

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyelenggaraan Makanan Institusi

1. Pengertian Penyelenggaraan Makanan

Penyelenggaraan makanan institusi adalah suatu penyediaan makanan dalam jumlah besar yang dapat memenuhi kebutuhan sekelompok orang dalam suatu lembaga. Jumlah makanan yang disediakan bisa berbeda-beda di tiap negara, tergantung pada kebijakan, kebutuhan, dan kemampuan masing-masing lembaga, tergantung dari ketetapan masing-masing negara. Contohnya seperti negara Inggris menganggap penyelenggaraan makanan banyak apabila penyelenggaraan memproduksi lebih dari 1000 porsi sehari sedangkan di Jepang bisa 3000-5000 porsi sehari. Di Indonesia, penyelenggaraan makanan didefinisikan sebagai penyajian lebih dari 50 porsi dalam satu kali pengolahan. Oleh karena itu, jika pengolahan dilakukan tiga kali sehari, maka total porsi yang disajikan mencapai 150 porsi per hari (Bakri et al., 2018).

Penyelenggaraan makanan institusi yang memiliki sifat pelayanan atau nonkomersial merupakan kegiatan penyediaan makanan yang diselenggarakan suatu instansi tanpa tujuan mencari keuntungan. Penyelenggaraan ini dapat dilakukan oleh pemerintah, organisasi swasta, maupun yayasan sosial. Umumnya, bentuk layanan ini terdapat di institusi seperti rumah sakit, perusahaan, lembaga kemasyarakatan, sekolah, dan sejenisnya. Frekuensi pemberian makan dalam institusi nonkomersial ini berkisar antara 2-3 kali sehari, baik disertai maupun tanpa makanan pendamping (Rotua, 2015).

2. Tujuan Penyelenggaraan Makanan

Tujuan penyelenggaraan makanan adalah menyajikan makanan yang memiliki kualitas, memenuhi kebutuhan gizi, terjangkau secara ekonomi,

aman untuk dikonsumsi, serta disukai dan diterima oleh konsumen, sehingga dapat menunjang pencapaian status gizi yang optimal (Kemenkes, 2013).

3. Kegiatan Penyelenggaraan Makanan

a. Perencanaan biaya untuk bahan makanan

Perencanaan biaya untuk bahan makanan merupakan kegiatan menyusun estimasi anggaran dalam rangka penyediaan bahan makanan bagi konsumen. Tujuan perencanaan ini untuk menghasilkan anggaran pengeluaran makanan yang sesuai dengan kebutuhan jenis dan kuantitas bahan makanan sesuai kebutuhan, serta mengacu pada standar yang telah ditetapkan (Kemenkes RI, 2013).

b. Perancangan menu makanan

Perancangan menu makanan ialah proses pembuatan daftar makanan yang akan dipersiapkan untuk pengolahan dan disajikan, dengan tujuan untuk menyesuaikan dengan selera konsumen, sekaligus mencukupi kebutuhan zat gizi berdasarkan prinsip gizi seimbang. Pada saat Menyusun menu, terutama pada penyelenggaraan makanan skala besar, perlu diperhatikan beberapa faktor penting, antara lain:

- 1) kondisi atau kemampuan dana,
- 2) pasokan bahan makanan berdasarkan musim,
- 3) umur konsumen,
- 4) latar belakang agama, serta
- 5) kebudayaan, adat istiadat, dan faktor sosial lainnya yang dapat memengaruhi proses penyelenggaraan makanan (Widyastuti, 2018).

c. Pengadaan bahan makanan melalui pembelian

Pengadaan bahan makanan melalui pembelian adalah suatu proses penyediaan bahan makanan yang mencakup pemilihan jenis bahan yang tepat, penentuan jumlah sesuai kebutuhan, serta menjaga kualitas bahan makanan agar sesuai dengan standar dan ketentuan yang berlaku di institusi terkait. Prosedur ini merupakan bagian penting dalam sistem penyelenggaraan makanan, karena berperan dalam memastikan bahwa membeli bahan makanan harus sama dengan ketentuan produk, jumlah

yang diperlukan, waktu pelaksanaan pengadaan yang sesuai, serta harga yang wajar dan sesuai anggaran (Kemenkes RI, 2013).

