

## Lampiran 1. Surat ijin permohonan penelitian



### Kementerian Kesehatan Poltekkes Kupang

Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo,  
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111  
(0380) 8800256  
<https://poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXXVII/3525/2024  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

16 Mei 2024

Yth. Direktur RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang  
di  
Tempat

Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2023/2024, maka mohon kiranya diberikan ijin untuk melakukan penelitian bagi mahasiswa :

Nama Peneliti : Getrudis Rosalinda Meo  
NIM : PO5303241210148  
Jurusan/Prodi : D-III Gizi  
Judul : Gambaran Menu Dan Standar Porsi Protein Di Ruang  
Anak Di RSUD Prof W.Z. Johannes Kupang  
Tempat Penelitian : RSUD Prof. Dr. W.Z Johannes Kupang

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian  
Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>



Lampiran 2. Surat keterangan selesai penelitian

 **PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR**  
**RUMAH SAKIT UMUM DAERAH PROF. DR. W. Z. JOHANNES KUPANG**  
JL. DR. Moch Hatta No. 19 Kupang Telp (0380) – 833614.Fax (0380) 832892  
Website : [www.rsudwzjohannes.nttprof.go.id](http://www.rsudwzjohannes.nttprof.go.id) email : [rsudjohannes@gmail.com](mailto:rsudjohannes@gmail.com)  
KUPANG Kode Pos : 85111

---

**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**  
Nomor : 445/ 1152 /RSUD3.1

Yang bertanda tangan di bawah ini :  
Nama : Jenny Widayati, SE, SST  
NIP : 19730203 200012 2 003  
Pangkat/Gol.Ruang : Pembina (IV/a)  
Jabatan Saat ini : Plt. Wakil Direktur Keuangan dan Umum  
Satuan : RSUD Prof. DR. W.Z. Johannes Kupang  
Instansi : Pemerintah Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini menerangkan bahwa :  
Nama : Getrudis Rosalinda Meo  
Jenis Kelamin : Perempuan  
NIM : PO5303241210148  
Asal Jur/Fak/Univ : Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

Benar - benar telah selesai melakukan Penelitian di Ruang Mawar dan Ruang Kenanga RSUD Prof. DR. W.Z. Johannes Kupang, selama 10 (sepuluh) hari, mulai dari tanggal 21 Mei 2024 - 30 Mei 2024 dengan judul

**"Gambaran Menu Dan Standar Porsi Protein Di Ruang Anak Di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang"**











Demikian Surat Keterangan ini dibuat, untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.





Kupang, 21 Juni 2024  
Plt. Wakil Direktur Keuangan dan Umum,  
  
Jenny Widayati, SE, SST  
Pembina (IV/a)  
19730203 200012 2 003



PARAF HIERARKI	
KEPALA BAGIAN KEPEGAWAIAN DAN UMUM	
KEPALA INSTALASI PENDIDIKAN DAN PELATIHAN	

Lampiran 3. Dokumentasi menu protein di RS

<p>telur bumbu tomat</p>		<p>Tahu balado</p>	
<p>Perkedel daging sapi</p>		<p>Semur tempe</p>	
<p>Ayam saus tiram</p>		<p>Tahu bumbu tomat</p>	
<p>Ikan bumbu acar</p>		<p>Sambal goreng tempe</p>	
<p>Telur balado</p>		<p>Tahu saos tomat</p>	

<p>Ikan tim bumbu bawang</p>		<p>Opor tempe</p>	
<p>Ayam kecap</p>		<p>Tumis tahu saos tomat</p>	

