

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Profil RSUP dr. Ben Mboi Kupang

Rumah Sakit Umum Pusat (RSUP) dr. Ben Mboi Kupang merupakan salah satu rumah sakit rujukan pemerintah yang berada di wilayah Provinsi Nusa Tenggara Timur. Rumah sakit ini diresmikan pada tanggal 19 Desember 2023 dan berlokasi di Kelurahan Manulai II, Kecamatan Alak, Kota Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Kehadiran RSUP dr. Ben Mboi diharapkan dapat meningkatkan akses dan kualitas pelayanan kesehatan bagi masyarakat, khususnya di wilayah Indonesia Timur.

RSUP dr. Ben Mboi termasuk rumah sakit umum pusat tipe B yang menjadi salah satu rumah sakit terbesar di kawasan Indonesia Timur. Rumah sakit ini dibangun dengan konsep gedung terbuka yang memperhatikan aspek tata ruang kota serta didukung oleh sistem drainase yang terintegrasi dengan pengelolaan limbah rumah sakit. Pembangunan rumah sakit dilakukan di atas lahan seluas kurang lebih 18 hektar dengan luas bangunan sekitar 35.000 meter persegi.

Proses pembangunan RSUP dr. Ben Mboi berlangsung selama 24 bulan, dengan waktu konstruksi utama selama 18 bulan hingga fasilitas rumah sakit dapat beroperasi secara optimal. Untuk mendukung pelayanan kesehatan kepada masyarakat, rumah sakit ini dilengkapi dengan berbagai sarana dan prasarana yang memadai.

Kapasitas pelayanan rawat inap di RSUP dr. Ben Mboi mencapai 220 tempat tidur yang terdiri atas 100 tempat tidur kelas III, 28 tempat tidur kelas II, 28 tempat tidur kelas I, 12 tempat tidur VIP, 4 tempat tidur VVIP, 28 tempat tidur perawatan intensif, dan 20 tempat tidur ruang isolasi. Selain didukung oleh fasilitas yang lengkap, rumah sakit ini juga

memiliki sumber daya manusia yang berjumlah 528 orang yang bertugas dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada pasien.

2. Visi dan Misi RSUP dr. Ben Mboi Kupang

a. Visi

Menjadi rumah sakit rujukan regional yang mandiri, unggul, dan terpercaya.

b. Misi

- 1) Menyelenggarakan pelayanan kesehatan secara profesional, terintegrasi, dan holistik yang berorientasi pada keselamatan pasien serta kelestarian lingkungan.
- 2) Menyelenggarakan pengelolaan manajemen yang modern, efektif, dan inovatif.
- 3) Meningkatkan kesejahteraan karyawan secara profesional.
- 4) Menyelenggarakan pendidikan dan pelatihan sumber daya manusia secara berkesinambungan guna menghasilkan tenaga yang kompeten dan berdaya saing.

3. Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang

Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang merupakan unit pelayanan yang bertanggung jawab dalam penyelenggaraan pelayanan gizi dan makanan bagi pasien di rumah sakit. Ruang lingkup pelayanan instalasi gizi meliputi asuhan gizi, penyelenggaraan makanan, serta kegiatan penelitian dan pengembangan di bidang gizi.

Pelayanan gizi diberikan sesuai dengan kondisi pasien dengan mempertimbangkan keadaan klinis, status gizi, dan kebutuhan metabolisme tubuh. Pelayanan tersebut bertujuan untuk mendukung proses pengobatan, mempercepat pemulihan pasien, serta membantu mempertahankan dan meningkatkan status gizi pasien selama menjalani perawatan. Dalam pelaksanaannya, pelayanan gizi dilakukan secara terpadu dengan pelayanan kesehatan lainnya sesuai dengan kebijakan dan pedoman yang berlaku di rumah sakit.

Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi didukung oleh tenaga kerja yang terdiri atas Aparatur Sipil Negara (ASN), tenaga kontrak, tenaga alih daya (*outsourcing*), ahli gizi, pramumasak, dan pramusaji. Tenaga ahli gizi terdiri atas kepala instalasi, ahli gizi pelaksana, ahli gizi klinik, dan ahli gizi Sistem Penjaminan Mutu Internal (SPMI). Selain itu, terdapat 6 orang pramumasak dan 10 orang pramusaji yang bertanggung jawab dalam proses pengolahan serta distribusi makanan pasien.

Untuk menunjang pelayanan makanan selama 24 jam, sistem kerja di Instalasi Gizi dibagi ke dalam beberapa shift. Ahli gizi bertugas pada pukul 07.30–16.00 WITA, sedangkan pramumasak dan pramusaji bekerja berdasarkan sistem shift pagi dan shift siang sesuai jadwal yang telah ditetapkan.