d. Penerimaan dan pemeriksaan bahan makanan

Penerimaan dan pemeriksaan bahan makanan adalah rangkaian mulai dari pemeriksaan, pencatatan, dan pelaporan terhadap jenis serta jumlah penerimaan bahan pangan, guna memastikan kesesuaiannya dengan pesanan, kriteria yang telah ditentukan, serta waktu penerimaan yang direncanakan (Kemenkes RI, 2013).

e. Penyimpanan dan pengamanan bahan makanan untuk dimasak

Penyimpanan dan pengamanan bahan makanan merupakan langkah-langkah dalam mengatur, menempatkan, dan menjaga ketersediaan, mutu, serta jaminan keamanan pangan, baik yang bersifat kering maupun segar, di tempat penyimpanan seperti ruang penyimpanan bahan pangan kering maupun dengan suhu penyimpanan dingin atau beku. Fungsi utama pada penyimpanan yaitu untuk mengelola persediaan bahan makanan agar selalu tersedia saat dibutuhkan, dapat digunakan dengan cepat, tepat, aman, dan efisien (Kemenkes RI, 2013).

f. Penyiapan bahan makanan

Penyiapan bahan makanan merupakan tahap awal proses produksi jenis makanan yang mencakup kegiatan menyiapkan bahan pangan, alat, lengkap dengan bumbu yang akan digunakan sebelum pemasakan dimulai. Tahapan ini memegang peran penting dalam menentukan kualitas akhir dari makanan yang dihasilkan. Selain itu, mutu pelayanan makanan juga sangat dipengaruhi oleh efisiensi dan ketepatan waktu pada tahap persiapan, karena berhubungan langsung dengan kelancaran jadwal produksi (Kemenkes RI, 2013).

g. Pengolahan bahan makanan

Pengolahan bahan makanan ialah suatu hal yang mengubah bahan pangan mentah menjadi makanan siap konsumsi, baik menggunakan proses pemanasan maupun tanpa proses pemanasan. Proses ini memegang peranan penting dalam menentukan mutu dan keamanan makanan yang dihasilkan. Pengolahan yang dilakukan dengan cara yang tepat dapat

mempertahankan kualitas dan kandungan gizi makanan, sedangkan pengolahan yang tidak tepat berisiko menyebabkan penurunan nilai gizi secara signifikan serta menurunkan mutu makanan secara keseluruhan (Wayansari et al., 2018).

h. Pendistribusian makanan

Pendistribusian makanan merupakan suatu hal yang bertujuan untuk memberikan makanan kepada konsumen dengan mempertimbangkan jenis dan jumlah porsi yang telah ditentukan. Cara kerja distribusi mencakup 2 hal utama, yaitu pemorsian dan penyampaian makanan. Pemorsian adalah proses penakaran atau pencetakan makanan sesuai dengan ukuran porsi yang telah ditetapkan. Sementara itu, penyampaian makanan harus memastikan bahwa setiap konsumen menerima makanan sesuai dengan permintaan atau kebutuhan yang telah direncanakan, baik dari segi jenis maupun jumlahnya (Wayansari et al., 2018).

4. Penyelenggaraan Makanan Asrama

Asrama merupakan suatu area yang terorganisasi dengan baik untuk menampung sekumpulan individu dalam lingkungan kelompok tertentu yang menerima layanan makanan secara berkelanjutan pembentukannya serta penyajian makanan bagi penghuninya mengacu pada keperluan masyarakat karena alasan tertentu, sehingga harus tinggal di lokasi tersebut dalam jangka waktu tertentu guna menjalankan tugas atau kegiatan tertentu. Dalam penyelenggaraan makanan di lingkungan asrama, keberlanjutan atau kontinuitas pelayanan menjadi faktor yang sangat penting, mengingat seluruh kebutuhan gizi harian penghuni dipenuhi melalui makanan yang disediakan oleh institusi asrama tersebut (Bakri et al., 2018).

