nomor 72 Tahun 2016 adalah sarana kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan meliputi pelayanan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan, dan gawat darurat. Salah satu pelayanan yang diberikan di Rumah Sakit adalah Pelayanan Gizi. Pelayanan Gizi Rumah Sakit bagian penting dari sistem pelayanan rawat inap yang komprehensif. Pelayanan gizi rumah sakit merupakan pelayanan gizi yang diberikan kepada pasien untuk mencapai kondisi optimal dalam memenuhi kebutuhan gizi pasien, sekaligus memenuhi kebutuhan metabolisme tubuh dalam rangka

meningkatkan upaya penyembuhan dari pasien rawat inap dan rawat jalan.

Asupan zat gizi yang diberikan harus sesuai dengan kebutuhan. Kebutuhan gizi adalah jumlah zat gizi minimal yang diperlukan seseorang untuk hidup sehat. Kebutuhan zat gizi masing-masing orang berbeda, salah satunya karena faktor genetika. Kegunaan perhitungan kebutuhan gizi adalah sebagai evaluasi konsumsi pangan dan gizi. Sedangkan, kecukupan gizi yang dianjurkan adalah pola makan seimbang yang memenuhi kebutuhan berbagai zat gizi melalui makanan sehari-hari (SafSafitri, 2020). Pengulangan bahan makanan dapat menjadi masalah yang perlu diperhatikan secara serius saat membuat siklus menu. Ketika bahan makanan yang sama digunakan berulang kali

selama siklus menu tertentu, ini mungkin terjadi secara tidak sengaja atau karena kekurangan sumber daya. Tetapi itu dapat berdampak besar pada kepuasan pasien, variasi zat gizi yang diterima, dan pengalaman makan secara keseluruhan. RSUD Dr. La Palaloi merupakan salah satu Rumah Sakit Tipe B yang melaksanakan penyelenggaraan makanan banyak serta telah melaksanakan siklus menu 7 hari pada pasien rawat inap. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti mengenai gambaran pengulangan bahan makanan pada siklus menu tujuh hari di RSUD Dr. La Palaloi Maros. Adapun tujuannya yaitu untuk mengetahui gambaran pengulangan bahan dan siklus menu yang digunakan di RSUD dr. La Palaloi, Kab. Maros

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian yang bersifat deskriptif observasional dengan tujuan untuk mempelajari bahan makanan yang sering digunakan di makanan rumah sakit.

Lokasi dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Instalasi Gizi RSUD dr. La Palaloi Kabupaten Maros. Pada bulan Maret-

April tahun 2024.

Sampel Penelitian

Adapun sampel yang digunakan adalah jenis bahan makanan yang digunakan pada menu lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Data Primer dalam penelitian ini adalah Pengulangan bahan makanan diperoleh melalui observasi langsung pada siklus menu yang ada di Instalasi Gizi RSUD dr. La Palaloi Kabupaten Maros.

Data sekunder pada penelitian ini adalah siklus menu di Instalasi Gizi RSUD dr. La Palaloi Maros.

Pengolahan dan analisis data

Data pengulangan bahan makanan diolah dengan mentabulasi masing-masing jenis makanan yang disajikan dalam bentuk tabel kemudian dianalisis secara deskriptif dengan melihat hasil format penilaian pola menu dengan ketentuan :

- a. Berulang apabila terdapat bahan yang berulang setiap kali makan.
- b. Tidak berulang apabila tidak terdapat bahan yang berulang setiap kali makan.

Data yang telah diperoleh dan diolah disajikan secara deskriptif yang

dinyatakan dalam bentuk tabel distribusi yang kemudian dinarasikan.

HASIL

Siklus menu merupakan susunan menu yang terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah. Adapun susunan menu yang digunakan di RSUD dr. La Palaloi Maros 7 hari. Siklus menu 7 hari yang ada di Instalasi Gizi RSUD dr. La Palaloi ini belum terpenuhi jika disesuaikan dengan pedoman buku PGRS, dikarenakan terdapat menu makan pagi, siang, dan malam yang belum memasukkan lauk nabati.

Siklus menu yang disajikan oleh Instalasi Gizi RSUD dr. La Palaloi didapatkan gambaran bahwa variasi menu yang terdiri dari lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah yang masih terdapat beberapa bahan makanan yang berulang pada setiap kali makan. Pola menu hari ke-I terdapat 2 bahan makanan yang berulang yaitu pada sayur terdapat buncis dan wortel. Pola menu hari ke-II terdapat 4 bahan makanan yang berulang yaitu, lauk hewani terdapat ayam. Lauk nabati terdapat tempe. Sedangkan, pada sayur terdapat kentang dan wortel. Pola menu hari ke-III terdapat 6 bahan makanan

