

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Penyelenggaraan Makanan di Rumah Sakit

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 78 Tahun 2013 tentang Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit (PGRS), penyelenggaraan makanan rumah sakit merupakan rangkaian kegiatan dimulai dari tahap perencanaan yang meliputi perencanaan menu, anggaran belanja, kebutuhan bahan makanan, pemesanan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan bahan makanan, hingga proses persiapan dan pengolahan bahan makanan, penyajian dan distribusi, pelaporan serta evaluasi. Penyelenggaraan makanan adalah proses yang terstruktur dan terorganisir dalam memproduksi makanan yang harus dilakukan dengan ketentuan serta persyaratan yang terdapat dalam peraturan perundang undangan yang telah ditetapkan.

Penyelenggaraan makanan institusi merupakan satu kegiatan yang mendukung tercapainya kompetensi seorang ahli gizi dalam bidang produksi dan pelayanan makanan (Kusuma Ningrum, 2020). Penyelenggaraan makanan institusi yang termasuk dalam kelompok kesehatan adalah rumah sakit, puskesmas, perawatan dan klinik perawatan. Menurut penelitian Fanisa, (2021) penyelenggaraan makanan rumah sakit adalah penyelenggaraan makanan yang paling kompleks karena melibatkan banyak jumlah tenaga kerja untuk menghasilkan makanan bagi para pasien dengan jumlah dan jenis menu yang bervariasi. Hal ini bertujuan agar dapat menyediakan makanan yang tepat bagi pasien untuk menunjang proses kesembuhan.

Persiapan bahan makanan adalah suatu teknik atau metode dalam menyiapkan bahan makanan mentah menjadi bahan siap masak. Menurut *Ministry of Healty and Long-Term Care Ontario, Canada* (2018), yaitu urutan persiapan bahan makanan mencakup proses pembelian bahan mentah, cara

penyimpanan, memasak, cara mendinginkan dan memanaskan ulang makanan. Persiapan bahan makanan memiliki banyak manfaat diantaranya yaitu meminimalkan sampah organik, menghemat pengeluaran, dan mengatur menu masakan agar lebih semangat untuk diolah karena menu dan bahan masakan sudah tersedia (Karessa, 2020).

Pengolahan makanan merupakan suatu kegiatan atau memasak bahan makanan mentah menjadi makanan yang siap dimakan, berkualitas, dan aman untuk dikonsumsi (Trisna Nugraheni, 2022). Teknik pengolahan makanan merupakan cara yang dilakukan oleh juru masak untuk mengubah bahan yang tersedia menjadi suatu makanan tertentu. Pengolahan makanan adalah suatu kegiatan terhadap bahan makanan yang telah dipersiapkan sebelumnya sesuai dengan prosedur yang telah diterapkan dengan menambahkan bumbu standar sesuai dengan standar resep, jumlah konsumen yang dilayani dan adanya perlakuan khusus (Karimah et al., 2022).

Memasak adalah kegiatan pengolahan atau membuat berbagai macam makanan, lauk-pauk, snack, dan sebagainya. Memasak juga merupakan proses membuat suatu bahan mentah menjadi matang dengan tujuan agar dapat dikonsumsi (Putra, 2022). Menurut penelitian Wijaya et al., (2021) memasak merupakan kegiatan yang bisa dilakukan oleh siapa saja. Tujuan memasak adalah agar bahan makanan yang dimasak mudah dicerna, menghasilkan hidangan yang bervariasi dalam hal rasa, warna, rupa, bentuk, dan menjadikan makanan yang sehat dan bersih, serta melengkapi atau menyeimbangkan kandungan gizi jika dicampur dengan bahan makanan lain (Maharani et al., 2020).

Makanan merupakan zat atau bahan tertentu yang memiliki manfaat bila dimasukkan ke dalam tubuh manusia dan memiliki unsur kimia sehingga tubuh dapat mengolah menjadi zat gizi yang dibutuhkan. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan akan makanan sangat memegang peranan penting dalam aspek kehidupan manusia (Ajidarma & Aris Rakhmadi, 2019).