Tata letak instalasi gizi terdiri atas ruang penerimaan bahan makanan, gudang penyimpanan bahan makanan kering dan basah, ruang persiapan, ruang pengolahan, ruang pemorsian, dan ruang distribusi makanan. Seluruh proses penyelenggaraan makanan menerapkan sistem alur satu arah (*one way flow*), yang dimulai dari penerimaan bahan makanan, penyimpanan, persiapan, pengolahan, pemorsian, hingga pendistribusian makanan kepada pasien.

Sistem penyelenggaraan makanan di Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang menerapkan sistem alur satu arah (*one way flow*). Sistem ini digunakan untuk mendukung kelancaran proses kerja, menjaga kebersihan dan keamanan pangan, serta meminimalkan risiko kontaminasi selama proses penyelenggaraan makanan.

Penyelenggaraan makanan diawali dengan penerimaan bahan makanan pada ruang penerimaan. Setelah dilakukan pemeriksaan, bahan makanan disimpan sesuai karakteristiknya pada gudang penyimpanan bahan makanan kering maupun gudang penyimpanan bahan makanan basah. Selanjutnya, bahan makanan dipersiapkan dan diolah sesuai dengan siklus menu yang berlaku di rumah sakit.

Makanan yang telah selesai diolah kemudian diporsikan sesuai dengan kebutuhan dan jenis diet masing-masing pasien. Tahap terakhir adalah pendistribusian makanan ke ruang perawatan pasien sesuai jadwal pelayanan makanan yang telah ditetapkan. Dengan penerapan sistem alur satu arah, setiap tahapan penyelenggaraan makanan dapat berlangsung secara teratur dan efisien sehingga mutu pelayanan makanan bagi pasien dapat terjaga.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 1 siklus menu (10 hari kerja) pada bulan Mei 2026. Pengambilan data dilakukan pada tahap persiapan bahan makanan dengan cara menimbang berat aktual bahan makanan sumber protein hewani, meliputi daging ayam, daging sapi, ikan tuna (ikan belang kuning), dan telur ayam. Hasil penimbangan kemudian dikonversi menjadi Berat Dapat Dimakan (BDD) dan dibandingkan dengan standar porsi yang ditetapkan oleh Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang.

1. Gambaran Siklus Menu dan Jumlah Pasien Diet ETPT

Berdasarkan data di lapangan, untuk pasien diet ETPT di RSUP dr. Ben Mboi Kupang, setiap kali makan disajikan 2 jenis lauk hewani untuk memenuhi kebutuhan protein yang tinggi, dimana salah satunya selalu berupa telur rebus. Berikut adalah jadwal siklus menu makanan biasa, nama bahan makanan yang digunakan, serta jumlah pasien yang dilayani setiap harinya selama 10 hari pengamatan :

Tabel 3. Siklus Menu Lauk Hewani dan Jumlah Pasien Diet ETPT

No.	Siklus Menu	Nama Lauk Hewani	Jumlah Pasien (Orang)
1.	Menu hari ke-1	Ikan asam manis Telur rebus	11
2.	Menu hari ke-2	Telur ceplok saus tiram Telur rebus	10
3.	Menu hari ke-3	Ikan kuah asam Telur Rebus	9
4.	Menu hari ke-4	Pepes Ikan Telur Rebus	9

No.	Siklus Menu	Nama Lauk Hewani	Jumlah Pasien (Orang)
5.	Menu hari ke-5	Ayam bumbu kecap Telur rebus	7
6.	Menu hari ke-6	Bistik daging sapi Telur rebus	13
7.	Menu hari ke-7	Fuyunghai Telur rebus	10
8.	Menu hari ke-8	Ikan suwir kemangi Telur rebus	9
9.	Menu hari ke-9	Ayam bumbu kuning Telur rebus	15
10.	Menu hari ke-10	Telur bumbu gulai Telur Rebus	17

Sumber : Dokumen Siklus Menu dan Jumlah Pasien di Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang 2026

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa dalam satu siklus menu makan siang terdapat variasi lauk hewani utama berupa olahan ikan, olahan telur, daging ayam, dan daging sapi yang selalu dipadukan dengan telur rebus sebagai lauk pendukung. Jumlah pasien yang mendapatkan pelayanan diet ETPT pada jam makan siang bervariasi setiap harinya, dengan rentang jumlah pasien paling sedikit sebanyak 7 orang pada hari ke-5, dan paling banyak sebanyak 17 orang pada hari ke-10. Data jumlah pasien ini menjadi dasar perhitungan jumlah bahan makanan yang harus disiapkan, sehingga semakin banyak jumlah pasien maka semakin banyak juga potongan atau butir bahan makanan yang diamati dan dijadikan sampel penelitian.

2. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Bahan Makanan Sumber Protein Hewani

Berdasarkan jadwal siklus menu makan siang dan jumlah pasien diet ETPT, maka diperoleh jumlah sampel pengamatan sesuai dengan jenis bahan makanan yang digunakan selama penelitian. Berikut adalah rincian jumlah sampel yang dijadikan objek penelitian :

Tabel 4. Distribusi Sampel Bahan Makanan Sumber Protein Hewani Diet ETPT

No.	Bahan Makanan	Jumlah Porsi (n)	Persentase (%)
1.	Daging ayam	22	10,0
2.	Daging sapi	13	5,9
3.	Ikan tuna	38	17,3
4.	Telur ayam	147	66,8
Total		220	100,0

Berdasarkan tabel 4, selama 1 siklus menu makan siang yang berlangsung selama 10 hari, diperoleh total sampel penelitian sebanyak 220 sampel. Jenis sumber protein hewani yang paling banyak digunakan dan diamati adalah telur ayam dengan jumlah 147 sampel (66,8%). Hal ini dikarenakan telur ayam tidak hanya muncul sebagai lauk pendukung (telur rebus) setiap hari pada menu makan siang, tetapi juga menjadi lauk utama pada hari ke-2, ke-7, dan ke-10. Urutan kedua terbanyak adalah ikan tuna sebanyak 38 sampel (17,3%), yang digunakan pada menu makan siang hari ke-1, ke-3, ke-4, dan ke-8. Selanjutnya adalah daging ayam sebanyak 22 sampel (10,0%) yang digunakan pada hari ke-5 dan ke-9. Jenis bahan makanan yang paling sedikit digunakan adalah daging sapi sebanyak 13 sampel (5,9%), yang hanya digunakan satu kali dalam siklus menu makan siang yaitu pada hari ke-6. Persentase ini menunjukkan komposisi penggunaan bahan makanan di Instalasi gizi, yang dimana telur ayam menjadi bahan makanan pokok penyumbang protein utama bagi pasien diet ETPT pada jam makan siang.

3. Standar Porsi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani Diet ETPT

Standar porsi bahan makanan sumber protein hewani pada diet ETPT yang berlaku di Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang:

Tabel 5. Standar Porsi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani Diet ETPT

No.	Bahan Makanan	Standar Porsi (Gram/Porsi)	Persentase BDD
1.	Daging ayam	56	58%
2.	Daging sapi	56	100%
3.	Ikan tuna	56	100%
4.	Telur ayam	56	89%

Sumber : Standar Porsi Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang dan TKPI (2020)

Berdasarkan tabel 5, standar porsi berat mentah untuk seluruh jenis sumber protein hewani ditetapkan sebesar 56 gram per porsi. Persentase Berat Dapat Dimakan (BDD) yang digunakan bersumber dari Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) tahun 2020, dengan nilai yang berbeda pada setiap jenis bahan sesuai karakteristik fisiknya. Daging ayam memiliki BDD terendah (58%) karena masih bertulang, sedangkan daging sapi dan ikan tuna memiliki BDD 100% karena sudah dalam bentuk potongan bersih/filet tanpa tulang. Telur ayam memiliki BDD 89% karena berat cangkang tidak dapat dikonsumsi. Persentase BDD ini penting digunakan untuk mengonversi berat mentah menjadi berat bersih yang benar-benar dikonsumsi pasien dalam perhitungan nilai gizi.

4. Tingkat Kesesuaian Standar Porsi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani Diet ETPT

Tabel 6. Distribusi Kesesuaian Standar Porsi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani Diet ETPT

No.	Bahan Makanan	Jumlah Porsi	Total Sesuai		Total Tidak Sesuai		Total	
			(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
1.	Daging ayam	22	19	86,4	3	13,6	22	100
2.	Daging sapi	13	8	61,5	5	38,5	13	100
3.	Ikan tuna	38	28	73,7	10	26,3	38	100
4.	Telur ayam	147	138	93,9	9	6,1	147	100
	Total	220	193	87,7	27	12,3	220	100

Berdasarkan tabel 6, dari total 220 sampel sumber protein hewani yang diamati selama satu siklus menu, sebanyak 193 sampel (87,7%) termasuk dalam kategori sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan, sedangkan 27 sampel (12,3%) termasuk dalam kategori tidak sesuai.

Jenis sumber protein hewani dengan tingkat kesesuaian tertinggi adalah telur ayam, yaitu sebanyak 138 sampel (93,9%), sedangkan 9 sampel (6,1%) termasuk kategori tidak sesuai. Daging ayam memiliki tingkat kesesuaian sebesar 86,4% atau sebanyak 19 sampel, sementara 3 sampel (13,6%) tidak sesuai dengan standar porsi.

