

LAPORAN PRAKTIK KERJA LAPANGAN
MODIFIKASI RESEP MENU LAUK NABATI TAHU KULIT BUMBU TOMAT
MENJADI DIMSUM TAHU
DI INSTALASI GIZI RSUD dr. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO KABUPATEN
WONOGIRI



Disusun oleh:

Aziza Nurul Masruroh

422021728011

PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR

2024

LEMBAR PENGESAHAN
LAPORAN MODIFIKASI RESEP MENU LAUK NABATI TAHU KULIT BUMBU
TOMAT MENJADI DIMSUM TAHU
DI RSUD DR. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO WONOGIRI
TAHUN 2024

Disusun Oleh:

Aziza Nurul Masruroh 422021728011

Telah dinyatakan memenuhi syarat untuk diterima pada tanggal 31 Juli 2024

Menyetujui

Pembimbing Lahan



Sri Purwaningsih, S.Gz
NIP. 19780607 201001 2 023

Dosen Pembimbing



Ladyamayu Pinasti, S.Gz
NIY 180691

Mengetahui

Kepala Instalasi Gizi



Cicilia Widuri, S.S.iT
NIP. 19800209 200212 2 006

Ketua Program Studi Ilmu
Gizi



Lulu' Luthfiya, S.Gz., M.PH
NIDN. 0718019203

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Darussalam
Gontor



apt. Amal Fadholah, S.Si., M.Si
NIDN. 0510017002

DAFTAR ISI

Table of Contents

DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	2
C. Alur Modifikasi Resep	2
BAB II	3
HASIL DAN PEMBAHASAN	3
A. Bahan dan Cara Pembuatan	3
B. Nilai Gizi.....	4
A. Resep Awal.....	4
B. Resep Baru	4
C. Harga Produk dan Selisih Harga	6
D. Evaluasi Modifikasi Resep.....	8
BAB III	11
PENUTUP	11
A. Kesimpulan	11
B. Saran.....	11
DAFTAR PUSTAKA	13
Lampiran	14

DAFTAR TABEL

Gambar 1. Alur Modifikasi Resep	2
Gambar 2. Uji Organoleptik Menu Baru.....	9

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelenggaraan Makanan yang dilakukan dirumah sakit merupakan suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu hingga pendistribusian makanan kepada pasien. Makanan rumah sakit yang dibuat disesuaikan dengan kondisi dan penyakit pasien agar membatu mempercepat proses pemulihan dan penyembuhan pasien (Trisnawati, 2018). Salah satu upaya yang mendukung tujuan adalah melakukan kegiatan pelayanan gizi yang bermutu, terutama dalam menyediakan makanan baik kualitas maupun kuantitas, sehingga mencukupi kebutuhan pasien terhadap gizi seimbang (Kemenkes RI, 2018). Masalah yang sering dihadapi oleh pelayanan makanan dirumah sakit adalah tingkat konsumsi makanan yang kurang, sehingga menyebabkan terjadinya sisa pada makanan yang disajikan (Napitupulu dkk, 2017).

Sisa makanan adalah berat makanan yang tidak dihabiskan oleh pasien sesuai dengan presentase makanan. Analisis mengenai sisa makanan atau jumlah makanan yang tersisa adalah metode untuk melihat daya terima makanan tersebut kepada pasien. Penilaian sisa makanan dapat dilakukan dengan penimbangan dari jumlah berat makanan yang tidak dimakan oleh pasien (Iskandar dan Suryani, 2016). Sisa makanan dikatakan tinggi apabila berat makanan yang tertinggal sebesar $\geq 20\%$ (Kemenkes RI, 2013). Dampak terjadinya sisa makanan adalah tidak terpenuhinya zat gizi yang dikonsumsi maka akan mengakibatkan malnutrisi. Pada hasil penelitian sisa makanan terjadi karena sebagian besar mengatakan bahwa makanannya tidak sedap atau kurang menarik selera makan (Kustiyoasih dkk, 2016). Ada berbagai faktor yang mempengaruhi terjadinya sisa makanan. Sisa makanan terjadi bukan karena nafsu makan, kebiasaan makan, adanya tambahan makanan dari luar, dan rasa bosan saja, namun ada faktor lain yang mempengaruhi terjadinya sisa makanan antara lain cita rasa makanan (penampilan dan rasa makanan), besar porsi dan ketepatan waktu makan, jarak makan, dan cara penyajian makanan (Rumokoy dkk, 2017).