2. Teknik Persiapan

Menurut buku PGRS tahun 2013 persiapan bahan makanan adalah serangkaian kegiatan dalam mempersiapkan bahan makanan yang siap diolah (mencuci, memotong, menyangi, meracik, dan sebagainya) sesuai dengan menu, standar resep, standar porsi, standar bumbu, dan jumlah pasien yang dilayani.

a. Tujuan Persiapan Bahan Makanan

Persiapan bahan makanan yang terpusat sangat efektif, karena bahan makanan tersebut dapat ditimbang, diporsi, dan dipersiapkan di ruang persiapan yang terpusat. Tujuan dari persiapan bahan makanan yaitu meningkatnya kontrol produksi, keamanan yang lebih terjamin, kontrol kualitas yang lebih konsisten, dan efisiensi dalam penggunaan peralatan (Wani et al., 2019). Persiapan dilakukan dengan 3 tahap yaitu :

1. Pesiapan Diri

Sebelum melakukan pekerjaan didalam dapur instalasi di rumah sakit dituntut untuk selalu berpenampilan baik, bersih, dan rapih. Syarat utama juru masak sebelum memasuki dapur yaitu mengetahui prosedur kebersihan, harus melakukan persiapan diri secara maksimal. Tujuannya agar makanan yang dipersiapkan maupun yang akan di olah dapat terhindar dari bakteri (Eka Rachmawati et al., 2021).



Gambar 2.1 Alat Persiapan Diri di Instalasi Gizi

2. Persiapan Bahan

Persiapan bahan makanan adalah serangkaian kegiatan penanganan bahan makanan yang meliputi berbagai proses antara lain membersihkan, memotong, menyaring, mengocok, mengulen adonan, dan sebagainya (Eka Rachmawati et al., 2021).

Dalam buku *Penyelenggaraan School Feeding (Makan Siang) Pada Full Day School di sekolah Dasar* teknik persiapan bahan makanan yaitu persiapan adonan dalam pembuatan snack berupa meracik, memotong, mengaduk, membersihkan dari bagian-bagian yang tidak dapat dimakan, dan mencuci (Fitriani, 2019). Tujuan dari persiapan bahan adalah agar tersedianya racikan yang tepat dari berbagai macam masakan dalam jumlah yang sesuai dengan standar porsi, menu yang berlaku, dan jumlah pasien.

Prosedur persiapan bahan makanan merupakan tahapan penting yang harus di siapkan secara terstruktur karena akan sangat berhubungan dengan :

- a. Lihat daftar menu dan jumlah konsumen pada hari tersebut.
- b. Siapkan troli dan wadah untuk pengambilan bahan makanan ke gudang bahan makanan.
- c. Lakukan penimbang pada bahan makanan dengan petugas administrasi.
- d. Bawa bahan makanan ke ruang persiapan.
- e. Bersihkan bahan makanan dan persiapan bahan makanan sesuai dengan standar yang ditetapkan.
- f. Letakkan bahan makanan yang telah dibersihkan lalu selanjutnya dibawah ke ruang pengolahan.

3. Persiapan Alat

Persiapan alat dapur memudahkan pekerjaan mengolah makanan. Contohnya menyiapkan alat potong seperti pisau, *peeler* untuk mengupas dan memotong bahan makanan sehingga

mempermudah pekerjaan. Alat yang dipersiapkan harus sesuai dengan menu makanan yang akan diolah. Untuk peralatan besar disiapkan dengan mengecek keterfungsian alat dan kebersihan alat. Sedangkan untuk peralatan kecil seperti cetakan kue, spatula, dan lainnya dapat disiapkan pada tray ataupun lemari alat yang dekat dengan area pengolahan (Eka Rachmawati et al., 2021).

Tabel 2.1 Peralatan Yang Di Gunakan Dalam Proses Persiapan

No.	Nama Alat	Gambar	Fungsi Alat
1.	Timbangan		Timbangan berfungsi untuk menimbang bahan roti atau adonan pembuatan snack agar komposisi bahan sesuai yang diinginkan.
2.	Blender		Blender berfungsi untuk menghaluskan ampas dan sari bahan yang akan diolah.
3.	Spatula		Spatula berfungsi untuk mengaduk adonan cake, kue kering, pancake, dan lainnya
4.	Saringan		Saringan berfungsi untuk mengayak tepung agar tidak menggumpal saat pengolahan sehingga adonan dapat mengembang sempurna.
5.	Kertas baking		Baking paper atau kertas baking berfungsi untuk pengganti minyak agar makanan atau adonan tidak lengket pada loyang.

