



# Study of Diet Variations According to Patient Nutrition Needs on SF Hospital Nutrition Instalation.

Mariah Alqibtiyah<sup>1</sup>, Al Machfud WDP<sup>1\*</sup>, Puspita Handayani<sup>2</sup>, Rahmah Utami Budiandari<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis Hukum dan Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

## OPEN ACCESS

ISSN xxxx xxxx (online)

\*Correspondence:  
Al Machfud WDP

Citation: Al Machfud WDP, Mariah Alqibtiyah, Puspita Handayani, Rahmah Utami Budiandari (2026)

Study of Diet Variations According to Patient Nutrition Needs on SF Hospital Nutrition Instalation. 1 : 1  
doi:

**Abstract.** This article aims to determine the composition and diet variation according to patients nutritional needs at SF Hospital. The methodology used was observation, interviews with nutrition staff, literature review, and qualitative data analysis. This article shows that different menus served every day, tailored to the nutritional needs of consumers. The diet menu is tailored to each patient's energy needs to optimize the recovery process. Dietary food choices are also based on the patient's age, daily activity level, gender, and medical history.

**Keywords:** diet variation, Nutritional need

**Abstrak.** Artikel ini bertujuan untuk mengetahui komposisi dan variasi menu makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi pasien di rumah sakit SF. Metodologi yang digunakan observasi, wawancara dengan pihak instalasi gizi, studi pustaka dan analisis data secara kualitatif. Artikel ini menunjukkan bahwa menu yang disajikan berbeda setiap harinya disesuaikan dengan kebutuhan gizi konsumen. Penyajian menu diet disesuaikan dengan kebutuhan energi setiap pasien, agar proses pemulihan lebih optimal. Penyajian diet makanan juga didasarkan pada umur pasien, aktivitas sehari-hari, jenis kelamin, serta riwayat penyakit yang diderita.

**Keywords:** Menu makanan, Kebutuhan gizi

## INTRODUCTION

Pangan merupakan kebutuhan primer manusia yang harus dipenuhi, pemenuhannya harus sesuai dengan kriteria layak, aman, bermutu, bergizi, beragam dan terjangkau (Budiandari et al., 2024). Bahan makanan yang digunakan harus sesuai dengan regulasi pangan, hal ini sangat penting karena berkaitan langsung dengan aspek kesehatan, keamanan dan keberlanjutan konsumsi yang sesuai dengan prinsip agama (Rafdiansyah et al., 2025). Pemenuhan kebutuhan dasar pangan yaitu terdiri atas komponen karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air yang sesuai dengan kebutuhan tubuh (Putri & Rachman, 2023).

Ada beberapa faktor internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi kebutuhan pangan seseorang. Faktor internal meliputi usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, pengetahuan gizi, keyakinan, nilai, norma, dan kebiasaan kesehatan. Sedangkan faktor eksternalnya yaitu tingkat keuangan, pekerjaan, pendidikan orang tua, jumlah anggota keluarga, kondisi fisik, aktivitas sehari-hari, dan tingkat kesehatan (Purwati et al., 2023). Oleh sebab itu, seseorang perlu mengatur konsumsi pangannya untuk menjaga kestabilan metabolisme tubuh dan juga untuk meminimalisir timbulnya suatu penyakit akibat ketidak teraturan dalam konsumsi pangannya.

Untuk mendapatkan informasi lebih lanjut mengenai penyajian menu yang sesuai dengan kebutuhan gizi seseorang, maka dilakukan praktek kerja lapang bertempat di Rumah Sakit SF, SDA. Selain itu praktek kerja lapang dilaksanakan sebagai pendalaman materi variasi diet makanan dan pemenuhan gizi pasien sebagai salah satu bentuk pemenuhan kebutuhan pangan.