Pada ikan tuna, sebanyak 28 sampel (73,7%) termasuk kategori sesuai dan 10 sampel (26,3%) termasuk kategori tidak sesuai. Sementara itu, daging sapi memiliki tingkat kesesuaian paling rendah dibandingkan jenis protein hewani lainnya, yaitu sebanyak 8 sampel (61,5%) sesuai dan 5 sampel (38,5%) tidak sesuai dengan standar porsi yang ditetapkan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar porsi sumber protein hewani yang disajikan pada menu diet ETPT telah memenuhi standar porsi yang berlaku di Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang.

5. Rata – Rata Berat Bersih Bahan Makanan Sumber Protein Hewani Diet ETPT

Tabel 7. Rata-Rata Berat Bersih Bahan Makanan Sumber Protein Hewani Diet ETPT

No.	Bahan Makanan	Rata-Rata Berat (gram)
1.	Daging ayam	54,79
2.	Daging sapi	51,92
3.	Ikan tuna	59,03
4.	Telur ayam	57,60

Berdasarkan tabel 7, rata-rata berat bersih sumber protein hewani yang diperoleh selama penelitian menunjukkan adanya variasi pada setiap jenis bahan makanan. Rata-rata berat bersih daging ayam adalah 54,79 gram, lebih rendah 1,21 gram dibandingkan standar porsi yang ditetapkan yaitu 56 gram. Rata-rata berat bersih daging sapi sebesar 51,92 gram, lebih rendah 4,08 gram dari standar porsi. Sebaliknya, rata-rata berat bersih ikan tuna sebesar 59,03 gram atau lebih tinggi 3,03 gram dibandingkan standar porsi, sedangkan telur ayam memiliki rata-rata berat bersih sebesar 57,60 gram atau lebih tinggi 1,60 gram dari standar porsi yang ditetapkan.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa rata-rata berat bersih telur ayam dan ikan tuna cenderung berada di atas standar porsi, sedangkan rata-rata berat bersih daging ayam dan daging sapi berada di bawah standar porsi. Meskipun demikian, sebagian besar sampel masih berada

dalam rentang toleransi kesesuaian yang telah ditetapkan oleh instalasi gizi.

C. Pembahasan

1. Jenis Bahan Makanan Sumber Protein Hewani yang Digunakan pada Menu Diet ETPT di RSUP dr. Ben Mboi Kupang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa bahan makanan sumber protein hewani yang digunakan pada menu makan siang diet Energi Tinggi Protein Tinggi (ETPT) di Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang terdiri atas daging ayam, daging sapi, ikan tuna, dan telur ayam. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa telur ayam merupakan sumber protein hewani yang paling banyak digunakan dibandingkan dengan jenis sumber protein hewani lainnya.

Berdasarkan hasil observasi selama penelitian, setiap pasien yang mendapatkan diet ETPT memperoleh dua jenis lauk hewani pada menu makan siang. Salah satu lauk hewani yang selalu disajikan setiap hari adalah telur rebus, sedangkan lauk hewani lainnya disesuaikan dengan siklus menu yang berlaku di Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang. Dengan demikian, setiap pasien memperoleh kombinasi dua sumber protein hewani dalam satu kali waktu makan siang sebagai upaya untuk membantu memenuhi kebutuhan protein yang lebih tinggi pada diet ETPT.

Penyelenggaraan makanan di Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang menggunakan siklus menu 10 hari. Penerapan siklus menu bertujuan untuk memberikan variasi makanan kepada pasien sehingga dapat mengurangi kejenuhan terhadap menu yang disajikan selama masa perawatan. Melalui penerapan siklus menu tersebut, jenis lauk hewani yang diberikan kepada pasien menjadi lebih bervariasi sesuai dengan jadwal menu yang telah ditetapkan. Meskipun demikian, telur rebus tetap diberikan setiap hari sebagai lauk hewani pendamping pada menu makan siang diet ETPT.

Pemberian dua jenis lauk hewani pada diet ETPT menunjukkan adanya upaya untuk memenuhi kebutuhan protein pasien yang lebih tinggi dibandingkan dengan kebutuhan protein pada diet biasa. Menurut

Almatsier (2019), protein memiliki fungsi penting dalam pembentukan dan pemeliharaan jaringan tubuh, perbaikan jaringan yang mengalami kerusakan, pembentukan enzim dan hormon, serta berperan dalam berbagai proses metabolisme tubuh. Oleh karena itu, pada kondisi tertentu yang memerlukan peningkatan kebutuhan protein, pemberian makanan dengan kandungan protein yang lebih tinggi diperlukan untuk membantu proses penyembuhan dan mempertahankan status gizi pasien.