yang berulang yaitu, lauk hewani terdapat ayam. Lauk nabati terdapat tahu. Sedangkan, pada sayur terdapat jagung, kacang panjang, labu siam, dan wortel. Pola menu hari-IV terdapat 6 bahan makanan yang berulang yaitu, lauk hewani terdapat ayam. Lauk nabati terdapat tahu. Sedangkan, pada sayur terdapat buncis, wortel, dan labu siam. Pola menu hari ke-V terdapat 5 bahan makanan yang berulang yaitu, lauk hewani terdapat ayam, dan udang. Sedangkan, sayur terdapat buncis dan wortel. Pola menu hari ke-VI terdapat 3 bahan makanan yang berulang yaitu, lauk nabati terdapat tahu. Sedangkan, pada sayur terdapat kol dan wortel. Pola menu hari ke-VII terdapat 5 bahan makanan yang berulang yaitu, lauk hewani terdapat ayam. Sedangkan, pada sayur terdapat buncis, labu siam, dan wortel.

PEMBAHASAN

Perencanaan menu adalah pengaturan hidangan dan minuman yang akan disajikan di acara tertentu atau rumah makan. Tujuan perencanaan menu adalah memastikan variasi, keseimbangan dalam gizi, ketersediaan bahan makanan, dan aspek kenyamanan bagi pelanggan. Perencanaan menu

yang baik mempertimbangkan preferensi pelanggan, variasi hidangan, keseimbangan gizi, ketersediaan bahan makanan, tampilan, kecakapan koki, dan umpan balik pelanggan. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa menu memiliki variasi, keseimbangan gizi, ketersediaan bahan makanan, dan aspek kenyamanan pelanggan. Menu yang memenuhi kebutuhan makan pelanggan dapat dibuat dengan mempertimbangkan semua kriteria ini. Hasil penelitian yang dilakukan di Instalasi Gizi RSUD dr. La Palalo Kab. Maros diperoleh bahwa penggunaan bahan makanan berulang pada setiap kali makan masih sering terjadi. Siklus menu dengan penggunaan bahan makanan berulang paling banyak pada siklus menu hari ke-III dan IV sebanyak 6 bahan makanan yang berulang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siklus menu dengan penggunaan bahan makanan berulang yang paling sedikit adalah siklus menu hari ke-I di mana bahan makanan yang berulang hanya 2 jenis bahan makanan. Dilihat dari siklus menu yang ditampilkan masih sering terjadi pengulangan bahan makanan. Selain itu, variasi bahan makanan juga perlu ditingkatkan. Sehingga, bahan makanan sering kali

digunakan secara berulang dalam waktu yang dekat, hanya dengan perbedaan dalam cara memasak atau mengolahnya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Zulaikha (2016), di mana diketahui pada saat melakukan perbandingan variasi bahan mulai dari hari ke 1 sampai hari ke 5, terdapat bahan makanan yang tidak bervariasi pada hari kelima karena menggunakan bahan makanan yang sama dengan hari ke satu yaitu ayam.

Penggunaan bahan dan menu makanan yang sama dan disajikan beberapa kali setiap waktu makan menyebabkan adanya rasa bosan selama perawatan di rumah sakit serta cenderung membuat responden tidak mau menghabiskan makanannya (Izzah, 2021). Semakin terbatas atau kurang beragam pilihan menu, semakin besar kemungkinan pasien merasa jenuh atau bosan (Umami, 2017). Maka, Penting untuk memperhatikan siklus menu agar dapat mengurangi kejenuhan terhadap variasi menu yang disajikan. Seseorang yang sedang sakit cenderung mengalami penurunan kemampuan indera pengecap dibandingkan dengan orang yang sehat. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pelatihan tentang teknik memasak dan penyajian

makanan yang tepat. Hal ini bertujuan agar makanan terlihat lebih menggugah selera dan mudah diterima oleh pasien, sehingga mereka dapat mengonsumsi makanan dengan baik (Rimporok dkk., 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Siklus menu yang digunakan di RSUD dr. La Palaloi Kab. Maros yaitu siklus menu 7 hari.
2. Pengulangan bahan makanan pada siklus menu di RSUD dr. La Palaloi Kab. Maros masih banyak terjadi.
3. Bahan makanan pada lauk hewani yang mengalami pengulangan yaitu, ayam dan udang.
4. Bahan makanan pada lauk nabati yang mengalami pengulangan yaitu, tahu dan tempe.
5. Bahan makanan pada sayur yang mengalami pengulangan yaitu, wortel, buncis, labu siam, kacang panjang, kentang, jagung, dan kol.

SARAN

1. Disarankan kepada ahli gizi untuk melakukan penilaian tentang bahan makanan yang mengalami

pengulangan pada menu sehingga ahli gizi dapat melakukan perbaikan agar pasien dapat terpenuhi kebutuhan zat gizi dan mengurangi rasa bosan terhadap menu makanan rumah sakit.