## METHODS

Metode penelitian ini memiliki tahapan sebagai berikut:

1. Wawancara  
wawancara adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui tatap muka dan tanya jawab langsung antara pengumpul data dengan narasumber atau sumber data (Trivaika & Senubekti, 2022) yaitu dengan Pembimbing Lapangan dan staff instalasi gizi rumah sakit siti fatimah.
2. Observasi  
Observasi merupakan cara untuk mendapatkan informasi terkait apa yang akan diteliti (Khaatimah & Wibawa, 2017). Mahasiswa melakukan pengamatan secara langsung di lapangan bertujuan untuk mendapatkan data yang dibutuhkan yang berhubungan dengan pengolahan makanan, bahan makanan, menu yang disediakan, dan kebutuhan gizi pasien
3. Studi Pustaka  
Pada metode ini dilakukan dengan membaca beberapa

jurnal mengenai pangan, menu makanan, dan gizi yang baik untuk pasien rumah sakit (Rafdiansyah et al., 2025).

4. Analisis data  
Metode analisis data adalah cara untuk menganalisa hasil dari data yang diperoleh dalam praktek kerja lapangan sehingga lebih mudah untuk dibaca dan diinterpretasikan (Syahroni, 2022). Mahasiswa melakukan pengolahan data secara kualitatif mengenai penyajian menu makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi pasien (Rafdiansyah et al., 2025).

## FINDINGS AND DISCUSSION

Pemenuhan asupan zat gizi penting untuk menjaga dan mengoptimalkan status kesehatan tubuh dan produktivitas (Insani, 2022). Diagram alir mengenai teknis penyajian untuk memenuhi kebutuhan energi dan gizi pasien dapat dilihat pada gambar 1 dan diagram alir mengenai proses pengolahan bahan pangan untuk memenuhi standar gizi pasien dapat dilihat pada gambar 2. Makromolekul dan Mikromolekul yang ada di diet makanan di RS SF adalah sebagai berikut ;

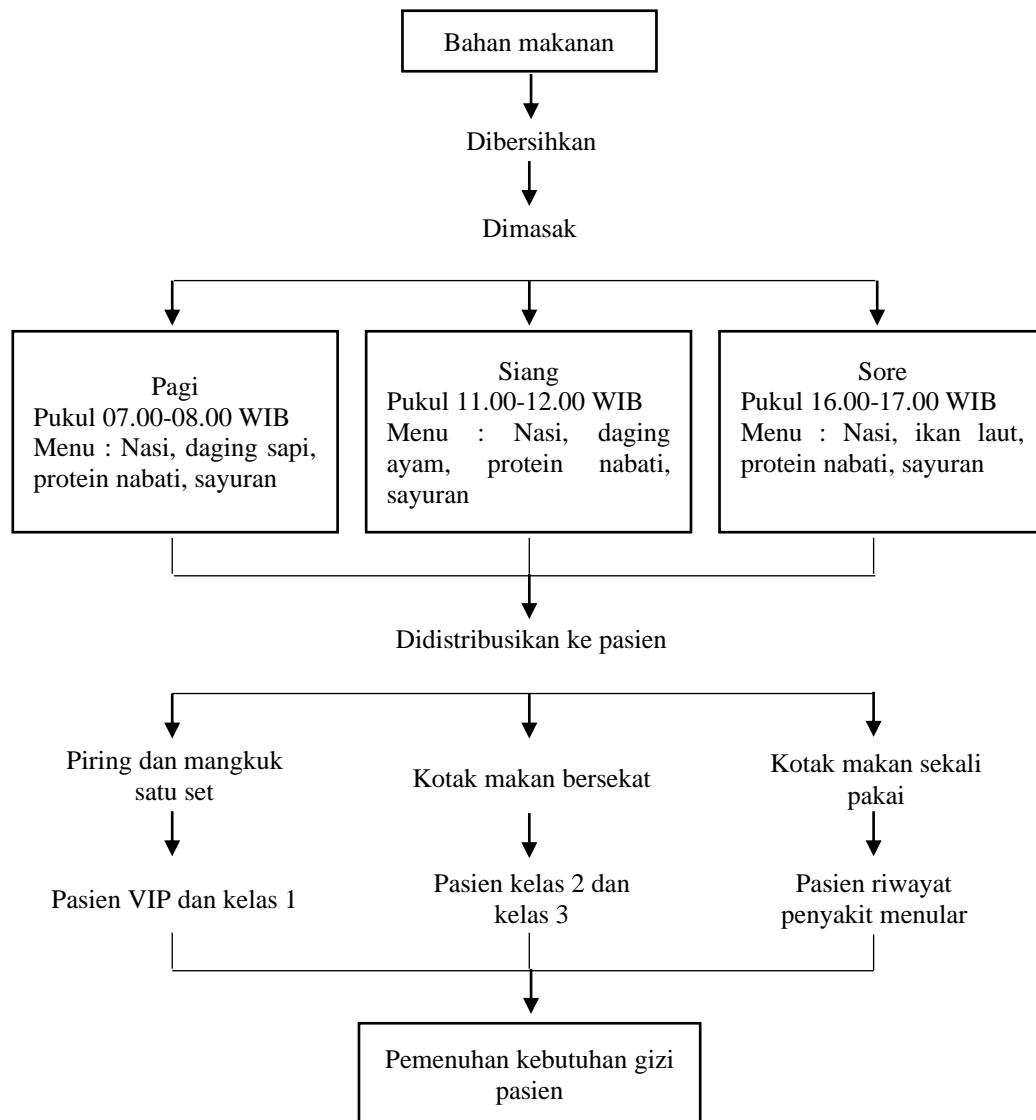
1. Karbohidrat.