Selain jumlah protein yang diberikan, kualitas protein juga perlu diperhatikan. Sumber protein hewani memiliki nilai biologis yang tinggi karena mengandung asam amino esensial yang lebih lengkap dan lebih mudah dimanfaatkan oleh tubuh dibandingkan sebagian besar sumber protein nabati. Oleh karena itu, penggunaan sumber protein hewani dalam diet ETPT diharapkan dapat mendukung pemenuhan kebutuhan protein pasien secara optimal selama menjalani perawatan.

Selain bertujuan memenuhi kebutuhan zat gizi pasien, variasi menu juga merupakan salah satu aspek penting dalam penyelenggaraan makanan rumah sakit. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2013) dalam Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit (PGRS), variasi menu perlu diterapkan untuk meningkatkan daya terima pasien terhadap makanan yang disajikan serta mengurangi kebosanan selama menjalani perawatan. Dengan adanya variasi sumber protein hewani dalam siklus menu diet ETPT di RSUP dr. Ben Mboi Kupang, diharapkan pasien dapat menerima makanan dengan lebih baik sehingga asupan makanan yang dikonsumsi dapat mendukung keberhasilan terapi gizi yang diberikan.

2. Standar Porsi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani pada Menu Diet ETPT di RSUP dr. Ben Mboi Kupang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa standar porsi bahan makanan sumber protein hewani yang digunakan di Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang adalah 56 gram per porsi untuk semua jenis bahan makanan sumber protein hewani yang digunakan pada menu diet Energi Tinggi Protein Tinggi (ETPT). Standar porsi tersebut digunakan sebagai acuan dalam proses perencanaan menu, perhitungan kebutuhan bahan

makanan, pemorsian, serta penyajian makanan kepada pasien sehingga jumlah makanan yang diberikan dapat sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan oleh instalasi gizi.

Meskipun semua jenis bahan makanan sumber protein hewani memiliki standar porsi yang sama, dalam penelitian ini dilakukan penyesuaian menggunakan nilai Berat Dapat Dimakan (BDD) pada daging ayam dan telur ayam. Penyesuaian tersebut dilakukan karena kedua bahan makanan masih memiliki bagian yang tidak dapat dikonsumsi, yaitu tulang pada daging ayam dan cangkang pada telur ayam. Berdasarkan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) Tahun 2020, nilai BDD daging ayam sebesar 58% dan nilai BDD telur ayam sebesar 89%. Oleh karena itu, penggunaan nilai BDD diperlukan untuk memperoleh berat bersih bahan makanan yang benar-benar dapat dikonsumsi oleh pasien sehingga hasil perhitungan berat porsi menjadi lebih akurat.

Sementara itu, pada daging sapi dan ikan tuna tidak dilakukan penyesuaian menggunakan nilai BDD karena bahan makanan diterima dalam bentuk filet sehingga seluruh bagian bahan makanan dapat dikonsumsi. Dengan demikian, berat bahan makanan yang digunakan dianggap seluruhnya merupakan bagian yang dapat dimakan oleh pasien.

Penggunaan nilai BDD dalam penelitian ini menjadi penting karena adanya perbedaan karakteristik pada masing-masing bahan makanan sumber protein hewani. Meskipun standar porsi yang ditetapkan sama, yaitu 56 gram per porsi, jumlah bahan makanan mentah yang diperlukan untuk menghasilkan berat bersih yang dapat dikonsumsi berbeda-beda. Oleh karena itu, penggunaan nilai BDD diperlukan agar perhitungan kebutuhan bahan makanan dan kandungan zat gizi yang diberikan kepada pasien dapat dilakukan secara lebih tepat sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan.

Standar porsi merupakan salah satu komponen penting dalam penyelenggaraan makanan rumah sakit karena berfungsi sebagai pedoman untuk menjamin keseragaman jumlah makanan yang diberikan kepada pasien. Menurut Kemenkes RI (2013), standar porsi digunakan sebagai

acuan dalam penyelenggaraan makanan rumah sakit untuk memastikan bahwa makanan yang diberikan kepada pasien sesuai dengan kebutuhan gizi dan jenis diet yang telah ditetapkan. Selain itu, standar porsi juga berperan dalam pengendalian mutu pelayanan makanan dan pengendalian penggunaan bahan makanan di rumah sakit.

