

# ANALISIS SISTEM PENYELENGGARAAN MAKANAN DAN SIKLUS MENU DI SMPIT UMMUL QURO MUARA ISTIQQOMAH BOGOR

**HANIFAH NURUL IZZAH**



**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI  
SEKOLAH VOKASI  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2024**



## PERNYATAAN MENGENAI PROYEK AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa laporan akhir dengan judul “Analisis Sistem Penyelenggaraan Makanan dan Siklus Menu di SMPIT Ummul Quro Muara Istiqomah Bogor” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir laporan akhir ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2024

Hanifah Nurul Izzah  
J0306201168

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



## ABSTRAK

HANIFAH NURUL IZZAH. Analisis Sistem Penyelenggaraan Makanan dan Siklus Menu di SMPIT Ummul Quro Muara Istiqomah Bogor. Dibimbing oleh R.A. HANGESTI EMI WIDYASARI.

Sistem Penyelenggaraan Makanan (SPM) merupakan proses terstruktur dimulai dari tahapan pengadaan, produksi dan pendistribusian. Metode penelitian yang digunakan adalah kombinasi kualitatif dan kuantitatif non-statistik. Metode kualitatif digunakan untuk menganalisis terkait sistem penyelenggaraan makanan. Metode kuantitatif non-statistik digunakan untuk menganalisis kandungan energi dan zat gizi pada menu yang disediakan. Penilaian menu dilakukan dengan mempertimbangkan nilai kandungan gizi, Angka Kecukupan Gizi (AKG), dan kebutuhan gizi peserta didik berdasarkan rentang usia yang telah ditetapkan oleh Kemenkes RI no 28 Tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menu yang disediakan di SMPIT Ummul Quro Muara Istiqomah Bogor belum memenuhi Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang direkomendasikan yaitu 2400 kalori energi, 70 gram protein, 80 gram lemak dan 350 gram karbohidrat. Tingkat ketersediaan energi dan zat gizi pada siklus menu yang disediakan adalah 73% energi dan protein berkategori kurang, 38% lemak berkategori defisit, dan 83% karbohidrat berkategori cukup. Berdasarkan hasil tersebut, diperlukan penyesuaian menu makanan sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku dari Kemenkes RI no 28 Tahun 2019 untuk meningkatkan kualitas gizi peserta didik.

Kata Kunci: AKG, Gizi Seimbang, Isi Piringku, SPM, Siklus Menu

## ABSTRACT

HANIFAH NURUL IZZAH. Analysis of Food Management System and Menu Cycle in SMPIT Ummul Quro Muara Istiqomah Bogor. Supervised by R.A. HANGESTI EMI WIDYASARI.

The Food Delivery System (FMS) at SMPIT Ummul Quro Muara Istiqomah Bogor was analyzed using a combination of qualitative and quantitative non-statistical methods. The study aimed to assess the energy and nutrient content of the menus provided and compare them to the recommended nutritional guidelines set by the Indonesian Ministry of Health. The results showed that the menu did not meet the recommended Nutritional Adequacy Rate (AKG) of 2400 calories of energy, 70 grams of protein, 80 grams of fat, and 350 grams of carbohydrates. The energy and nutrient availability in the menu cycle provided were found to be deficient in energy and protein (73%), fat (38%), and sufficient in carbohydrates (83%). Based on these findings, it is recommended to adjust the food menu according to the Balanced Nutrition Guidelines and My Plate Contents from the Indonesian Ministry of Health to enhance the nutritional quality of the students..

Keywords: Balanced Nutrition, FMS, Menu Cycle, My Plate Guidelines, RDA



Judul Proyek Akhir : Analisis Sistem Penyelenggaraan Makanan dan Siklus  
Menu di SMPIT Ummul Quro Muara Istiqomah Bogor  
Nama : Hanifah Nurul Izzah  
NIM : J0306201168

@Hak cipta milik IPB University

Disetujui oleh

Pembimbing:  
Dr. Ir. R.A. Hangesti Emi Widyasari, M.Si.