Dari hasil studi pendahuluan di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri diruang Anggrek 2 menunjukkan 66% dari 6 orang tidak dapat menghabiskan lauk nabati, dengan rata-rata sisa makanan sebanyak 71%. Faktor yang mempengaruhi sisa makanan adalah tingkat kekenyangan, besar porsi, tingkat kebosanan pada menu makanan, rasa,

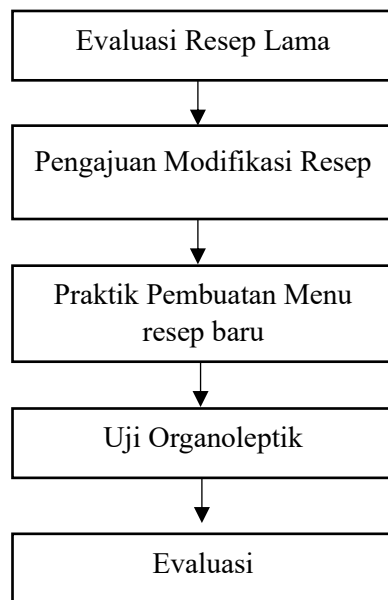
aroma, penampilan dan tekstur makanan. Besarnya sisa makanan pasien akan sangat berpengaruh terhadap asupan zat gizi pasien sehingga menyebabkan zat gizi yang dikonsumsi tidak lengkap. Seperti protein dari lauk nabati karena sisa makanan pada rumah sakit paling tinggi adalah lauk nabati (Rumokoy dkk, 2017).

Laik nabati tahu memiliki kandungan protein tinggi yang dapat membantu proses penyembuhan penyakit. Dari hasil survey pendahuluan, didapatkan sisa makanan pasien terhadap lauk nabati tahu lebih tinggi dengan menu tahu kulit bumbu tomat dari pada lauk nabati lainnya. Dikarenakan pada tekstur tahu tersebut sedikit keras dan susah untuk dicerna khususnya pada pasien gangguan pencernaan dan susah menelan, serta sulitnya mengunyah pada pasien lansia. Maka dari itu diperlukan upaya modifikasi hidangan lauk nabati tahu dengan menu awal “Tahu Kulit Bumbu Tomat” menjadi “Dimsum Tahu” yang bertujuan untuk meningkatkan daya terima pasien dan nilai gizi pada lauk nabati di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri.

B. Tujuan

Untuk mengetahui nilai gizi, perbandingan harga, dan hasil uji organoleptic pada menu resep lama dan resep modifikasi.

C. Alur Modifikasi Resep



Gambar 1. Alur Modifikasi Resep

BAB II

HASIL DAN PEMBAHASAN

Modifikasi resep yakni tahu kulit bumbu tomat yang terdapat pada siklus ke-10 di Instalasi Gizi RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri dilakukan modifikasi berupa dimsum tahu. Berikut bahan dan cara pembuatan pada resep awal dan resep modifikasi.

A. Bahan dan Cara Pembuatan

Resep Awal Tahu Kulit Bumbu Tomat		Resep Baru Dimsum Tahu	
Bahan Makanan	Jumlah	Bahan Makanan	Jumlah
Tahu	20 buah	Kulit dimsum	12 lembar
Tomat	200 gr	Tahu putih	300 gr
Bawang merah	35 gr	Daun bawang	20 gr
Bawang putih	28 gr	Wortel	60 gr
Daun salam	3 lmbr	Telur	50 gr
Kemiri	12 gr	Saus tiram	15 gr
Kunyit	8 gr	garam	5gr
Lengkuas	5 gr	Gula	13gr
Garam	2 gr	Kaldu ayam	5gr
Gula	13 gr	Bawang putih	5 gr
Minyak	25 gr	Merica bubuk	2,5 gr
		Tepung terigu	50 gr
		Tepung tapioka	100 gr
		Minyak	2,5 gr
Cara Pembuatan		Cara Pembuatan	
<ol style="list-style-type: none">1. Panaskan minyak, tumis bumbu yang sudah dihaluskan, salam dan lengkuas, hingga harum2. Masukkan tahu, tambahkan air secukupnya, garam dan gula pasir3. Masak sampai bumbu meresap.		<ol style="list-style-type: none">1. Menyiapkan bahan makanan2. Potong daun bawang dan parut wortel menjadi tipis3. Haluskan tahu, dan bawang putih lalu tambahkan garam, kaldu ayam, merica bubuk, gula, saus tiram, tepung terigu, tepung tapioka, daun bawang, wortel dan telur.4. Aduk hingga merata5. Siapkan kulit dimsum, lalu masukkan adonan dimsum sebanyak 1 sdm, lalu dibentuk dengan mencubit bagian kulit dimsum, dan tambahkan parutan wortel diatas dimsum6. Siapkan panci kukusan, lalu masukkan dimsum yang sudah di bentuk7. masak selama 15 menit, lalu sajikan	