Karbohidrat utama yang digunakan di RS SF berbasis beras. Bahan baku beras tersebut kemudian dimasak menjadi nasi untuk pasien dengan kondisi kebutuhan pangan normal, atau dimasak menjadi bentuk bubur untuk pasien dengan kondisi kebutuhan pangan yang halus dan lebih mudah dicerna. Penyajian menu ini sangat tergantung pada kondisi, penyakit, serta umur pasien.

2. Protein

Protein diperoleh dari sumber nabati dan hewani. Sumber protein hewani yang disediakan oleh rumah sakit ini biasanya berasal dari daging sapi, daging ayam, telur ayam atau telur puyuh, jenis ikan-ikanan baik dalam bentuk ikan utuh ataupun ikan fillet, serta hati dan ampela yang diolah sedemikian rupa untuk disajikan pada pasien dengan memperhatikan gizi yang terkandung. Contoh olahan protein hewani yaitu rendang daging, soto ayam, di goreng krispi, dimasak bumbu lada hitam, dan masih banyak lainnya. Sedangkan protein nabatinya berasal dari tahu, tempe, dan jagung yang diolah dengan berbagai macam variasi menu seperti rolade, di bumbu kuning, dijadikan krispi, dijadikan perkedel, bahkan hingga nugget untuk memvariasikan menu makanannya tanpa menghilangkan kandungan gizinya.

Proses pengolahan protein hewani dan nabati di instalasi gizi RS SF telah memenuhi standar pengolahan pangan yang mampu mempertahankan komposisi dan kandungan bahan pangan, sehingga masih mempertahankan nilai protein sumber pangan tersebut.



Gambar 1. Diagram alir teknis penyajian untuk memenuhi kebutuhan energi dan gizi pasien

### 3. Vitamin dan Mineral

Sayur dan buah ialah sumber terbaik dari vitamin, mineral dan juga serat. Vitamin dan mineral ini sangat dibutuhkan untuk mempertahankan sistem kekebalan tubuh (Tumiwa et al., 2020). Pada penyajiannya, RS SF juga memberikan menu sayur di setiap harinya selama jadwal makan berlangsung. Beberapa jenis sayur yang digunakan yaitu seperti bayam, labu siam, kembang kol, sawi, wortel, buncis, tomat, kacang panjang, kangkung, kecambah, dan masih banyak lagi jenis sayuran yang digunakan. Olahan menunya pun bermacam-macam, seperti dijadikan sup, di tumis, dijadikan cah sayuran, capcay, dimasak khas masakan jawa yaitu sayur bening, hingga dijadikan bobor atau botok.

