

**LAPORAN TUGAS AKHIR**  
**“GAMBARAN CARA PENGOLAHAN MENU PROTEIN PADA PASIEN**  
**DIRUANGAN ANAK RSUD Prof. DR. W. Z. JOHANES KUPANG”**



**MARGARETA BINTARI GHOA**

**NIM: PO5303241210156**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG**  
**PROGRAM STUDI DIH GIZI KUPANG**  
**ANGKATAN XVI**  
**T/A 2023/2024**

HALAMAN PERSETUJUAN  
LAPORAN TUGAS AKHIR  
“GAMBARAN CARA PENGOLAHAN MENU PROTEIN PADA  
PASIEN DIRUANGAN ANAK RSUD PROF. DR.  
W.Z.JOHANNES KUPANG”

DISUSUN

MARGARETA BINTARI GHOA  
PO.5303241210156

Telah disetujui untuk diperiksa dan dipertahankan  
di hadapan tim penguji  
Pada tanggal 27 Mei 2024

Menyetujui,  
Pembimbing



Maria Helena Dua Nita, SST.M.Gizi

NIP : 198212192009122002

Mengetahui  
Ketua Prodi Gizi  
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda L. Sine, STP.,M.Kes

NIP: 198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN  
LAPORAN TUGAS AKHIR  
“GAMBARAN CARA PENGOLAHAN MENU PROTEIN PADA  
PASIEN DIRUANGAN ANAK  
RSUD PROF. DR. W.Z. JOHANNES KUPANG”

DISUSUN

MARGARETA BINTARI GHOA  
PO.5303241210156

Telah di pertahankan dihadapan Tim Penguji  
Pada Tanggal 27 Mei 2024

Astuti Nur, S. Gz., M. Kes

NIP : 198911242018012001

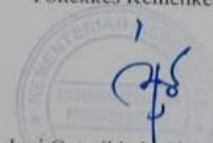
Maria Helena Dua Nita, SST.M.Gizi

NIP : 198212191009122002

Mengetahui

Ketua Prodi Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda L. Sine, STP, M.Kes

NIP: 198006012009122001

## BIODATA PENULIS



Nama : Margareta Bintari Ghoa

TTL : Malawatar, 18 Januari 2000

Agama : Katolik

Jenis kelamin : Perempuan

Riwayat pendidikan :

1. SD Inpres Ngedubhaga Tamat 2014
2. SMP Negeri St Agustinus Tamat 2017
3. SMA Negeri 1 Bajawa Tamat 2020
4. Tahun 2021 sampai sekarang penulis menempuh pendidikan Diploma III di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Gizi

## **MOTO**

***“ Karena Masa Depan Sungguh Ada  
Dan Harapanmu Tidak Akan Hilang “***

***(Amsal 23:18)***

## **PERSEMBAHAN**

Dengan Rendah Hati Karya Tulis Ilmiah Ini Saya Persembahkan Untuk

1. Tuhan Yesus Dan Bunda Maria
2. Orang Tua, Kakak, Adik Dan Keluarga Tercinta
3. Teman-Teman Gizi Seperjuangan Angkatan XVI Yang Terkasih
4. Almamater Tercinta

## ABSTRAK

### GAMBARAN CARA PENGOLAHAN MENU PROTEIN

#### PADA PASIEN DIRUANGAN ANAK

#### RSUD Prof. DR. W. Z. JOHANES KUPANG

Margareta Bintari Ghoa

(Dibimbing oleh Maria Helena Dua Nita.,SST.M.Gizi)

[bintarighoa@gmail.Com](mailto:bintarighoa@gmail.com)

---

**Latar Belakang :** Penyelenggaraan makanan rumah sakit melibatkan serangkaian kegiatan yang mencakup perencanaan menu, perencanaan kebutuhan pangan, perencanaan anggaran, pengadaan bahan, penerimaan dan penyimpanan bahan, proses pemasakan bahan, pendistribusian dan pencatatan, serta pelaporan dan evaluasi. Protein merupakan salah satu jenis makronutrien yang memiliki komponen penting yang tidak dapat diabaikan. Anak-anak memiliki kebutuhan yang lebih tinggi (0,92-1,02 g/kgBB/hari) dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih tua.

**Tujuan Penelitian :** Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dimana hasil penelitian diambil di Instalasi Gizi Di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. dr. W. Z. Johannes Kupang.