Lampiran 4 Siklus Menu RSUD Prof.Dr. W.Z Johannes Kupang

**Siklus Menu RSUD Prof. Dr.W.Z Jhoanes Kupang**

Hari I (1, 11, 21)	Hari II (2, 12, 22)	Hari III (3, 13, 23)	Hari IV (4, 14, 24)	Hari V (5, 15, 25, 31)	Hari VI (6, 16, 26)	Hari VII (7, 17, 27)	Hari VIII (8, 18, 28)	Hari IX (9, 19, 29)	Hari X (10, 20, 30)
SIANG									
1. Nasi/bubur 2. <b>Rolade daging</b> 3. <b>Tempe bumbu tomat</b> 4. Bening bayam, wortel 5. Buah : semangka (1, 2, 3) Diet : cah ketimun, labu siam	1. Nasi/bubur 2. <b>Telur cetak bunga</b> 3. <b>Tahu balado</b> 4. Sup sayuran (sawi, wortel) 5. Buah : pisang (1, 2, 3) Diet : bening labu kuning	1. Nasi/bubur 2. <b>Perkedel daging sapi</b> 3. <b>Semur tempe</b> 4. Bobor labu, wortel 5. Buah : semangka (1, 2, 3) Diet : bening labu siam	1. Nasi/bubur 2. <b>Ayam saus tiram</b> 3. <b>Tahu isi (wortel, buncis, daun bawang prey)</b> 4. Cah tauge, wortel, brokoli (kondisikan kalau ada sosis) 5. Buah : pisang (1, 2, 3) Diet : bening ketimun	1. Nasi/bubur 2. <b>Ikan bumbu acar</b> 3. <b>Sambal goreng tempe+kcng tanah</b> 4. Bening bayam+jagung manis 5. Buah : semangka (pav, 1, 2, 3) Diet : bening labu kuning	1. Nasi/bubur 2. <b>Sosis telur</b> 3. <b>Kukus rolade tahu</b> 4. Capcay (kembang kol, pitchay, wortel) 5. Buah : pisang (pav, 1, 2, 3) Diet : bening wortel	1. Nasi/bubur 2. <b>Ikan tim bb bawang</b> 3. <b>Opor tempe</b> 4. Sup macaroni (macaroni, kentang, wortel, buncis) Diet : sup ketimun+telur	1. Nasi/bubur 2. <b>Ayam kecap</b> 3. <b>Tumis tahu saos tomat</b> 4. Urap sayur sehat (kcg panjang, wortel, tauge, kol, kelapa) 5. Buah : pisang (1, 2, 3) Diet : bening labu kuning	1. Nasi/bubur 2. <b>Perkedel ikan</b> 3. <b>Tempe bacem</b> 4. Sayur sop labu kuning (labu kuning, wortel) 5. Buah : semangka (1, 2, 3) Diet : bening labu siam	1. Nasi/bubur 2. <b>Ayam goreng</b> 3. <b>Bakso tahu</b> 4. Bobor sayuran (bayam, wortel, jagung muda) 5. Buah : pisang (1, 2, 3) Diet : setup labu kuning+telur
SNACK PAGI									
Maizena jagung Diet DH, RS, DL : Regal	Pisang goreng (Diet DM, DH, DJ : Pisang rebus)	Roll gulung Diet : roti tawar pandan	Bubur sumsum (diet DM : Bubur sumsum)	Bolu jagung Diet : Regal	Nagasari pisang cetak Diet : roti tawar pandan/regal	Irisan buah (pepaya, melon, semangka) untuk diet juga	Bubur sumsum Diet : bubur sumsum tanpa gula	Bolu sakura Diet : roti tawar pandan	Kreakers isi sayuran Diet : kreakers biasa