Penerapan standar porsi yang tepat sangat penting dalam penyelenggaraan makanan rumah sakit karena besar porsi berhubungan langsung dengan jumlah zat gizi yang direncanakan dalam suatu menu. Dengan adanya standar porsi yang jelas, proses perencanaan menu, pengadaan bahan makanan, pengolahan, hingga distribusi makanan kepada pasien dapat dilakukan secara lebih terarah dan terkontrol. Standar porsi juga menjadi salah satu indikator dalam pengendalian mutu penyelenggaraan makanan karena dapat membantu menjaga konsistensi jumlah makanan yang disajikan kepada setiap pasien sesuai dengan diet yang diberikan.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang telah memiliki standar porsi sumber protein hewani yang digunakan sebagai pedoman dalam penyelenggaraan makanan pasien. Adanya standar porsi tersebut menunjukkan bahwa proses penyelenggaraan makanan telah memiliki acuan yang jelas dalam menentukan jumlah sumber protein hewani yang harus diberikan kepada pasien diet ETPT. Dengan demikian, standar porsi yang diterapkan diharapkan dapat mendukung pemenuhan kebutuhan protein pasien serta menjadi dasar dalam pelaksanaan pengendalian mutu pelayanan makanan di rumah sakit.

3. Kesesuaian Porsi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani terhadap Standar Porsi di RSUP dr. Ben Mboi Kupang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 220 porsi bahan makanan sumber protein hewani yang diamati selama satu siklus menu, sebanyak 193 sampel (87,7%) memiliki porsi yang sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan oleh Instalasi Gizi RSUP dr. Ben Mboi Kupang, sedangkan 27 sampel (12,3%) tidak sesuai. Hasil tersebut

menunjukkan bahwa sebagian besar sumber protein hewani yang disajikan kepada pasien diet Energi Tinggi Protein Tinggi (ETPT) telah memenuhi standar porsi yang berlaku di rumah sakit.

Berdasarkan hasil penimbangan, rata-rata berat bersih sumber protein hewani menunjukkan adanya variasi pada setiap jenis bahan makanan. Rata-rata berat bersih daging ayam sebesar 54,79 gram, lebih rendah 1,21 gram dibandingkan standar porsi yang ditetapkan yaitu 56 gram. Rata-rata berat bersih daging sapi sebesar 51,92 gram, lebih rendah 4,08 gram dibandingkan standar porsi. Sebaliknya, rata-rata berat bersih ikan tuna sebesar 59,03 gram atau lebih tinggi 3,03 gram dibandingkan standar porsi, sedangkan telur ayam memiliki rata-rata berat bersih sebesar 57,60 gram atau lebih tinggi 1,60 gram dibandingkan standar porsi yang ditetapkan.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa rata-rata berat bersih telur ayam dan ikan tuna cenderung berada di atas standar porsi, sedangkan rata-rata berat bersih daging ayam dan daging sapi berada di bawah standar porsi. Selisih terbesar ditemukan pada daging sapi, yaitu 4,08 gram lebih rendah dibandingkan standar porsi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa variasi ukuran potongan daging sapi relatif lebih besar dibandingkan sumber protein hewani lainnya sehingga berpotensi memengaruhi tingkat kesesuaian porsi. Sebaliknya, selisih rata-rata berat bersih telur ayam terhadap standar porsi relatif kecil, yang menunjukkan bahwa ukuran telur cenderung lebih seragam dibandingkan sumber protein hewani lainnya.

Rata-rata berat bersih telur ayam sebesar 57,60 gram atau 1,60 gram lebih tinggi dibandingkan standar porsi yang ditetapkan. Meskipun demikian, tingkat kesesuaian telur ayam mencapai 93,9%, yang merupakan persentase tertinggi dibandingkan sumber protein hewani lainnya. Berdasarkan hasil observasi, pada tahap persiapan bahan makanan tidak dilakukan penimbangan ulang terhadap setiap butir telur karena telur dianggap memiliki ukuran yang relatif seragam dan telah memenuhi standar porsi yang ditetapkan. Tidak dilakukannya penimbangan ulang per

butir menyebabkan variasi berat alami yang terdapat pada telur tidak teridentifikasi secara spesifik pada saat proses persiapan. Akibatnya, masih ditemukan beberapa sampel telur dengan berat yang melebihi standar porsi sehingga menimbulkan ketidaksesuaian pada sebagian kecil sampel yang diamati.

Penentuan kesesuaian porsi dalam penelitian ini menggunakan batas toleransi sebesar $\pm 10\%$ dari standar porsi. Penggunaan batas toleransi tersebut mengacu pada metode yang digunakan oleh Hanun dkk. (2023) dalam menilai kesesuaian standar porsi lauk hewani di rumah sakit. Pendekatan yang sama juga digunakan oleh Mekar (2023) dan Putri (2021) pada penelitian mengenai kesesuaian standar porsi makanan rumah sakit. Batas toleransi $\pm 10\%$ digunakan untuk mengakomodasi variasi alami ukuran bahan makanan yang sulit diseragamkan secara sempurna. Oleh karena itu, meskipun rata-rata berat bersih beberapa jenis sumber protein hewani berada sedikit di atas atau di bawah standar porsi yang ditetapkan rumah sakit, bahan makanan tersebut masih dapat dikategorikan sesuai apabila berada dalam rentang toleransi yang telah ditentukan.