**Hasil :** Berdasarkan hasil pengamatan di Instalasi Gizi Di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. dr. W. Z. Johannes Kupang bahan makanan protein untuk TKTP yang diolah menggunakan teknik mengukus (boiling) terlebih dahulu yaitu rolade tahu dan bakso daging setelah itu baru ditumis. Sedangkan yang diolah menggunakan teknik menggoreng (deep frying) yaitu, sambal goreng tempe, ikan tim bumbu bawang, ayam kecap, tumis tahu saos tomat, perkedel ikan, ayam goreng, dan tempe bumbu tomat, sedangkan teknik stewing yaitu ikan bumbu acar dan untuk teknik braising yaitu opor tempe.

**Kesimpulan :** Menu protein di Instalasi Gizi RSUD Prof. dr. W. Z. Johannes Kupang yaitu untuk protein hewani ada Ikan bumbu acar, Sosis telur, Ikan tim bumbu bawang, Ayam kecap, Perkedel ikan, Ayam goreng, Bakso daging. Ada pula menu protein nabati yaitu Sambal goreng tempe + kacang tanah, Kukus rolade tahu, Opor tempe, Tumis tahu saos tomat, Tempe bacem, Tahu saos tomat, Tempe bumbu tomat. Teknik pengolahan menu protein di Instalasi Gizi RSUD Prof. dr. W. Z. Johannes Kupang menggunakan teknik pengolahan boiling, deep frying, stewing dan braising. Alat yang digunakan untuk pengolahan snack di Instalasi Gizi RSUD Prof. dr. W. Z. Johannes Kupang yaitu steamer, whisking bowl, wajan/kuali, sutel, saringan, kompor gas, dimana alat yang digunakan tersebut terbuat bahan stainless steel yang mempunyai daya tahan pada suhu yang tinggi, tidak muda berkarat dan tidak beracun, sehingga alat-alat pengolahan tersebut tidak berpengaruh pada bahan makanan yang akan diolah

**Kata Kunci :** cara pengolahan dan menu protein

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena kasih dan cinta-Nya hingga penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “ Gambaran Cara Pengolahan Menu Protein Pada Pasien di Ruang Anak RSUD. Prof. DR. W. Z. Johannes Kupang“. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam menyusun Laporan Tugas Akhir ini antara lain :

1. Irfan, SKM, M. Kes, selaku Direktur Poltekes Kemenkes Kupang
2. Juni Gressilda Louisa Sine, S.TP,M,Kes, selaku ketua program studi Gizi Poltekes Kemenkes Kupang
3. Maria Helena Dua Nita, SST,,M.Gizi selaku pembimbing
4. Astuti Nur, S.Gz.,M.Kes, selaku penguji
5. Bapak Kletus Ngea dan Mama Verinoka Noa kedua orang tua tercinta yang selalu memberi dukungan doa dan semangat.
6. Teman – teman seperjuangan angkatan XVI Poltekes Kemenkes Kupang program studi Gizi yang turut mendukung penyusunan penulisan proposal ini
7. Seluruh staf dan dosen administrasi prodi Gizi yang telah membantu dalam menyelesaikan penyusunan materi selama ini

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Atas perhatiannya penulis mengucapkan terima kasih.

Kupang, 27 Mei 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
BIODATA PENULIS.....	iv
MOTO.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Landasan Teori.....	6
B. Cara Pengolahan Makanan Dengan Berbagai Teknik.....	9
C. Alat – Alat Yang di Gunakan Dalam Proses Pembuatan Menu Protein.....	12
D. Kerangka Teori.....	14
E. Kerangka Konsep.....	15
BAB III METODE PENELITIAN.....	16
A. Jenis Penelitian.....	16
B. Waktu Dan Lokasi Penelitian.....	16
C. Definisi Operasional.....	16
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	17
E. Pengolahan dan Analisis Data.....	17
F. Instrumen Penelitian.....	17



BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	18
A. Hasil.....	18
B. Pembahasan.....	27
BAB V PENUTUP.....	30
A. Kesimpulan.....	30
B. Saran.....	30
DAFTAR PUSTAKA.....	32
LAMPIRAN.....	34

## DAFTAR TABEL

Table 1. Keaslian Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**

Table 2. Alat-Alat Yang Digunakan Dalam Proses Pengolahan Makanan **Error! Bookmark not defined.**

Table 3. Defenisi Operasional..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. Ketenagakerjaan Intalaasi Gizi..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5. Siklus menu protein 7 hari..... 21

Tabel 6. Teknik Pengolahan Menu Protein RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 7. Alat Yang Digunakan Di Instalasi Gizi RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang **Error! Bookmark not de**