B. Nilai Gizi

A. Resep Awal

Tahu kulit bumbu tomat (20 porsi)					
Bahan Makanan	Berat (kg)	E	P	L	KH
Tahu	1.000 gr	2060,2	73	203	17
Tomat	200 gr	42,1	1,8	0,6	9,2
Bawang merah	35 gr	15,4	0,5	0,1	3,6
Bawang putih	28 gr	24,6	0,8	0,1	5,7
Daun salam	3 lmbr	16,6	1,3	0,3	3,1
Kemiri	12 gr	33,1	2,7	0,5	6,2
Kunyit	8 gr	26	1,0	1,1	4,7
Lengkuas	5 gr	6,9	0,6	0,1	1,3
Garam	2 gr	-	-	-	-
Gula	13 gr	51,2	-	-	12,2
Minyak	25 gr	258,6	-	30	-
Jumlah @20 porsi		2490,7	81,7	230,8	63,7
Jumlah @1 porsi		124,53	4,0	11,54	3,1

B. Resep Baru

Dimsum Tahu (12 porsi)					
Bahan Makanan	Berat (kg)	E	P	L	KH
Kulit dimsum	12 lembar	655,2	18,5	1,8	137,3
Tahu putih	300 gr	228	24,3	14,4	5,7
Daun bawang	20 gr	4,2	0,2	0,1	1,0
Wortel	60 gr	21,7	0,6	0,4	4,7
Telur	50 gr	77,6	6,3	5,3	0,6
Saus tiram	15 gr	3,3	0,09	0,02	0,7
garam	5gr	-	-	-	-
Gula	13gr	51,2	-	-	12,2
Kaldu ayam	5gr	0,4	-	-	
Bawang putih	5 gr	4,4	0,1	-	1,0
Merica bubuk	2,5 gr	8,1	0,3	0,3	1,5
Tepung terigu	50 gr	182	5,2	0,5	38,2
Tepung tapioka	100 gr	381	0,3	0,1	91,3
Minyak	2,5 gr	21,6	-	2,5	-
Jumlah @12 porsi		1.638,6	55,99	25,52	294,2
Jumlah @1 porsi		136,55	4,66	2,12	24,51

Berdasarkan uraian perbandingan nilai gizi di atas, diperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan antara nilai gizi pada resep awal dan resep modifikasi. Pada resep awal diperoleh nilai gizi dengan Energi 124,53 kkal, Protein 4,0 gr, Lemak 11,54 gr, Karbohidrat 3,1 gr. Sedangkan untuk resep modifikasi memiliki nilai gizi untuk Energi 16,55 kkal, Protein 4,66 gr, Lemak 2,12 gr, Karbohidrat 24,51 gr. Nilai gizi pada resep modifikasi memiliki nilai gizi yang lebih tinggi seperti energi, protein dan karbohidrat kecuali lemak disebabkan oleh adanya tambahan bahan makanan yang digunakan seperti tepung terigu dan tepung tapioka, dan terdapat lemak yang lebih rendah pada resep modifikasi dibandingkan resep awal dikarenakan pada resep modifikasi tidak dilakukan proses penggorengan melainkan pengukusan.