Berdasarkan tingkat kesesuaian porsi, telur ayam memiliki persentase kesesuaian tertinggi yaitu sebesar 93,9%, diikuti daging ayam sebesar 86,4%, ikan tuna sebesar 73,7%, dan daging sapi sebesar 61,5%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa bahan makanan yang memiliki ukuran dan berat relatif seragam cenderung memiliki tingkat kesesuaian porsi yang lebih tinggi dibandingkan bahan makanan yang memiliki ukuran dan berat yang lebih bervariasi.

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap masing-masing jenis bahan makanan sumber protein hewani, masih ditemukan beberapa sampel yang tidak sesuai dengan standar porsi yang telah ditetapkan. Pada daging ayam terdapat 3 sampel yang memiliki persentase kesesuaian lebih dari 110%. Pada telur ayam ditemukan 9 sampel dengan persentase kesesuaian lebih dari 110%. Sementara itu, pada daging sapi terdapat 5 sampel dengan persentase kesesuaian kurang dari 90%. Pada ikan tuna ditemukan 9 sampel dengan persentase kesesuaian lebih dari 110% dan 1 sampel

dengan persentase kesesuaian kurang dari 90%. Hasil ini menunjukkan bahwa ketidaksesuaian porsi terjadi dalam bentuk porsi yang melebihi maupun kurang dari standar yang telah ditetapkan. Ketidaksesuaian porsi yang melebihi standar menunjukkan bahwa berat bahan makanan yang disajikan berada di atas standar porsi, sedangkan ketidaksesuaian porsi yang kurang dari standar menunjukkan bahwa berat bahan makanan yang disajikan berada di bawah standar porsi. Kondisi ini menunjukkan bahwa variasi ukuran dan berat bahan makanan masih ditemukan selama proses persiapan dan pemorsian.

Kesesuaian porsi daging ayam pada penelitian ini sebesar 86,4%. Hasil tersebut lebih tinggi dibandingkan penelitian Hanun dkk. (2023) yang memperoleh tingkat kesesuaian sebesar 79,6%. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa tingkat kesesuaian porsi daging ayam dapat bervariasi antar rumah sakit. Meskipun demikian, kedua penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar porsi daging ayam telah memenuhi standar porsi yang ditetapkan sehingga dapat mendukung pemenuhan kebutuhan gizi pasien.

Hasil penelitian ini juga dapat dibandingkan dengan penelitian Mekar (2023) di RSUD Sungai Dareh. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat kesesuaian telur mencapai 100%, daging sebesar 83,3%, dan ikan laut sebesar 65%. Jika dibandingkan dengan penelitian ini, tingkat kesesuaian telur ayam sebesar 93,9% masih sedikit lebih rendah dibandingkan hasil penelitian Mekar (2023). Tingkat kesesuaian daging sapi pada penelitian ini sebesar 61,5% juga lebih rendah dibandingkan kesesuaian daging pada penelitian Mekar (2023) sebesar 83,3%. Namun, tingkat kesesuaian ikan ekor kuning sebesar 73,7% lebih tinggi dibandingkan kesesuaian ikan laut sebesar 65% pada penelitian tersebut. Mekar (2023) melaporkan bahwa ketidaksesuaian porsi terjadi karena ukuran potongan bahan makanan yang tidak seragam sehingga berat setiap potongan berbeda-beda. Temuan tersebut memiliki kesamaan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan masih adanya variasi ukuran dan berat pada beberapa jenis sumber protein hewani.

Hasil penelitian ini juga memiliki kemiripan dengan penelitian Putri (2021) di RSUD M. Natsir Solok. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat kesesuaian paha ayam mencapai 92%, dada ayam 54%, ikan laut 72%, ikan nila 68%, dan ikan kembung 68%. Jika dibandingkan dengan penelitian ini, tingkat kesesuaian daging ayam sebesar 86,4% masih lebih rendah dibandingkan kesesuaian paha ayam pada penelitian Putri (2021), tetapi lebih tinggi dibandingkan kesesuaian dada ayam. Sementara itu, tingkat kesesuaian ikan ekor kuning sebesar 73,7% sedikit lebih tinggi dibandingkan kesesuaian ikan laut sebesar 72% yang diperoleh Putri (2021). Putri (2021) menyatakan bahwa ketidaksesuaian porsi disebabkan oleh tidak adanya penakaran khusus saat pemotongan bahan makanan serta ukuran potongan yang berbeda-beda karena telah dipersiapkan oleh pemasok sebelum diterima rumah sakit. Ketidaksesuaian porsi protein hewani dipengaruhi oleh ukuran potongan bahan makanan yang tidak seragam serta tidak adanya penakaran khusus saat proses pemorsian. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keseragaman ukuran bahan makanan merupakan salah satu faktor penting dalam pencapaian standar porsi makanan rumah sakit.