MAKAN MALAM									
1. Nasi/bubur 2. Ayam bb kecap 3. Tahu bacem 4. Capcay sawi, wortel, kembang kol 5. Buah jeruk (pav, kls 1) Diet : labu kuning	1. Nasi/bubur 2. Ayam bb bali 3. Tempe bb tomat 4. Cah sayuran (buncis, jagung manis, wortel) 5. Buah : apel (pav+kls 1) Diet : ketimun, wortel	1. Nasi/bubur 2. Bola daging kecap 3. Tahu bb tomat 4. Bening bayam (+tauge dan wortel) 5. Buah : pear (pav+kls 1) Diet : cah ketimun	1. Nasi/bubur 2. Pindang telur 3. Tempe goreng 4. Sayur asam (terong, kcg tanah, wortel, kcg pnjng) 5. Buah : apel (pav+kls 1) Diet : bening labu kuning	1. Nasi/bubur 2. Ayam bb kecap 3. Tahu goreng 4. Cah (sawi putih/pitchay, wortel, bg kol) 5. Buah : jeruk (pav+kls 1) Diet : orak arik ketimun+telur	1. Nasi/bubur 2. Ikan bb tomat 3. Tempe bacem 4. Lodeh sayur (kcg pnjng, terong, kol) 5. Buah : pear (pav+kls 1) Diet : sup labu kuning	1. Nasi/bubur 2. Bakso bb kecap 3. Tahu bb kcnng 4. Bobor bayam (bayam+wortel) 5. Buah : pear (pav+kls 1) Diet : sup labu kuning	1. Nasi/bubur 2. Lodeh ikan 3. Tempe mendoan 4. Bening patola, wortel 5. Buah : melon (pav+kls 1) Diet : tumis ketimun	1. Nasi/bubur 2. Ayam saus tiram 3. Tahu bb balado 4. Tumis kcg pnjng + wortel, taugé Diet : bening labu kuning	1. Nasi/bubur 2. Telur kukus cetak 3. Oseng tempe kemangi 4. Cah wortel, pakcoy 5. Buah : apel (pav+kls 1) Diet : timun wortel
SNACK SORE									
Bakpao isi kacang Diet DJ, RS, DL, DH : Regal	Roti bakar ceres Diet DM : Tanpa ceres	Puding susu Diet RS, DL : Regal	Donat Diet (DH) : roti bakar	Cake labu kuning Diet : irisan buah	Kue lumpur kentang Diet : kentang rebus	Panada Diet DH, DJ, : melon	Brownies wortel kukus	Puding buah (pepaya/melon)	Setup roti tawar ceres Diet : setup roti biasa
MAKAN PAGI (SUBUH)									
1. Nasi/bubur 2. Ikan pindang 3. Tempe kukus wortel serut 4. Sup (macaroni, kentang,	1. Nasi/bubur 2. Ayam kecap 3. Tahu bb kuning 4. Sup soun (patola+wortel, soun 1) Diet : patola+wortel	1. Nasi/bubur 2. Ikan kukus asam manis 3. Tempe bb kuning 4. Cah sayuran (pakcoy,	1. Nasi/bubur 2. Bakso kecap 3. Tempe saos tiram 4. Tumis buncis wortel	1. Nasi/bubur 2. Telur cetak 3. Semur tempe 4. Tumis kcg panjang+wortel Diet : labu siam	1. Nasi/bubur 2. Ayam bb merah 3. Oseng tahu 4. Bening sayuran (sawi, wortel,	1. Nasi/bubur 2. Ikan balado 3. Bening (patola, wortel, buncis) 4. Tempe kukus cetak bunga Diet : labu siam	1. Nasi/bubur 2. Bola daging bb kecap 3. Tumis buncis, jagung manis 4. Tahu bb bali	1. Nasi/bubur 2. Telur bb bali 3. Cah sawi, wortel, sosis 4. Semur tempe Diet : bening ketimun	1. Nasi/bubur 2. Ikan tepung 3. Tahu saos asam manis 4. Tumis pitchay, wortel,





Lampran 5 Form Cek List Siklus Menu Protein

**Form Cek List Siklus Menu Protein 10 Hari**

No	Menu makan siang protein	Kesesuaian	
		Sesuai	Tidak sesuai
1.	Rolade daging Tempe bumbu tomat	✓	✓
2.	Telur cetak bunga Tahu balado	✓	✓
3.	Perkedel daging sapi Semur tempe	✓ ✓	
4.	Ayam saos tiram Tahu isi (wortel, buncis, daun bawang)	✓	✓
5.	Ikan bumbu acar Sambal goreng tempe + kacang tanah	✓ ✓	
6.	Sosis telur Kukus relode tahu		✓ ✓
7.	Ikan tim bumbu bawang Opor tempe	✓ ✓	
8.	Ayam kecap Tumis tahu saos tomat	✓ ✓	
9.	Perkedel ikan Tempe bacem	✓ ✓	
10.	Ayam goreng Bakso tahu	✓	✓