Penyediaan makanan bagi sekelompok masyarakat yang tinggal di asrama dilakukan secara kontinu dan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi para penghuni. Perencanaan menu harus dilakukan secara tepat agar makanan yang disajikan mampu mencukupi kebutuhan zat gizi sesuai standar. Penyelenggaraan makanan di lingkungan asrama memiliki karakteristik khusus sebagai berikut:

- a. Standar gizi disesuaikan dengan kebutuhan kelompok penghuni asrama serta mempertimbangkan ketersediaan sumber daya yang ada.
- b. Kelompok sasaran dapat mencakup berbagai rentang usia atau kelompok usia tertentu, dan penyelenggaraan dapat bersifat komersial dengan memperhitungkan aspek laba-rugi, terutama jika asrama terletak di area perkotaan atau pusat perdagangan.
- c. Frekuensi makan umumnya diberikan sebanyak 2 hingga 3 kali dalam sehari, baik menggunakan maupun tanpa tambahan makanan, jumlah porsi yang disajikan tetap konsisten
- d. Jumlah konsumen yang dilayani bersifat tetap dan terdata.
- e. Jenis pelayanan makanan ditentukan oleh kebijakan serta peraturan yang berlaku di masing-masing asrama.
- f. Tujuan utama dari penyediaan makanan adalah untuk mendukung mewujudkan kondisi gizi dan kesehatan optimal bagi seluruh warga asrama (Bakri et al., 2018).

B. Variasi Menu

1. Pengertian Variasi Menu

Menu merupakan cerminan dari misi dan tujuan suatu organisasi, sehingga desain dan penyusunannya dapat berbeda-beda di antara satu institusi dan institusi lain. Pada industri makanan komersial, menu disusun guna memikat pelanggan serta mendorong peningkatan penjualan. Sementara itu, pada institusi non-komersial, menu disusun dengan fokus pada pemenuhan kebutuhan gizi dan preferensi konsumen yang dilayani. Terlepas dari jenis institusinya, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi menu dilakukan secara seksama untuk memastikan kebutuhan konsumen terpenuhi serta optimalisasi pemanfaatan sumber daya yang tersedia (Wani et al., 2019).

Variasi menu merujuk pada keberagaman dalam penggunaan bahan makanan, bumbu, metode pengolahan, resep masakan, serta jenis makanan yang disajikan dalam suatu hidangan. Prinsip variasi menekankan pentingnya menghindari pengulangan jenis menu yang berulang dalam satu

siklus penyajian, maupun penggunaan cara memasak yang sama pada saat makanan disajikan. Menu yang bervariasi tidak hanya meningkatkan daya tarik visual dan rasa, tetapi juga dapat merangsang nafsu makan, sehingga konsumsi makanan oleh konsumen menjadi lebih optimal.

Secara umum, susunan menu di Indonesia terdiri atas beberapa komponen utama sebagai berikut:

a. Hidangan makanan pokok

Makanan pokok merupakan sumber makanan penghasil karbohidrat yang secara umum dikonsumsi secara rutin oleh masyarakat, serta sudah menjadi bagian penting dalam tradisi makan berbagai suku di Indonesia

Jenis-jenis makanan pokok ini berfungsi sebagai sumber energi utama dalam pola konsumsi harian. Contoh bahan pangan yang tergolong dalam kelompok ini antara lain: beras, ubi jalar, garut, sagu, sorgum, jagung, jewawut, talas, singkong dan berbagai produk jadi (Kemenkes, 2014).

b. Hidangan lauk pauk

Lauk pauk merupakan kelompok pangan yang berfungsi sebagai sumber protein, baik dari hewani maupun nabati. lauk yang merupakan sumber protein hewani mencakup daging merah, seperti daging sapi dan kambing, daging unggas, contohnya ayam dan bebek, ikan, baik hasil laut maupun seafood, telur, serta susu, merupakan sumber utama protein hewani serta produk jadi seperti keju dan yogurt. Lauk pauk yang menjadi sumber protein nabati mencakup berbagai jenis kacang-kacangan dan produk olahannya, seperti kedelai, tahu, tempe, kacang hijau, kacang tanah, kacang merah, kacang hitam, serta kacang tolo. Kombinasi antara protein hewani dan nabati dalam menu makanan sehari-hari penting untuk memastikan kecukupan asupan asam amino esensial dan menunjang status gizi yang optimal (Kemenkes, 2014).