Diketahui oleh

Ketua Program Studi:  
Annisa Rizkiriani, S.Gz., M.Si.  
NPI. 201811198808132007  
Dekan Sekolah Vokasi:  
Dr. Ir. Aceng Hidayat, M.T.  
NIP. 196607171992031003



Tanggal Ujian:  
Selasa, 2 Juli 2024

Tanggal Lulus:



## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah ini berhasil diselesaikan dengan judul “Analisis Sistem Penyelenggaraan Makanan dan Sikus Menu di SMPIT Ummul Quro Bogor” ini sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Pembuatan laporan proyek akhir ini dilaksanakan selama empat bulan sejak Februari hingga Mei 2024 di Kota Bogor. Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan laporan tugas akhir ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak tersebut, yakni:

1. Ibu Dr. Ir. R.A. Hangesti Emi Widyasari, M.Si, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk dan arahan kepada penulis selama proses penyusunan laporan tugas akhir. Bapak Firman Muhammad Basar S.Pd M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran selama proses seminar laporan tugas akhir serta Ibu Annisa Rizkiriani, S.Gz, M.Si. selaku Ketua Program Studi Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi.
2. Ustad Kamil selaku kepala pondok, Umi Layla selaku penanggung jawab dapur pondok dan Chef Asep selaku kepala Chef serta Pak Tendy dan Pak Jody dari pihak Yayasan Muara Istiqomah yang telah mengizinkan dan membantu penulis dalam melaksanakan penelitian di SMPIT Ummul Quro Bogor.
3. Papa Zilmy dan Mama Wardah serta teman hidupnya yang telah memberikan banyak dukungan, baik materi maupun doa yang tidak pernah terputus. Kakak Keisyah, Abang Dzaki serta adik-adik yang sudah memberikan doa, semangat, serta motivasi.
4. Sahabat seperjuangan 24/7 di Kos Cikuray 38 yang selalu ada bersama penulis dalam senang maupun sedih. Terimakasih Famelia, Elsa, Amalia, Sherin, Muna, Zahra, Angel, Gita dan Intan.
5. Sahabat penulis yang telah membersamai penulis selama ini baik dari semasa sekolah hingga kuliah. Terimakasih Nida, Thurfah, Alifah, Talitha, Fathan, Alfian dan Rahayu.
6. Semua pihak terkait yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih telah memberikan dukungan demi kelancaran penyusunan laporan tugas akhir ini.
7. Tak lupa, kepada diri sendiri yang sudah berjuang sampai saat ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun penulis harapkan untuk perbaikan kedepannya. Demikian yang dapat penulis sampaikan, semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, 1 Juli 2024

*Hanifah Nurul Izzah*



## DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	x
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	2
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	5
3.1 Desain, Tempat dan Waktu	5
3.2 Jenis Data dan Metode Pengumpulan Data	5
3.3 Pengolahan dan Analisis Data	7
3.4 Definisi Operasional	8
IV Hasil dan Pembahasan	9
4.1 Hasil	9
4.2 Pembahasan	23
V SIMPULAN DAN SARAN	45
5.1 Simpulan	45
5.2 Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	49





## DAFTAR TABEL

1	Jenis data dan metode pengumpulan data	6
2	Fasilitas fisik SMPIT Ummul Quro Bogor	9
3	Pengolahan lauk nabati	14
4	Pengolahan lauk hewani	15
5	Pengolahan hidangan sayur	15
6	Rentang usia peserta didik	17
7	Angka kecukupan gizi	17
8	Kebutuhan energi dan zat gizi per waktu makan	18
9	Kebutuhan energi dan zat gizi puasa	18
10	Ketersediaan energi dan zat gizi per waktu makan	19
11	Ketersediaan energi dan zat gizi per waktu makan saat puasa	20
12	Ketersediaan energi dan zat gizi siklus menu sehari	21
13	Tingkat kecukupan energi dan zat gizi per waktu makan	22
14	Tingkat kecukupan energi dan zat gizi per waktu makan saat puasa	22
15	Tingkat kecukupan energi dan zat gizi sehari	23
16	Anjuran jumlah porsi menurut kecukupan energi remaja	36
17	jenis pangan sayuran	36
18	Jenis pangan buah	37
19	Pangan sumber protein nabati	38
20	Pangan sumber protein hewani	39
21	Pangan sumber makanan pokok	41
22	Susunan menu harian	42
23	Susunan menu puasa	43

## DAFTAR GAMBAR

1	Kerangka pikir penelitian	4
2	Alur penyelenggaraan makanan	10
3	Standar Operasional Prosedur Perencanaan Menu	11
4	Tempat penyimpanan bahan makanan kering	12
5	Tempat penyimpanan bahan makanan basah	13
6	Diagram alir distribusi makanan	16
7	Penyimpanan sementara makanan matang	17
8	Isi Piringku	35

## DAFTAR LAMPIRAN

1	Wawancara penelitian dengan informan	50
2	Rancangan anggaran pembelian bahan makanan menu baru	52
3	Kandungan energi dan zat gizi menu baru	54
4	Dokumentasi piring makan peserta didik	60
5	Kondisi ruang makan pada waktu makan	60
6	Fasilitas umum SMPIT Ummul Quro Bogor	60
7	Menu makan peserta didik	60

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.