C. Harga Produk dan Selisih Harga

Tahu Kulit Bumbu Tomat							Dimsum Tahu						
Bahan makanan	Berat (kg)	BDD	Berat Kotor(g)	Berat kotor (kg)	Harga Satuan	Biaya Bahan	Bahan makanan	Berat (kg)	BDD	Berat Kotor(g)	Berat kotor (kg)	Harga Satuan	Biaya Bahan
Tahu	20 buah	100%	1.000	1	700,00	14.000	Kulit dimsum	12 lembar	100%	12	0,012	10.000	1.200
Tomat	200 gr	100%	200	0,2	28.000	5.600	Tahu putih	300 gr	100%	300	0,3	700,00	4.200
Bawang merah	35 gr	100%	35	0,035	61.800	2.163	Daun bawang	20 gr	100%	20	0,02	32.750	655,00
Bawang putih	28 gr	100%	28	0,028	64.800	1.814	Wortel	60 gr	97%	61	0,061	20.000	1.200
Daun salam	3 lmr	100%	3	0,003	16.000	48	Telur	50 gr	55%	90	0,09	32.400	1.620
Kemiri	12 gr	100%	12	0,012	63.800	765	Saus tiram	15 gr	100%	15	0,015	16.600	249,00
Kunyit	8 gr	97%	8,24	0,00824	17.000	136	Garam	5gr	100%	1	0,001	30.700	153,5
Lengkuas	5 gr	97%	5,15	0,00515	13.800	69	Gula	13gr	100%	13	0,013	17.500	227,00
Garam	2 gr	100%	2	0,002	30.700	122	Kaldu ayam	5gr	100%	2,5	0,0025	700,00	411,00
Gula	13 gr	100%	13	0,013	109.500	1.423	Bawang putih	5 gr	100%	13	0,013	64.800	324,00
Minyak	25 gr	100%	25	0,025	26.400	330	Merica bubuk	2,5 gr	100%	25	0,025	148.000	181,25
							Tepung terigu	50 gr	100%	50	0,05	17.200	860,00
							Tepung tapioka	100 gr	100%	100	0,1	20.350	4.070,00
							Minyak	2,5 gr	100%	5	0,005	26.400	66,00
Jumlah @20 porsi						26.470,00	Jumlah @12 porsi						15.416,75

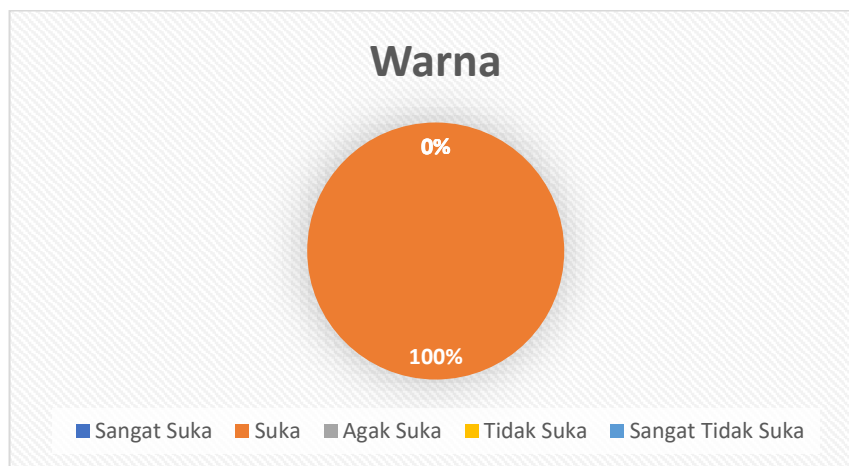
Jumlah @1 porsi	1.323,5	Jumlah @1 porsi	1.284,72
Selisih Rp38,78			

Hasil perbandingan dari harga resep awal dan resep baru menunjukkan selisih Rp38,00. Rincian menu awal yaitu tahu kulit bumbu tomat untuk harga 20 porsi makanan adalah Rp. 26.470,00 dengan setiap porsinya dihargai sebesar 1.323,5. Sedangkan pada menu modifikasi yaitu dimsum tahu, diperoleh harga untuk setiap 12 porsi adalah Rp. 15.416,75 dengan setiap satu porsinya sebesar Rp. 1.284,72.

D. Evaluasi Modifikasi Resep

Dalam penilaian daya terima terhadap resep yang dikembangkan menggunakan uji organoleptik karena uji ini memberikan kemudahan pada panelis untuk menilai menu atau resep modifikasi yang diujikan. Berdasarkan pengumpulan data dari panelis yang terdiri dari 7 panelis yang memberikan penilaian terhadap warna, aroma, rasa dan tekstur didapatkan hasil sebagai berikut:

