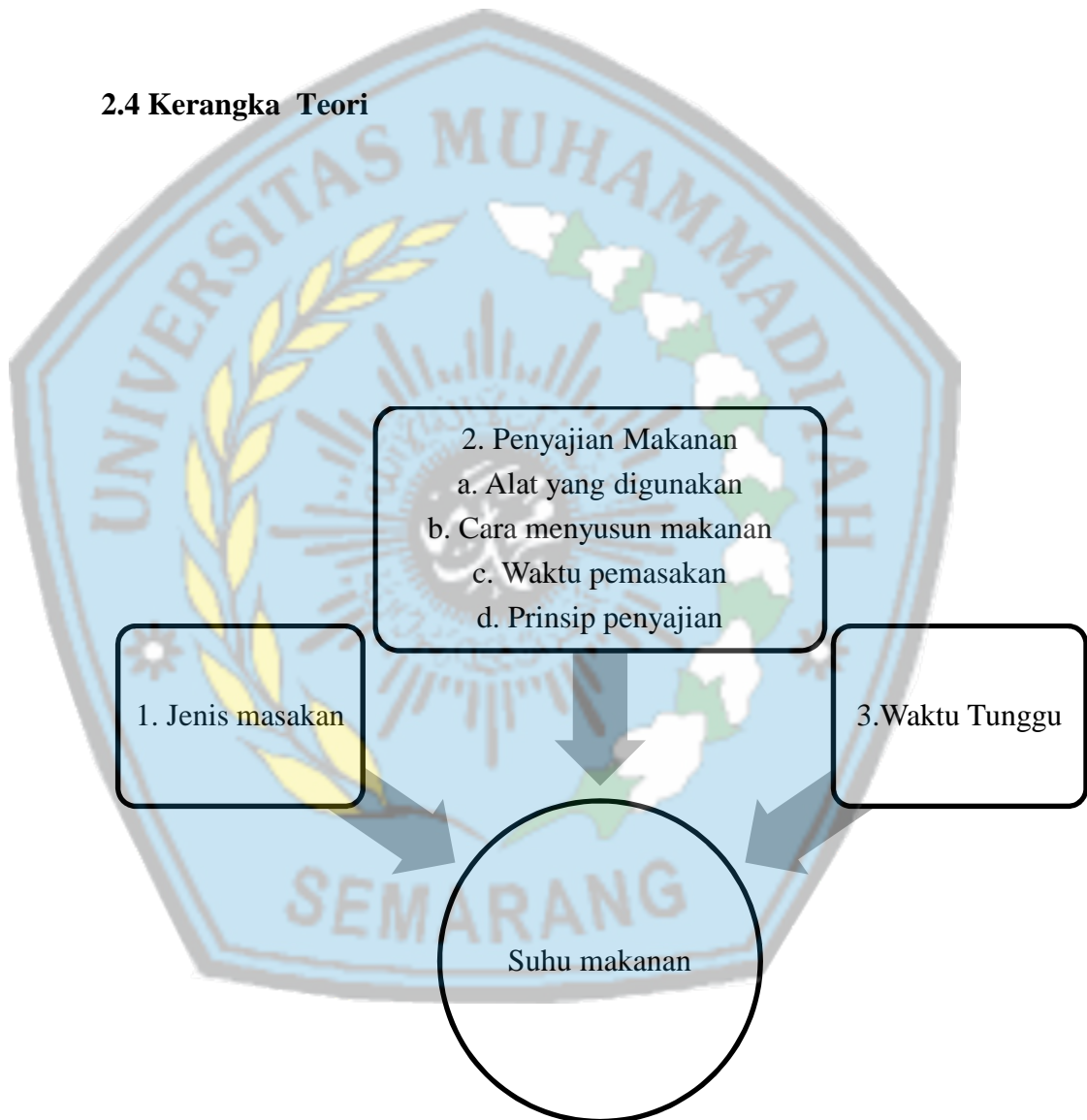




## 2.4 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Hidangan ini berupa makanan yang terbuat dari bahan makanan hewani. Hidangan yang berasal dari bahan makanan hewani ini banyak mengandung protein yang berguna untuk tubuh. Lauk hewani pada makanan lunak di Rumah Sakit Dr.Kariadi Semarang berupa daging sapi, ayam, ikan, telur, yang diolah tidak pedas dan tidak di goreng.