c. Hidangan sayur-sayuran

Sayuran secara umum yaitu penyumbang utama vitamin, mineral, dan serat pangan yang memiliki peranan penting dalam menjaga

kesehatan tubuh. Sejumlah zat gizi mikro dalam sayuran, seperti vitamin dan mineral berfungsi sebagai antioksidan, yakni senyawa yang berperan dalam menjaga tubuh dari kerusakan yang disebabkan oleh radikal bebas. Selain itu, beberapa jenis sayuran seperti wortel dan kentang juga memiliki kandungan karbohidrat dalam kadar tertentu yang berfungsi sebagai sumber energi tambahan. Oleh karena itu, konsumsi sayuran secara rutin menjadi bagian penting dalam penerapan prinsip gizi seimbang untuk mendukung fungsi tubuh yang optimal dan mencegah berbagai penyakit (Kemenkes, 2014).

d. Hidangan buah-buahan

Berbagai studi menyatakan bahwa kebiasaan mengonsumsi buah-buahan dalam jumlah yang seimbang memiliki peran penting untuk mempertahankan tekanan darah, kadar gula darah, serta kadar kolesterol dalam batas normal. Asupan buah yang memadai juga dapat mengurangi risiko terjadinya konstipasi (sembelit) serta membantu dalam pengendalian berat badan, sehingga berkontribusi pada pencegahan penyakit tidak menular kronis, seperti diabetes melitus, hipertensi, dan penyakit jantung. Maka dari itu, kebiasaan mengonsumsi buah-buahan yang cukup termasuk bagian dari indikator sederhana penerapan prinsip gizi seimbang. Selain itu, tingkat kematangan buah dengan kandungan karbohidrat mempengaruhi kadar fruktosa dan glukosa yang meningkat seiring kematangan buah, maka kandungan gula alamnya akan semakin tinggi, yang ditandai dengan rasa yang semakin manis (Kemenkes, 2014).

2. Rasa Makanan

Mutu makanan yang disajikan dapat dinilai berdasarkan kandungan zat gizinya serta cita rasa yang ditawarkan. Cita rasa makanan terbentuk melalui rangsangan yang diterima oleh indera penglihatan, penciuman, dan pengecap. Makanan yang memiliki cita rasa unggul biasanya disajikan dengan tampilan menarik dan rasa yang nikmat, sehingga mampu meningkatkan selera makan. Untuk memberikan kepuasan kepada

konsumen, penting untuk memperhatikan kualitas makanan dari berbagai aspek, khususnya penampilan dan rasa, sebagai bagian utama dari penilaian cita rasa (Rotua, 2015).

Rasa merupakan elemen penting dalam upaya menentukan selera makan, karena berperan sangat penting terhadap penerimaan makanan yang disajikan. Beberapa faktor yang memengaruhi rasa makanan antara lain aroma yang dihasilkan, penggunaan bumbu atau rempah dalam proses pengolahan, tingkat kematangan bahan pangan, serta suhu makanan saat disajikan. Keempat faktor tersebut secara langsung dapat memengaruhi kualitas sensori makanan dan kepuasan konsumen.(Rotua, 2015).

3. Kepuasan Besar Porsi

Besar porsi merupakan kuantitas setiap kelompok bahan makanan yang dijadwalkan untuk dikonsumsi dalam satu porsi makan. Penentuan besar porsi ini biasanya menggunakan satuan penukar (*food exchange*) yang didasarkan pada standar pelayanan makanan, seperti yang berlaku di institusi kesehatan termasuk rumah sakit (Kemenkes RI, 2013).

Tingkat kepuasan konsumen adalah penilaian subjektif yang diperoleh setelah mengonsumsi produk atau jasa, yang diukur berdasarkan perbandingan dengan ekspektasi sebelumnya. Konsumen akan merasa puas jika produk atau layanan yang diterima memenuhi atau melampaui harapan mereka. Sebaliknya, jika produk atau layanan tidak memenuhi harapan konsumen, mereka biasanya merasa kecewa atau tidak puas (Rustanti, 2015).

4. Makanan Yang Beragam

Menurut pedoman gizi seimbang untuk remaja, dianjurkan konsumsi makanan pokok berupa nasi sebanyak 5 hingga 8 porsi per hari, dengan satu porsi setara dengan 100 g. Konsumsi makanan pokok yang disertai dengan kelompok pangan lain setiap hari penting untuk menjamin asupan zat gizi yang cukup, baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Kelompok makanan

itu mencakup sumber protein dari hewan dan tumbuhan, serta berbagai jenis sayur dan buah.