2. Hasil penelitian dapat dijadikan acuan dan masukkan kepada penelitian selanjutnya dengan menggunakan variabel yang berbeda.
3. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi terhadap penyelenggaraan makanan pada rumah sakit

DAFTAR PUSTAKA

- Awalia, N. (2022). *Gambaran Kesesuaian Menu Yang Telah Ditetapkan Dengan Yang Disajikan Di Pondok Pesantren Ar-Risalah Padang Tahun 2022*. Tugas Akhir. Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang
- Izzah, N., & Nurulfuadi. (2021). *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Sisa Makanan Pasien Rawat Inap di RSUD Sultan Suriyah Kota Banjarmasin*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(4), 676–692.
- Kemenkes RI. (2016). *Penyelenggaraan makanan rumah sakit*. *Jurnal Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit*, 2018, 1–235.
- Notoatmodjo. (2018). *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta* | 9. *Jurnal*

- Kesehatan, 6(6), 9–33.
- Putri. (2018). *Evaluasi Penyelenggaraan Makanan. Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Rimporok, M., Widyaningrum, K., & Satrijawati, T. (2019). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sisa Makanan yang Dikonsumsi Oleh Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Bunda Malang Tahun 2019*. *Chmk Health Journal*, 3(3), 56–61.
- SafSafitri, N. A. (2020). *Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Remaja Di Smpn 27 Pekanbaru*. *Convention Center Di Kota Tegal*, 938, 6–37.
- Saputri, C. D., & Bakri, B. (2019). *Quality Of Menu, Menu Pattern, Energy Availability And Nutrition In The Food And Breakfast Menu Opening During Ramadhan For Religious Residents*. *Oktober*, 8(2), 120–130.
- Umami, R. (2017). *Determinan Sisa Makanan dan Estimasi Biaya Sisa Makanan Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Lumajan*. *Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 1–91.
- Zulaikha, S. (2016). *Gambaran Variasi Menu Dan Kesesuaian Standar Porsi Makan Siang Dengan Pelayanan Katering Di SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu Tahun 2016*. *Revista Brasileira de Ergono*

Tabel 1
Siklus Menu 7 Hari RSUD dr. La Palaloi

Hari	Makan Pagi	Makan Siang	Makan Malam
I	Nasi/Bubur Telur Fuyung Hai Tahu Opor Tumis Sawi Putih Jeruk Santang	Nasi/Bubur Ayam Semur Tumis Tempe Sup Kacang Merah Plecing Kangkung Lengkeng	Nasi/Bubur Ikan Masak Sarden Perkedel Jagung Goreng/Bakar Gulai Kacang Panjang Rambutan
II	Nasi/Bubur Ayam Abon Kerupuk Anggur Merah	Nasi/Bubur Rendang Ayam Tempe Goreng/Masak Bb Bali Soto Ayam Tumis Labu Siam Apel Fuji	Nasi/Bubur Ikan Bandeng Masak Tomat Oseng-Oseng Tempe Sup Jagung Pisang Raja
III	Nasi/Bubur Telur Ceplok Bb Kecap Tempe Masak Saus Tomat Sambala Labu Siam Jeruk Lokam	Nasi/Bubur Ayam Mempelai Tahu Bacem Sayur Tumis Sup Kental Jagung Pear Hijau	Nasi/Bubur Ikan Bkr Bb Dabu-Dabu Tahu Masak Bb Rica-Rica Sayur Asem Pisang Susu
IV	Nasi/Bubur Telur Rebus Bb Kecap Sambal Goreng Tahu Sup Sayuran Apel Fuji	Nasi/Bubur Kare ayam Opor Tahu Sup Ayam Bening Tumis Labu Siam Jeruk Manis	Nasi/Bubur Ikan masak kluwak Perkedel Tahu Lodeh Labu Kuning Pisang Ambon
V	Nasi/Bubur Telur Rebus Orak Arik Sayur Lengkeng	Nasi/Bubur Ayam Nasulikku Perkede Jagung Sup Macaroni Terong Balado Pear Hijau	Nasi/Bubur Ikan Masak Kari Capcay Pisang Raja
VI	Nasi/Bubur Telur Rebus Bb Opor Oseng Oseng Sayur Apel Malang	Nasi/Bubur Semur Ayam Cincang Opor Tahu Sayur Tumis Soto Betawi Apel Fuji	Nasi/Bubur Ikan Bandeng Bakar Dabu- Dabu Tahu Masak Bumbu Balado Sup Kimlo Pear Hijau
VII	Nasi/Bubur Telur Dadar Sup Sayuran Apel Merah	Nasi/Bubur Ayam Masak Bb Kecap Lada Hitam Tahu Masak Kuning Sup Labu Siam Sambal Hati Goreng Plus Sayuran Jeruk Manis	Nasi/Bubur Bandeng Masak Kluwak Oseng-Oseng Tahu Kare Kentang Pear Biasa

Sumber: Data sekunder 2024