Pengolahan yang dilakukan pada bahan dengan kandungan vitamin dan mineral ini pun tak luput dari standar pengolahan pangan. Pihak ahli gizi juga mengolah bahan sumber vitamin dan mineral ini dengan

memperhatikan standar pengolahan pangan. Tujuannya agar nilai kandungan gizinya tidak hilang dan tetap memberikan manfaat pada pasien yang mengkonsumsi.

#### Jenis Menu yang ada di RS SF adalah sebagai berikut;

##### a. Nasi dan bubur

Pemenuhan konsumsi karbohidrat pada pasien didapatkan melalui nasi atau bubur yang disesuaikan dengan kondisi kesehatan pasiennya. Dalam hal tersebut bahan baku beras dibeli dari supplier yang telah teruji dan memiliki sertifikat halal.

##### b. Olahan lauk hewani

Sajian menu pasien selalu diberikan olahan lauk hewani sebagai pemenuhan konsumsi proteinnya. Beberapa contoh menu olahan hewani yang disajikan yaitu dori fillet acar kuning, ayam lada hitam, bandeng presto, fuyunghai, hingga bakso daging sapi. Beragamnya olahan lauk hewani tersebut juga bertujuan untuk meningkatkan selera

makan pasien agar konsumsi gizi pasien tetap terjaga.