Kebutuhan protein hewani pada remaja berkisar antara 2 hingga 4 porsi per hari, setara dengan 70 sampai dengan 140 g (2–4 potong) daging sapi berukuran sedang, atau 80 sampai dengan 160 g (2–4 potong) daging ayam berukuran sedang, maupun 80 sampai dengan 160 g (2–4 potong) ikan berukuran sedang.

Sementara itu, kebutuhan protein atau lauk nabati dianjurkan sebanyak 2 hingga 4 porsi per hari, yang banyaknya 100 sampai dengan 200 g (4–8 potong) tempe berukuran sedang maupun 200 sampai dengan 400 g (4–8 potong) tahu ukuran sedang.

Agar hidup tetap sehat, disarankan mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 400 g per orang setiap harinya. Jumlah tersebut sebanyak 250 g sayur (dengan jumlah yang sama seperti 2½ porsi atau sekitar 2½ gelas sayuran matang sesudah ditiriskan) serta 150 g buah (sebanding dengan tiga buah pisang ambon berukuran sedang, satu setengah potong pepaya ukuran sedang, atau tiga buah jeruk sedang).

C. Nilai Gizi Makro

Remaja adalah tahap peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang umumnya dimulai pada usia sekitar 9–10 tahun dan berakhir saat menginjak usia 18 tahun. Selama masa ini, berlangsung pertumbuhan fisik yang signifikan disertai dengan percepatan pematangan berbagai fungsi tubuh. Oleh karena itu, pemenuhan gizi pada remaja sangat krusial untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan secara optimal (Almatsier, 2011).

Secara umum, zat gizi dapat dikelompokkan berdasarkan jumlah kebutuhannya oleh tubuh terbagi ke dalam dua kategori, yaitu zat gizi makro (*macronutrien*) dan zat gizi mikro (*mikronutrien*). *Nutrien* makro dibutuhkan oleh tubuh dalam kuantitas besar, sedangkan *nutrien* mikro diperlukan dalam jumlah yang relatif kecil. *Nutrien* makro meliputi protein, lemak, dan karbohidrat, sedangkan *nutrien* mikro terdiri dari vitamin maupun mineral. (Sulistyoningsih, 2011).

Konsumsi zat gizi yang adekuat sangat berperan dalam menentukan tingkat kesehatan seseorang, yang biasa disebut sebagai status gizi. Ketidakesesuaian antara konsumsi zat gizi dan kebutuhan tubuh dapat mengakibatkan masalah gizi atau malnutrisi. Malnutrisi mencakup dua kondisi, yaitu kelebihan gizi dan kekurangan gizi. Status gizi memegang peranan krusial sebagai salah satu faktor risiko utama terhadap penyakit dan kematian. Kondisi gizi yang optimal tidak hanya mendukung kesehatan secara umum, tetapi juga meningkatkan kemampuan tubuh dalam proses pemulihan dari penyakit (Hartono, 2017).

Asupan zat gizi yang dibutuhkan remaja harus sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) agar dapat memengaruhi status gizi para santri secara optimal.

Tabel 1.
Angka Kecukupan Gizi Remaja

Jenis kelamin	Umur (Th)	BB (kg)	TB (cm)	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)
Laki-laki	13-15	50	163	2400	70	80	350
	16-18	60	168	2650	75	85	400
Perempuan	13-15	48	156	2050	65	70	300
	16-18	52	159	2100	65	70	300

Sumber: AKG 2019 Dalam Permenkes RI Nomor 28 Tahun 2019

Tingkat kecukupan zat gizi dinilai berdasarkan perbandingan antara konsumsi aktual dan rekomendasi asupan zat gizi. Perbandingan ini biasanya dinyatakan berupa persentase (%). Secara umum, rumus untuk menghitung penilaian kecukupan zat gizi sebagaimana tercantum di bawah ini:

$$TKG = \frac{\text{Nilai gizi makanan}}{\text{AKG}} \times 100\%$$

1. Energi

Energi yang dibutuhkan tubuh, yang diukur dalam satuan kalori, sangat penting untuk mendukung aktivitas fisik sehari-hari. Secara umum, remaja laki-laki memiliki kebutuhan energi yang lebih tinggi dibandingkan

remaja perempuan. Kebutuhan energi harian pada remaja laki-laki berkisar 2400 hingga 2800 kkal, sebaliknya pada remaja perempuan sekitar 2000 hingga 2200 kkal per hari. Dari total energi ini, disarankan agar 50 sampai dengan 60% didapatkan dari karbohidrat kompleks yang bersumber pada makanan yaitu beras, jagung, terigu, umbi-umbian, serta produk olahannya (Pritasari et al., 2017).