6.	Loyang kue		Loyang berfungsi sebagai wadah untuk menampung adonan makanan seperti kukis atau biskuit untuk kemudian dipanggang dalam oven.
7.	Mixer		Mixer berfungsi untuk memudahkan proses pembuatan kue seperti mengocok adonan agar tercampur dengan sempurna
8.	Spuit kue		Spuit kue berfungsi untuk memudahkan pembuatan topping pada cupcake dan cake lainnya
9.	Alat penggiling adonan		Alat penggiling adonan berfungsi untuk membuat adonan yang lebih tipis dengan ketebalan yang sama.
10.	Whisking bowl		Whisking bowl atau mangkuk untuk mengocok telur, cream, membuat mayonais, dan saos.
11.	Sendok ukur		Sendok ukur digunakan untuk menakar bahan cair dan kering.

12.	Gelas ukur		Gelas ukur di gunakan untuk mengukur cairan yang digunakan dalam pengolahan snack.
13.	Cetakan puding		Cetakan puding berfungsi untuk membuat puding agar tampak cantik dan menarik untuk dikonsumsi
14.	Pisau		Pisau berfungsi untuk memotong bahan makanan untuk dibawa ke ruang pengolahan.

3. Teknik Pengolahan Makanan

Teknik pengolahan bahan makanan adalah kegiatan mengubah bahan makanan dari mentah menjadi makanan yang siap untuk dikonsumsi. Tujuan dari teknik pengolahan makanan yaitu meningkatkan nilai cerna bahan makanan, mengurangi resiko kehilangan zat gizi bahan makanan, dan meningkatkan cita rasa makanan. Teknik pengolahan makanan dibagi menjadi 2 yaitu, teknik pengolahan panas kering (*Dry Heat Cooking*) dan teknik pengolahan panas basah (*Moist Heat Cooking*) seperti berikut ini :

1. Teknik Pengolahan Makanan Menggunakan Teknik Pengolahan Panas Kering (*Dry Heat Cooking*)

Dry head cooking (teknik pengolahan panas kering) adalah teknik mengolah makanan tanpa bantuan cairan (Atmoko, 2017). Teknik memasak tersebut meliputi :

a. *Deep Frying* (Menggoreng Dengan Minyak Banyak)

Deep frying adalah metode menggoreng menggunakan minyak dalam jumlah yang banyak sehingga semua bahan makanan yang digoreng terendam didalam minyak panas. Deep frying dikelompokkan kedalam metode memasak kering sebab tidak menggunakan bantuan air. Pada teknik ini yang digoreng harus tenggelam dalam minyak panas, sehingga memperoleh hasil yang krispi atau kering. Misalnya menggoreng kentang, ayam, dll.



Gambar 2.2 alat *Deep Fryer*

b. Shallow Frying (Menggoreng Dengan Sedikit Minyak)

Shallow frying adalah metode memasak makanan dalam jumlah yang sedikit, menggunakan minyak atau lemak yang dipanaskan terlebih dahulu dalam pan yang dangkal (*shallow pan*) atau pan ceper. Jumlah minyak yang digunakan untuk menggoreng hanya sedikit yaitu dapat merendam 1 atau 3 bagian makanan yang digoreng. Misalnya menggoreng telur mata sapi, daging, serta unggas lunak yang dipotong tipis. *Sauteing* yaitu metode memasak makanan menggunakan sedikit minyak yang hanya menempel diwajan atau alat pemanas lainnya. Metode ini digunakan dalam proses memanaskan yaitu berupa butter atau margarin.



Gambar 2.3 Teflon

c. *Roasting*

Teknik *roasting* adalah cara memasak diatas atau didepan bara api. Roasting merupakan metode memasak dengan menggunakan panas kering yang berasal dari nyala api yang terbuka, oven, atau sumber panas lain. Makanan yang dimasak menggunakan metode roasting ditempatkan pada rak, pan, atau ditusukkan pada batang stainless steel yang dapat diputar. Roasting bentuk seperti oven. Sumber panasnya berasal dari kayu bakar, arang, gas, listrik atau microwave oven. Selama proses roasting berjalan, bahan makanan harus diolesi minyak berulang kali agar menjaga kelembutan daging dan unggas tersebut. Teknik ini biasa digunakan untuk memasak dengan suhu minimal 150°c. atau sesuai kebutuhan.