c. Lauk nabati pada makanan lunak

Hidangan ini berupa makanan yang terbuat dari bahan makanan nabati. Hidangan yang berasal dari makanan nabati ini banyak mengandung protein yang berguna untuk tubuh. Lauk nabati pada makanan lunak di Rumah Sakit Dr.Kariadi Semarang biasanya berbahan dasar kacang-kacangan atau hasil olahannya seperti tahu dan tempe yang di olah tidak pedas dan tidak di goreng.

d. Sayur pada makanan lunak

Hidangan ini biasanya berupa masakan yang berkuah karena berfungsi sebagai pembasah nasi agar mudah ditelan. Hidangan makanan ini juga dapat terdiri dari gabungan jenis makanan sayur berkuah dan tidak berkuah, dengan di olah tidak pedas. Jenis sayur yang di gunakan di Rumah Sakit Dr.Kariadi antara lain : wortel, brokoli, buncis, bayam, labu siam, dan lain-lain.

e. Buah

Hidangan buah-buahan biasanya disajikan dalam bentuk segar ataupun sudah diolah, contohnya : salad buah, pudding buah, dan aneka minuman. Hidangn ini berfungsi sebagai penghilang rasa kurang sedap sehabis makan, sehingga biasa disebut dengan hidangan pencuci mulut.

## **2.2 Makanan Lunak**

Makanan lunak adalah makanan yang memiliki tekstur yang mudah dikunyah, ditelan dan mudah dicerna dibandingkan dengan makanan biasa. Makanan ini mengandung cukup zat-zat gizi, asalkan pasien mampu mengkonsumsi dalam jumlah yang cukup dan sesuai kebutuhan.

Makanan lunak diberikan kepada pasien sesudah operasi tertentu. Pasien dengan penyakit infeksi tertentu dengan kenaikan suhu yang tidak terlalu tinggi, pasien dengan kesulitan mengunyah, menelan dan mencerna serta sebagai perpindahan dari makanan saring ke makanan biasa.

Makanan lunak mempunyai tujuan untuk memberikan makanan yang mudah di kunyah, ditelan, dicerna sesuai dengan kebutuhan gizi dan penyakitnya. Syarat makanan lunak adalah mudah dikunyah, rendah serat, tidak mengandung bumbu yang merangsang, tidak menimbulkan gas, dan tidak diolah dengan cara digoreng, serta diberikan dalam porsi sedang yaitu dengan 3 kali makan lengkap dan 2 kali makanan selingan (Almatsier,2004)

## **2.3 Variasi Menu Makanan Lunak**

Variasi menu makanan lunak adalah susunan golongan bahan makanan yang terdapat dalam suatu hidangan berbeda pada setiap kali penyajian dengan rasa tidak pedas di Rumah sakit. Variasi menu makanan di Indonesia umumnya tidak serumit variasi menu makan Eropa. Menu yang dianggap lazim di semua daerah Indonesia umumnya terdiri dari susunan variasi hidangan sebagai berikut (Moehyi,1992):

a. Makanan pokok

Hidangan makanan pokok pada makanan lunak di Rumah Sakit berupa bubur dan nasi tim. Disebut makanan pokok karena dari makanan ini tubuh memperoleh sebagian besar zat tenaga yang diperlukan oleh tubuh.

b. Lauk hewani pada makanan lunak

disajikan dan memerlukan waktu dalam proses penyajian memungkinkan akan terjadi penurunan suhu pada makanan tersebut.

### 3. Waktu Tunggu Makanan

Waktu tunggu makanan merupakan jarak waktu antara makanan yang telah selesai di olah di Instalasi Gizi hingga saat disajikan ke pada pasien di ruang rawat inap (Yunita Atiq,2014). Dalam penyajian makanan yang telah dimasak harus disajikan kepada pasien tepat pada waktunya tidak boleh terlambat atau terlalu awal, sehingga dapat menyebabkan suhu makanan berubah dan dapat mempengaruhi selera makan pasien (Halek Adek,2012)

Pada pemberian makanan yang tidak sesuai dengan jam makan maka makanan yang sudah siap akan mengalami waktu tunggu, sehingga pada saat makanan akan disajikan ke pasien makanan menjadi tidak menarik karena mengalami perubahan suhu makanan (Lumbantoruan,2012)

Lamanya waktu tunggu makanan mulai dari proses pengolahan,dan menjadi makanan matang sampai dengan disajikan dan dikonsumsi tidak boleh lebih dari 4 jam dan harus segera dihangatkan kembali terutama makanan yang mengandung protein tinggi, kecuali makanan yang disajikan tetap dalam keadaan suhu hangat. Hal ini untuk menghindari tumbuh dan berkembang biaknya bakteri pada makanan yang dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan (Kemenkes,2014).