2. Protein

Sebagai zat gizi makro, protein sangat dibutuhkan tubuh karena berperan dalam pembentukan dan pemeliharaan sel serta jaringan tubuh. Peranan dari protein tersebut unik dan tidak bisa diganti dengan zat gizi lain. Selain itu, protein membantu proses tumbuh kembang, mengatur keseimbangan cairan, dan berkontribusi dalam pembentukan antibodi yang berperan dalam sistem kekebalan tubuh (Saparuddin, 2023).

Peran utama protein adalah untuk memperbaiki serta mengganti sel-sel tubuh yang rusak, sekaligus mengatur aktivitas fisiologis organ tubuh. Remaja memerlukan asupan protein yang tinggi karena mereka berada pada fase pertumbuhan yang cepat. Anjuran konsumsi protein pada remaja laki-laki berkisar antara 66 sampai dengan 72 g per hari, sebaliknya pada remaja perempuan sebanyak 59 sampai dengan 69 g per hari, atau hamper 14 sampai dengan 16% dari total kalori harian. Penyedia protein utama meliputi ayam, ikan, daging, tahu dan tempe, serta berbagai jenis kacang-kacangan (Pritasari et al., 2017).

3. Lemak

Lemak merupakan salah satu sumber energi esensial yang diperlukan oleh manusia untuk mendukung pelaksanaan aktivitas sehari-hari. Keseimbangan kadar lemak dalam tubuh sangat penting untuk memastikan ketersediaan cadangan energi yang optimal (Saparuddin, 2023).

Asupan lemak yang berlebih pada masa remaja tidak dianjurkan hal tersebut berpotensi meningkatkan konsentrasi lemak tubuh, terutama

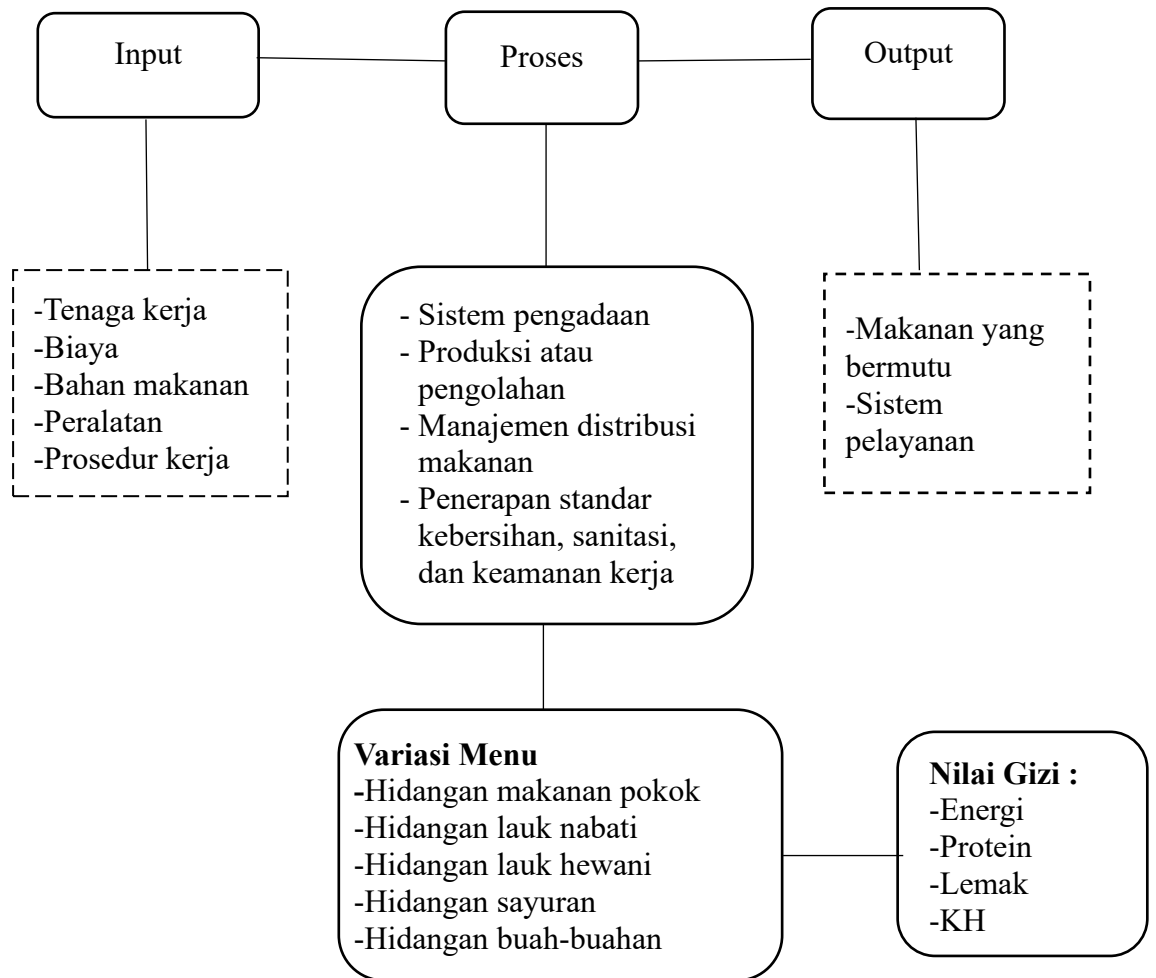
kolesterol dalam darah. Asupan lemak yaitu disarankan sekitar 20 sampai dengan 25% dari keseluruhan asupan kalori harian, dengan sumber utama seperti minyak dan mentega. Asupan lemak yang melebihi kebutuhan dapat menyebabkan penumpukan lemak tubuh yang berisiko menyumbat pembuluh darah, terutama arteri jantung, dan menimbulkan gangguan kesehatan kardiovaskular. Sebaliknya, asupan lemak yang kurang dari kebutuhan dapat menyebabkan ketidakcukupan energi yang diperoleh tubuh. Selain itu, pembatasan konsumsi lemak hewani secara berlebihan juga dapat mengurangi asupan zat besi dan seng, karena bahan makanan hewani merupakan sumber utama kedua mineral tersebut (Pritasari et al., 2017).