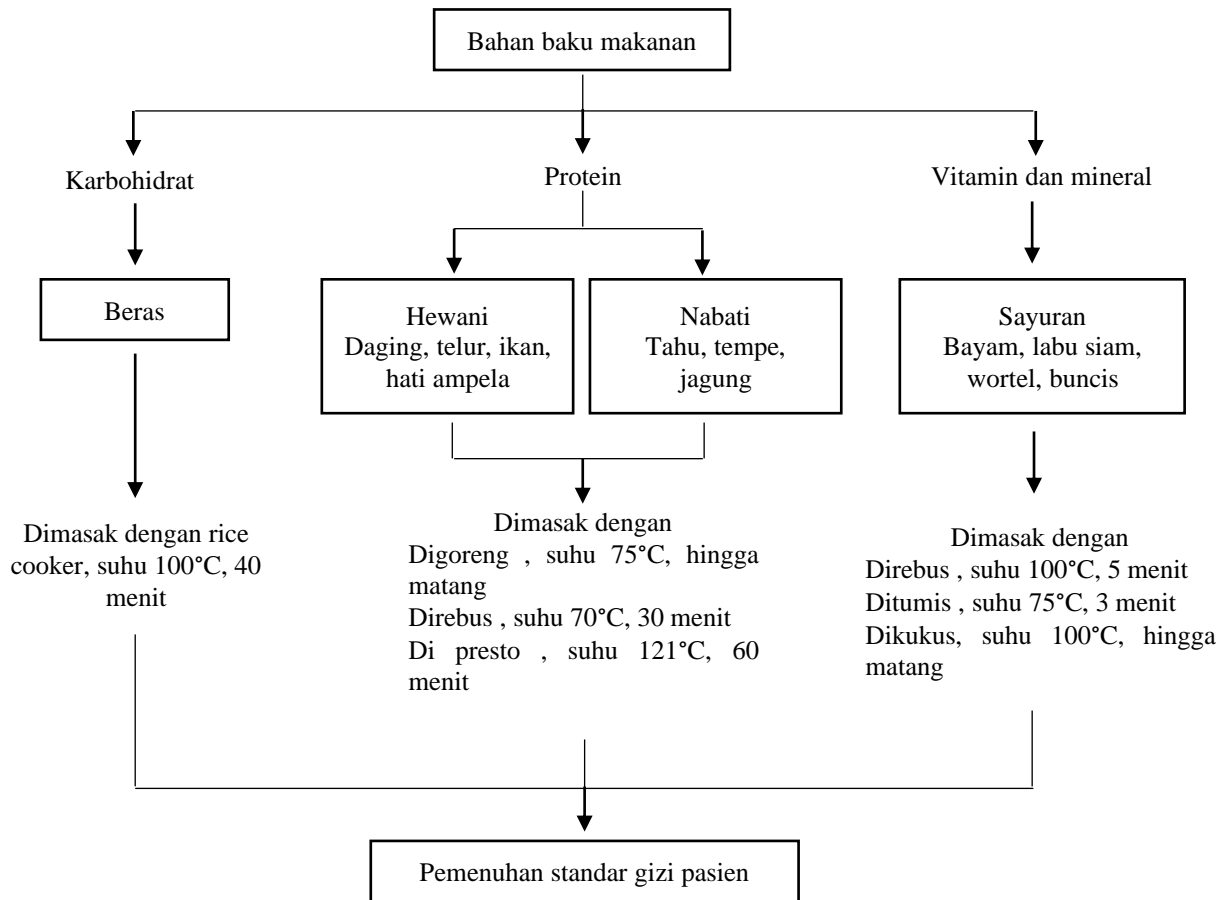
c. Olah-lauk nabati

Lauk nabati juga diberikan dalam setiap satu porsi makan pasien di setiap harinya sebagai penambah zat gizi protein. Menu yang disajikan diantaranya yaitu nugget tempe, perkedel jagung, sambal goreng tahu tempe, bakwan tahu, hingga botok tahu tempe. Dalam satu sajian menu makanan, pihak Rumah Sakit SF selalu memberikan asupan lauk hewani dan nabati dengan tujuan untuk memberikan asupan gizi

lebih lengkap bagi berbagai kondisi medis.

d. Sayur-sayuran tumis dan kuah

Menu sayur-sayuran juga selalu disediakan untuk menu makanan pasiennya. Menu tersebut disajikan dalam berbagai macam olahan tumisan seperti cah wortel, kembang kol, dan jamur kuping, tumisan sawi hijau dengan tauge, juga tumisan labu siam dengan tempe. Selain olahan tumis, Rumah Sakit SF juga menyediakan menu berupa sayuran kuah seperti sayur asem, sup, sayur bening, hingga sup kimlo.



Gambar 2. Diagram alir proses pengolahan bahan pangan untuk memenuhi standar gizi

## Jenis Menu yang ada di RS SF adalah sebagai berikut;

Teknik Penyajian menu makanan dan Proses Pengolahan Bahan Pangan pada RS SF

Penyajian diet makanan berlangsung 3 frekuensi, yaitu pagi, siang dan sore. Pagi pada pukul 06.00-07.00 WIB. Siang pada pukul 11.00-12.00 WIB dan Sore pada pukul 16.00 - 17.00 WIB. Menu makanan yang disediakan berbeda setiap harinya. Komponen protein hewani yang digunakan di diet menu di pagi hari umumnya daging sapi, siang hari daging ayam dan sore hari ikan atau olahan telur. Hal tersebut disebabkan pagi dan siang hari aktivitas pasien lebih banyak. Sore hari diberikan protein berbasis ikan disebabkan protein yang terkandung pada ikan baik untuk proses regenerasi tulang saat tubuh beristirahat.

Penyajian makanan setiap harinya terdiri dari menu komplet, yaitu terdiri dari karbohidrat berasal dari nasi atau bubur, protein hewani dan nabati serta sayuran sebagai sumber vitamin dan mineral. Di sisi lain, pihak instalasi gizi haruslah mengetahui berapa kalori yang dibutuhkan oleh pasien, karena gizi dari pasien pasti berbeda-beda tergantung pada jenis kelamin, usia, aktivitas sehari-hari, dan juga riwayat kesehatannya.