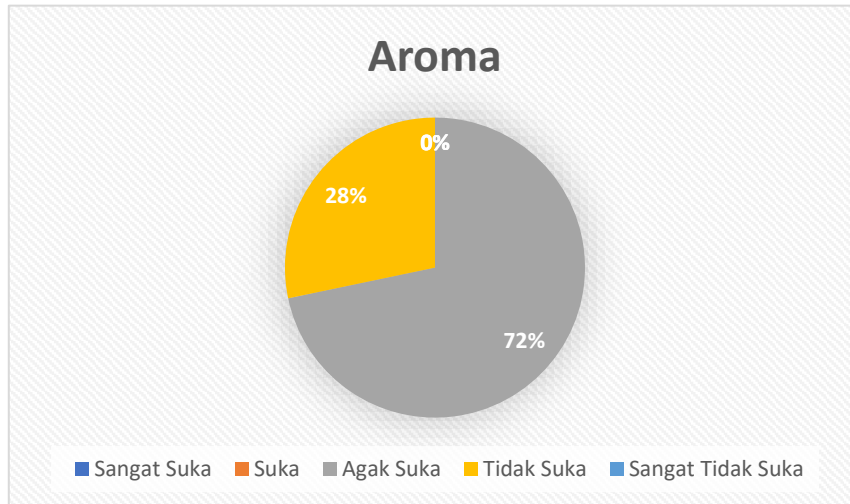
1. Warna



Gambar 2. Uji Organoleptik Kategori Warna

Berdasarkan hasil diatas dapat diketahui bahwa persentase penilaian dari segi warna dimsum tahu yaitu 100% panelis menyatakan suka, dengan demikian dapat diketahui bahwa dari segi warna dapat diterima. Dikarenakan warna pada dimsum lebih berwarna yakni campuran antara warna putih yang didapatkan dari kulit dimsum dan orange didapatkan dari warna wortel serta adonan pada dimsum tahu.

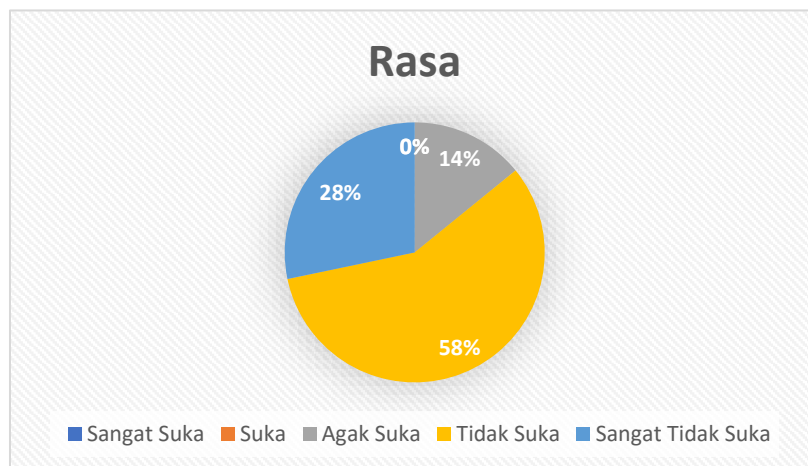
2. Aroma



Gambar 3. Uji Organoleptik Kategori Aroma

Berdasarkan hasil diatas dapat diketahui bahwa persentase penilaian dari segi aroma dimsum tahu yaitu 28% panelis menyatakan tidak suka, dikarenakan aroma pada dimsum tahu tidak seperti dimsum pada umumnya dan 71% panelis menyatakan agak suka, dikarenakan ada yang menyatakan bahwa aroma pada dimsum tahu lebih dominan tahu dan seperti aroma dimsum pada umumnya. Dengan demikian dapat diketahui bahwa dari segi aroma cukup disukai.

3. Rasa

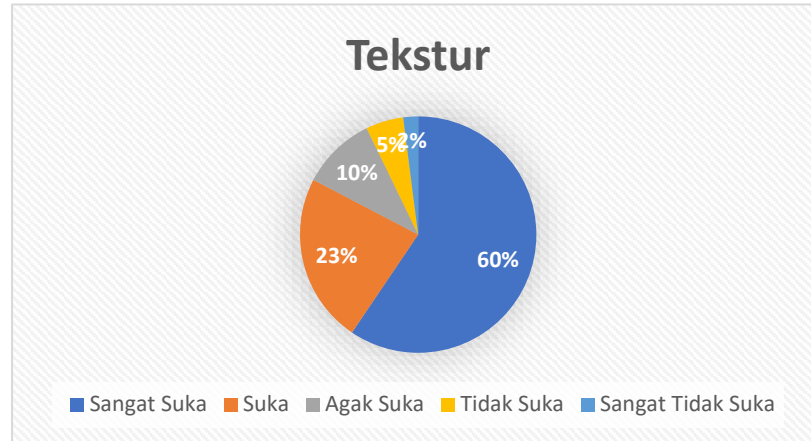


Gambar 4. Uji Organoleptik Kategori Rasa

Berdasarkan hasil diatas dapat diketahui bahwa persentase penilaian dari segi rasa dimsum tahu yaitu 28% panelis menyatakan sangat tidak suka, 57% panelis menyatakan tidak suka, dan 14% panelis menyatakan agak

suka dikarenakan pada adonan dimsum lebih dominan tepung tapioka sehingga rasa lebih dominan tepung dari pada tahu, dengan demikian dapat diketahui bahwa dari segi rasa kurang disukai.