4. Karbohidrat

Karbohidrat adalah zat gizi yang berfungsi sebagai sumber energi utama bagi tubuh, terutama sebagai bahan bakar utama untuk otak dalam menjalankan fungsinya. (Saparuddin, 2023).

Karbohidrat adalah sumber energi utama yang dibutuhkan untuk menjalankan aktivitas tubuh, sehingga disarankan untuk memenuhi sekitar 50 sampai dengan 60% dari asupan kalori harian secara keseluruhan. Beberapa bahan makanan yang kaya karbohidrat dan sumber yang dianjurkan untuk dikonsumsi meliputi: jagung, beras, umbi-umbian, dan lain-lain (Pritasari et al., 2017).

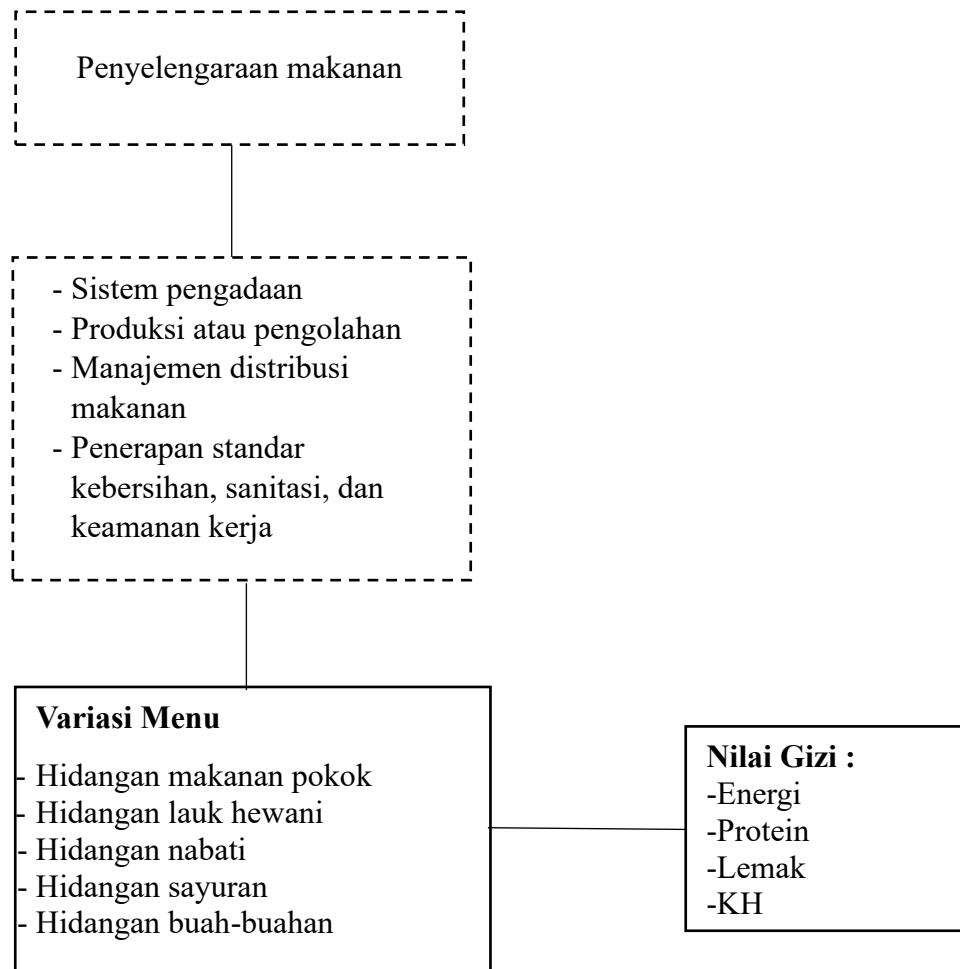
D. Kerangka Teori



Gambar 1 Kerangka Teori

Sumber: (A) Bakri et al., (2018), (B) Pritasari et al., (2017), (C) Saparuddin (2023)

E. Kerangka Konsep



Gambar 2 Kerangka Konsep

F. Definisi Operasional

Tabel 2.
Definisi Operasional

No	Variable	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Variasi menu	Penilaian dari responden terhadap makanan yang disajikan melalui penyajian satu porsi makanan dengan komposisi yang bervariasi setiap kali makan, meliputi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan sayuran.	Kuisisioner variasi menu	Angket	1. Responden menilai bahwa variasi bahan makanan tidak bervariasi. 2. Responden menilai bahwa variasi bahan makanan kurang bervariasi. 3. Responden menilai bahwa variasi bahan makanan termasuk bervariasi 4. Responden menilai bahwa variasi bahan makanan termasuk sangat bervariasi. Sumber: (Alfanissa 2024)	Ordinal