RS SF menerapkan proses pengolahan pangan yang bervariasi. Bahan pangan yang akan digunakan sudah pasti dibersihkan terlebih dahulu, setelah itu setiap bahan pangan akan diolah sesuai dengan caranya masing-masing. Untuk memasak nasi digunakan teknik mengukus, sedangkan pada menu bubur digunakan teknik steam. Pada daging dan telur, cara pengolahannya meliputi perebusan, dan penggorengan. Sedangkan untuk jenis ikan cara pengolahannya ialah penggorengan dan di presto. Sayuran pun melewati berbagai cara pengolahan seperti direbus, ditumis, hingga dikukus. Setiap proses memiliki perlakuan berbeda, oleh karena itu kesesuaian cara pengolahan dengan jenis bahan harus diperhatikan agar gizi yang terkandung pada bahan tidak hilang.

## CONCLUSIONS

Berdasarkan hasil analisis, wawancara dan studi literatur dapat disimpulkan bahwa diet makanan yang disajikan di RS SF memenuhi aturan penyajian makanan berdasarkan standar gizi seimbang. Diet terdiri dari semua komponen yang diperlukan tubuh. Proses pengolahan bahan pangan memenuhi standar higiene dan sanitas yang baik sehingga diet makanan yang diberikan dapat menunjang proses penyembuhan pasien.

## ACKNOWLEDGMENTS

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Halal Center UMSIDA yang telah menyelenggarakan program magang, RS SF yang memberikan kesempatan untuk penelitian ini, prodi TP yang memfasilitasi dan semua pihak yang terlibat.

## REFERENCES

- Budiandari, R. U., Hudi, L., Prihatiningrum, A. E., & Sahara, Z. A. (2024). Pelatihan Penerapan GMP Pembuatan Dodol Rumput di Desa Kedung Pandan Kecamatan Jabon. *Jurnal Pengabdian Dan Peningkatan Mutu Masyarakat (Janayu)*, 5(2), 125–134. <https://doi.org/10.22219/janayu.v5i2.28675>
- Insani, A. (2022). Pemenuhan Asupan Gizi Anak Melalui Bekal Makanan Sehat Bagi Kesehatan Anak Usia Dini. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(3), 843–848.
- Khaatimah, H., & Wibawa, R. (2017). Efektivitas Model Pembelajaran Cooperative Integrated Reading And Composition Terhadap Hasil Belajar. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 2(2), 76–87.
- Purwati, P., Elinur, E., & Agustin, H. (2023). Faktor—Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Konsumsi Pangan Rumah Tangga Penerima Program Pekarangan Pangan Lestari (P2L) Kota Pekanbaru Provinsi Riau. *JIA (Jurnal Ilmiah Agribisnis. : : Jurnal Agribisnis Dan Ilmu Sosial Ekonomi Pertanian)*, 8(2), 135–141. <https://doi.org/10.37149/JIA.v8i2.395>
- Putri, R. V. I., & Rachman, T. A. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Indeks Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, 1(3), 58–64. <https://doi.org/10.55606/jikg.v1i3>
- Rafdiansyah, M. A., Nurbaya, S. R., & Handayani, P. (2025). Bayi di “Babyfood X” terhadap Kepatuhan. *Journal of Halal Lifestyle and Sustainability*, 1(1), 1–8.
- Syahroni, M. I. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Al-Musthafa STIT Al-Aziziyah Lombok Barat*, 2(3), 43–56.
- Trivaika, E., & Senubekti, M. A. (2022). Perancangan Aplikasi Pengelola Keuangan Pribadi Berbasis Android. *Nuansa Informatika*, 16(1), 33–40. <https://doi.org/10.25134/nuansa.v16i1.4670>
- Tumiwa, M. C. R., Kapantow, N. H., & Punuh, M. I. (2020). Gambaran Asupan Vitamin Larut Lemak Mahasiswa Semester 2 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas*, 9(6), 101–106.