Penelitian Rauf Suriani dkk. (2024) di Rumah Sakit Islam Faisal Makassar melaporkan bahwa tingkat kesesuaian lauk hewani mencapai 94,14%. Persentase tersebut lebih tinggi dibandingkan hasil penelitian ini yaitu sebesar 87,7%. Meskipun demikian, kedua penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lauk hewani yang disajikan telah memenuhi standar porsi yang ditetapkan oleh rumah sakit. Berdasarkan hasil pengamatan dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa porsi lauk hewani sering kali tidak sesuai dengan standar yang telah ditetapkan karena ukuran potongan daging atau ikan yang tidak seragam serta kurangnya alat ukur yang tepat untuk menentukan berat setiap porsi. Selain itu, juru masak belum terbiasa melakukan penimbangan bahan makanan sebelum diolah sehingga sulit memastikan setiap pasien memperoleh porsi yang sesuai dengan standar dan kebutuhan gizinya. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa variasi ukuran bahan makanan dan tidak

dilakukannya penimbangan ulang pada tahap persiapan menjadi faktor yang memengaruhi terjadinya ketidaksesuaian porsi sumber protein hewani.

Berdasarkan hasil observasi selama penelitian, ketidaksesuaian porsi sumber protein hewani dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pada tahap penerimaan bahan makanan, daging ayam, daging sapi, dan ikan ekor kuning diterima dalam kondisi telah dipotong-potong oleh pemasok. Penimbangan yang dilakukan hanya berdasarkan berat total bahan makanan sesuai jumlah pesanan tanpa memperhatikan berat masing-masing potongan secara individual. Selain itu, pada tahap persiapan tidak dilakukan penimbangan ulang terhadap setiap potongan bahan makanan sebelum proses pengolahan. Kondisi tersebut menyebabkan masih ditemukan porsi yang berada di atas maupun di bawah standar yang telah ditetapkan.

Berdasarkan hasil penelitian, ketidaksesuaian porsi sumber protein hewani dipengaruhi oleh variasi ukuran dan berat bahan makanan yang digunakan pada tahap persiapan. Variasi tersebut ditemukan pada potongan daging ayam, daging sapi, dan ikan ekor kuning yang akan diolah sehingga menghasilkan berat bersih yang berbeda-beda..

Temuan tersebut sesuai dengan teori Wayansari dkk. (2018) yang menyatakan bahwa ketepatan porsi dipengaruhi oleh karakteristik bahan makanan, penggunaan alat ukur, metode pemorsian, serta keterampilan tenaga penyelenggara makanan. Bahan makanan yang memiliki ukuran dan bentuk relatif seragam akan lebih mudah diporsikan sesuai standar dibandingkan bahan makanan yang memiliki ukuran dan bentuk yang bervariasi. Oleh karena itu, variasi ukuran potongan bahan makanan yang ditemukan pada penelitian ini dapat menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya ketidaksesuaian porsi sumber protein hewani.

Selain itu, hasil penelitian ini juga sesuai dengan Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit (PGRS) tahun 2013 yang menyatakan bahwa standar porsi merupakan salah satu komponen penting dalam penyelenggaraan makanan rumah sakit. Standar porsi digunakan sebagai

acuan untuk menjamin keseragaman penyajian makanan, kecukupan zat gizi pasien, pengendalian biaya bahan makanan, serta peningkatan mutu pelayanan gizi. Oleh karena itu, pemantauan terhadap ketepatan porsi perlu dilakukan secara berkala untuk memastikan bahwa makanan yang disajikan sesuai dengan kebutuhan gizi pasien dan standar yang telah ditetapkan.

Kesesuaian standar porsi bahan makanan sumber protein hewani memiliki pengaruh penting terhadap pelayanan gizi rumah sakit. Porsi yang lebih kecil dari standar berpotensi menyebabkan asupan energi dan protein pasien tidak terpenuhi secara optimal, sedangkan porsi yang melebihi standar dapat meningkatkan penggunaan bahan makanan dan menyebabkan pemborosan biaya penyelenggaraan makanan. Oleh karena itu, perlu dilakukan pengawasan yang lebih ketat terhadap ukuran bahan makanan pada tahap persiapan, penimbangan ulang bahan makanan yang memiliki variasi ukuran tinggi, serta penerapan prosedur pemorsian yang lebih terstandar guna meningkatkan ketepatan porsi dan mutu pelayanan gizi di RSUP dr. Ben Mboi Kupang.