2.	Rasa Makanan	Rasa merupakan komponen utama yang sangat berpengaruh terhadap kualitas hidangan yang diberikan. Beberapa Aspek yang memengaruhi cita rasa makanan	Kuisisioner penilaian rasa makanan	Angket	1. Responden menilai tidak suka terhadap rasa makanan. 2. Responden menilai kurang suka terhadap rasa makanan.	Ordinal

		antara lain aroma, bumbu yang digunakan, tingkat kematangan, serta suhu saat penyajian.			3. Responden menilai suka terhadap rasa makanan. 4. Responden menilai sangat suka terhadap rasa makanan. (Alfanisa, 2024)	
3.	Kepuasan porsi makanan	Kepuasan konsumen adalah perasaan atau penilaian seseorang setelah memakai suatu produk atau layanan, apakah sesuai dengan harapannya atau tidak, dibandingkan dengan harapan atau ekspektasi yang dimilikinya.	Kuisisioner penilaian kepuasan porsi makanan	Angket	1. Responden menilai tidak suka terhadap porsi makanan. 2. Responden menilai kurang suka terhadap porsi makanan. 3. Responden menilai suka terhadap porsi makanan. 4. Responden menilai sangat suka terhadap porsi makanan. (Ramadina, 2019)	Ordinal
4.	Nilai gizi makanan	Kandungan gizi yang terdapat dalam suatu makanan seperti energi, protein, lemak, dan KH	Timbangan bahan makanan	Menimbang	1. Kurang, <80 % angka kecukupan gizi 2. Cukup, 80 – 100% angka kecukupan gizi	Ordinal

					3. Lebih, >100% angka kecukupan gizi (Modifikasi Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi, 2014)	
--	--	--	--	--	--	--