Menurut (Halek Adek, 2012) faktor yang mempengaruhi ketepatan waktu pada makanan berkaitan dengan jumlah tenaga distribusi makanan di rumah sakit, adanya penambahan jumlah pasien sehingga dapat mempengaruhi ketepatan waktu distribusi sehingga proses produksi di instalasi gizi akan mengalami perubahan waktu.

Jenis masakan sangatlah bermacam –macam, mulai dari masakan yang mudah pengolahannya ke masakan yang sulit pengolahannya. Makanan berkuah dan makan yang kering mempunyai suhu yang berbeda- beda. Hal ini juga dapat berpengaruh terhadap suhu makanan.

## 2. Penyajian makanan

Penyajian makanan merupakan faktor penentu dalam penampilan hidangan yang disajikan. Hal ini juga dapat berpengaruh terhadap suhu makanan yang disajikan. Ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam penyajian makanan yang dapat mempengaruhi suhu makanan yaitu:

- a. Pemilihan alat yang digunakan seperti piring, mangkuk dan tempat makanan untuk lauk hewani, lauk nabati, dan sayur.
- b. Cara menyusun makanan dalam tempat penyajian makanan.

Penyusunan makanan juga dapat berpengaruh terhadap suhu makanan itu sendiri, hal itu dapat terjadi misalnya penataan makanan yang tidak memperhatikan ruang penyajian atau penataan yang tidak sesuai dengan tempat penyajian.

### c. Waktu pemasakan

Waktu pemasakan makanan sangatlah berbeda-beda, ini dapat dipengaruhi dengan bahan makanan yang digunakan dalam masakan tersebut. Setiap bahan makanan memiliki lama pemasakan yang berbeda beda, misalnya pemasakan daging sapi dan daging ayam membutuhkan waktu pemasakan yang berbeda. Perbedaan ini berpengaruh terhadap suhu makanan yang nantinya akan disajikan.

### d. Prinsip penyajian

Prinsip penyajian merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi suhu makanan. Makanan yang sudah matang dan segera disajikan akan memperoleh suhu makanan yang baik, sedangkan penyajian makanan yang tidak langsung

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Suhu Makanan**

Suhu adalah tingkat panas dari hidangan yang disajikan. Suhu makanan yang terlalu panas atau terlalu dingin akan mengurangi sensitivitas syaraf terhadap rasa masakan (Fatimah,2008). Suhu makanan pada waktu disajikan mempunyai peranan penting dalam menentukan cita rasa makanan. Makanan sebaiknya dihidangkan dalam keadaan panas atau hangat terutama makanan yang dapat memancarkan aroma yang sedap (Atmanegara,3013).

Perbedaan suhu makanan akan menyebabkan perbedaan rasa, masakan yang terlalu panas atau makanan yang terlalu dingin sangat mengurangi sensitivitas syaraf pengecap terhadap rasa. Suhu makanan juga mempengaruhi daya terima seseorang terhadap makanan yang disajikan sesuai dengan cuaca atau lingkungan (Puji,2008).

Suhu Makanan dibedakan menurut jenis perlakuannya, menurut (PGRS,2013), makanan basah (berkuah) harus segera disajikan pada suhu di atas 60°C, makanan disajikan dingin dengan suhu 5°C- 10°C. Suhu makanan yang aman berkisar 4°C - 60°C. Suhu berkisar 4,5°C - 60°C merupakan *danger zone* yang dimana memungkinkan bakteri berkembang biak pada makanan. Bakteri ini akan membelah diri setiap 20 -30 menit sekali. Suhu optimum untuk pertumbuhan bakteri yaitu 28°C - 47°C (Adams dan Moss,2006).

Makanan yang di masak mempunyai batasan maksimal untuk di konsumsi. Makanan yang aman dikonsumsi maksimal kurang lebih 4 jam dari proses pemasakan, untuk menghindari bakteri yang tumbuh dalam masakan tersebut.

Faktor- faktor yang mempengaruhi suhu makanan masak yang akan didistribusikan ke pasien diantaranya adalah :

1. Jenis masakan