Gambar 2.4 Oven Daging

d. *Baking*

Baking merupakan teknik memasak makanan dengan panas kering oleh konveksi (penghantar) uap udara panas didalam oven. Teknik baking ini merupakan salah satu teknik memasak menggunakan metode panas kering, namun tanpa bersentuhan langsung dengan api. Makanan yang menggunakan oven akan dipanggang dan udara panas tersebut akan dialirkan dari celah-celah atau lubang oven. Proses ini terjadi secara kimiawi dan akan bereaksi pada adonan yang menggunakan tepung terigu, gula, cairan, garam, dan juga ragi. Teknik memasak baking menggunakan suhu yang

berbeda yaitu 190°c. Beberapa oven domestik menggunakan dua elemen pemanas, yaitu satu berada dibawah untuk baking, dan satunya berada diatas untuk broiling.



Gambar 2.5 Oven Listrik

e. *Grilling*

Grilling merupakan teknik mengolah makanan diatas lempengan besi panas (griddle) atau diatas pan dadar (teflon) yang diletakkan diatas perapian. *Grill* juga dapat dilakukan di atas bara api atau jeruji panggang. *Grilling* adalah bentuk makanan yang melibatkan panas langsung. Sumber panas yang dapat digunakan dalam teknik ini ada 3 yaitu arang kayu, listrik, dan gas. Suhu yang dibutuhkan untuk *grilling* yaitu 292°c. *Grilling* memanfaatkan panas api langsung dari alatnya, sedangkan *smoke* lebih merujuk kepada asap yang menjadi bagian penting selama pemasakan daging. *Grilling* digunakan memasak makanan dalam ukuran kecil, sedangkan *smooking* digunakan dalam memasak makanan dengan ukuran lebih besar. Dalam teknik ini perlu diberikan sedikit minyak pada makanan yang akan diolah maupun pada alat yang akan digunakan.



Gambar 2.6 Alat *Grilling*

2. Teknik Pengolahan Makanan Menggunakan Teknik Pengolahan panas basah (*Moist Heat Cooking*)

Teknik pengolahan panas basah adalah pengolahan makanan dengan bantuan cairan. Cairan tersebut dapat berupa kaldu, air, susu, santan, dan juga bahan cair lainnya. Teknik pengolahan panas basah ini memiliki beberapa cara, yaitu :

a. *Boiling* (Merebus Dalam Air Mendidih)

Boiling adalah mengolah bahan makanan dalam cairan yang sudah mendidih pada suhu 100°C. Teknik boiling dilakukan dengan cara merendam semua bahan makanan dengan air mendidih. Teknik boiling dapat dilakukan pada beberapa bahan makanan seperti, daging segar, telur, mie instan, daging awet, pasta, sayuran, dan tulang. Bahan makanan yang direbus dimasukkan dalam air mendidih selama 1-2 menit.



Gambar 2.7 Panci Rebus

b. *Steaming* (Mengukus)

Steaming merupakan proses memasak lembab atau basah dengan panas dari uap air atau dikenal dengan mengukus. Alat pengukusan (*steamer*) terdiri dari beberapa panci yang disusun ke atas secara berlapis. Panci paling bawah digunakan untuk mengisi air yang akan direbus. Panci di atas digunakan untuk meletakkan makanan dan memberi kesempatan uap air masuk melalui lubang-lubang tersebut. Makanan yang dikukus tidak bersentuhan dengan air karena untuk menjaga zat gizi agar tidak banyak yang hilang dan menjaga tekstur makanan agar lebih bagus. Jika mengukus makanan dalam waktu

lama, periksa jumlah air perebusan yang berada dipanci bawah jangan sampai habis.