Lampran 6 From Cek List Standar Porsi

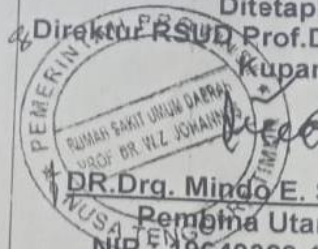
**Standar Porsi protein**

No.	Menu protein	Standar porsi	Kesesuaian	
			Sesuai	Tidak sesuai
1.	Rolade daging	50 gr	✓	
	Tempe bumbu tomat	40 gr		✓
2.	Telur cetak bunga	50 gr	✓	
	Tahu balado	40 gr	✓	
3.	Perkedel daging sapi	50 gr		✓
	Semur tempe	40 gr		✓
4.	Ayam saos tiram	50 gr		✓
	Tahu isi (wortel, buncis, daun bawang)	40 gr		✓
5.	Ikan bumbu acar	50 gr		✓
	Sambal goreng tempe + kacang tanah	40 gr	✓	
6.	Sosis telur	50 gr		✓
	Kukus relode tahu	40 gr		✓
7.	Ikan tim bubmu bawang	50 gr	✓	
	Opor tempe	40 gr		✓
8.	Ayam kecap	50 gr		✓
	Tumis tahu saos tomat	40 gr	✓	
9.	Perkedel ikan	50 gr		✓
	Tempe bacem	40 gr		✓
10.	Ayam goreng	50 gr		✓
	Bakso tahu	40 gr	✓	

STANDAR  
 PROSEDUR  
 OPERASIONAL  
 (SPO)

Tanggal Terbit :  
 09 Mei 2022

Ditetapkan  
 oleh Direktur RSUD Prof.Dr.W.Z. Johannes  
 Kupang



DR.Drg. Mindo E. Sinaga, M.Kes  
 Pemangku Utama Muda  
 NIP. 19640329 199312 1 003

**DEFINISI**

Standar porsi adalah rincian macam dan jumlah bahan makanan bersih mentah untuk setiap jenis hidangan, sesuai kebutuhan individu/konsumen.

**FUNGSI**

Sebagai acuan penerapan langkah-langkah untuk memuat jumlah dan komposisi bahan makanan yang dibutuhkan individu untuk setiap kali makan, sesuai dengan siklus menu dan standar kebutuhan serta kecukupan gizi individu.

- DAFTAR PUSTAKA**
1. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 78 Tahun 2013 tentang Pelayanan Gizi Rumah Sakit
  2. Keputusan Direktur RSUD Prof.DR.W.Z.Johannes Kupang nomor 445/348/RSUD 2.1 Tahun 2022 tentang Pedoman Pelayanan Gizi RSUD Prof. DR. W. Z. Johannes Kupang

**RENCANA PORSI**

Paviliun

Bahan Makanan	Berat (gram)	Satuan Penukar
BM pokok	200	2p
Lauk hewani	50	1p
Lauk nabati	50	1p
Sayur	100	1p
Buah (siang & malam)	100	1p



### LEMBAR BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA MAHASISWA : GETRUDIS ROSALINDA MEU  
NIM : PO 5303241210148  
DOSEN PEMBIMBING : MARIA HELGNA DUA MITA SST.M.GIZI  
JUDUL KTI : GAMBARAN MENU DAN STANDAR PORSI PROBSIN DIRUMAH ANAK DI RSUD PROP. PR.W.2. JAHOMAS KUPANG

HARI/TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	TANDA TANGAN
07/08/2023	Konsul Judul Proposal	[Signature]
25/08/2023	Konsul Proposal BAB 1 dan 2	[Signature]
29/10/2023	Konsul Proposal BAB 3	[Signature]
03/11/2023	Konsul Proposal Bab 1, 2 dan 3.	[Signature]
10/11/2023	Konsul Bab 3	[Signature]
13/11/2023	Konsul Kesimpulan	[Signature]
15/11/2023	Konsul kerapian huruf	[Signature]
30/4/2024	Konsul Revisi Proposal	[Signature]
31/4/2024	Konsul Revisi	[Signature]
01/5/2024	Acc Proposal	[Signature]
21/5/2024	Konsul Penelitian	[Signature]
22/5/2024	Konsul LTA	[Signature]
27/5/2024	Acc LTA	[Signature]