4. Tekstur



Gambar 5. Uji Organoleptik Kategori Tekstur

Berdasarkan hasil diatas dapat diketahui bahwa persentase penilaian dari segi tekstur dimsum tahu yaitu 28% panelis menyatakan sangat tidak suka dan 71% panelis menyatakan tidak suka dikarenakan tekstur yang keras karena pemberian tepung tapioka yang terlalu banyak dan tidak seperti dimsum pada umumnya, dengan demikian dapat diketahui bahwa dari segi tekstur kurang disukai.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Dimsum tahu merupakan resep modifikasi dari menu tahu kulit bumbu tomat yang terdapat pada siklus ke-10 di Instalasi Gizi RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri
2. Nilai gizi yang terdapat pada resep modifikasi lebih baik dibandingkan dengan resep awal. Terutama pada energi, protein dan karbohidrat tetapi tidak pada lemak. Dikarenakan proses pengolahan yang berbeda, pada resep awal diolah dengan cara penggorengan dan pada resep modifikasi diolah dengan cara pengukusan. Resep awal diperoleh nilai gizi dengan Energi 124,53 kkal, Protein 4,0 gr, Lemak 11,54 gr, Karbohidrat 3,1 gr. Sedangkan untuk resep modifikasi memiliki nilai gizi untuk Energi 16,55 kkal, Protein 4,66 gr, Lemak 2,12 gr, Karbohidrat 24,51 gr.
3. Terdapat harga lebih murah pada resep modifikasi dengan selisih harga Rp Rp38,00. dibandingkan dengan resep lama. Dengan harga resep awal Rp.1.323,5 dan harga resep modifikasi Rp.1.284,72.
4. Berdasarkan uji organoleptik diketahui bahwa dimsum tahu dapat diterima dari segi warna dan aroma, namun belum mencukupi syarat diterima pada segi rasa dan tekstur.
5. Resep modifikasi memiliki proses pengolahan yang sedikit rumit dibandingkan dengan resep awal dikarenakan terdapat proses pemasukan dan pembentukan pada resep modifikasi sehingga memiliki waktu pengolahan yang sedikit lebih lama dibandingkan dengan resep awal.

B. Saran

Dimsum tahu yang dijadikan sebagai menu modifikasi masih memerlukan evaluasi dan pengembangan resep lebih lanjut terutama dalam segi rasa dan tekstur untuk memenuhi standar porsi dalam lauk nabati sehingga untuk rasa dapat ditambahkan tahu dan dikurangi dalam pemberian tepung tapioka sehingga didapatkan rasa yang dapat diterima. Pada tekstur dapat ditambahkan labu siam agar tekstur lebih kenyal dan

lembut, sehingga dapat memenuhi standar porsi lauk nabati dalam satu pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit (PGRS). Jakarta.
- Kustiyoasih, Putri, M; Merryana, Adriani; Triska, Susila, N. 2016. Penyelenggaraan Makanan dan Kepuasan Konsumen di Kantin Lantai 2 Rumah Sakit Universitas Airlangga Surabaya. Media Gizi Indonesia. Vol. 11 No. 1 Hal. 11-16.
- Napitupulu, M, Monalisa; Guataaf, A, E, Ratag; Nelly, Mayulu. Pola Pelayanan Nutrisi Pada Pasien Rawat Inap Penyakit Ginjal Dan Penyakit Hati Di RSUP Prof Dr. R. D. Kondau Manado. Pascasarjana Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Rumokoy, Maria, G, D; Nova, H, Kapantow; Grace, Debby, Kandau. 2017. Faktor – faktor Yang Berhubungan Dengan Sisa Makanan Pada Pasien Di Kelas III Penyakit Dalam RSUP Prof. Dr. R.D Kandou Kota Manado. Program Pascasarjana Universitas Sam Ratulangi.
- Trisnawati, Ike, Patria. 2018. Manajemen Penyelenggaraan Makanan Pasien Di Rumah Sakit Pusat Angkatan Udara DR. S. Hardjolukito Yogyakarta. Skripsi. Program Studi Teknik Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.

Lampiran



Gambar 1. Bahan Makanan Pembuatan Dimsum Tahu



Gambar 2. Proses Pembuatan Dimsum Tahu



Gambar 3. Dimsum Tahu