Gambar 2.8 Panci Pengukus

c. *Pressure cooking* (Memasak Dalam Panci Yang Tertutup)

Pressure cooking adalah metode memasak dalam panci yang tertutup rapat dan terkunci sehingga tidak ada udarah atau cairan yang dapat keluar. Memasak menggunakan pressure cooker atau pressure cooker khusus, panci ini ditutup rapat dan menghasilkan tekanan tinggi yang dapat dengan cepat menghancurkan makanan. Waktu memasak yang singkat dapat memastikan bahwa nilai gizi yang diharapkan dari makanan tidak terbuang sia-sia. Dalam menggunakan teknik *pressure cooking*, umumnya memperhitungkan waktu mendesis dan mendidih dari alat tersebut (Anggraeni et al., 2023).



Gambar 2.9 Panci Presto

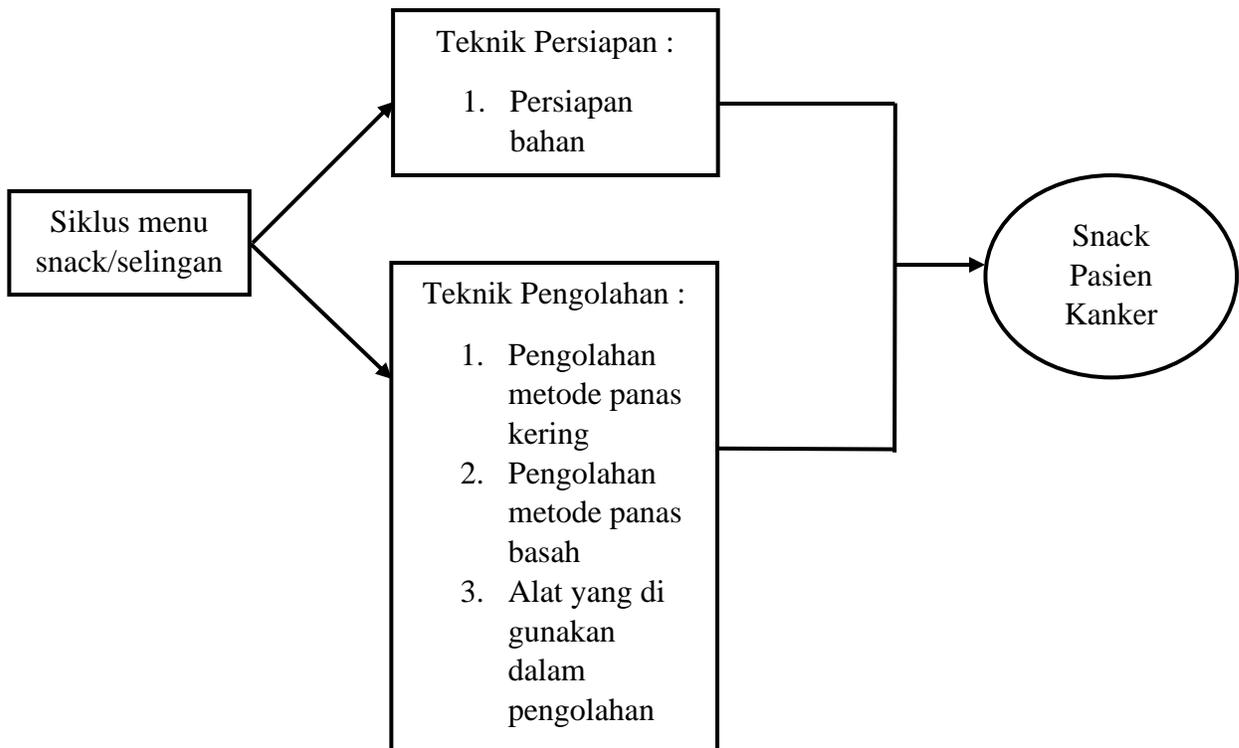
d. *braising* (Merebus Dengan Sedikit Cairan)

Braising (merebus dengan sedikit cairan) merupakan teknik pengolahan panas basah dengan menggunakan bantuan cairan. berbeda dengan teknik merebus (*boiling*), teknik pengolahan *braising* ini memasak bahan makanan menggunakan api kecil dibawah titik didih yaitu 92-96 °C dengan panci yang tertutup (Wardah et al., 2022).



Gambar 2.10 Panci Merebus

5. KERANGKA KONSEP



Gambar 2.12 Kerangka Konsep

Keterangan :



: Variabel Independen



: Variabel Dependen