



ANALISIS BIAYA DAN KANDUNGAN GIZI PADA MENU KARYAWAN DI JASABOGA X CIREBON

Finandita Widia Andriani, Putri Ronitawati*, Rachmanida Nuzrina, Nazhif Gifari

Jurusan Pendidikan Profesi Dietisien, Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

*e-mail: putri.ronitawati@esaunggul.ac.id

ABSTRACT

Food service management requires 3 main cost components, namely food costs, labor costs, and overhead costs. The preparation of food costs has an impact on the quality of food and the nutritional content in each serving. At Catering X Cirebon, food financing prioritizes low prices, but still pays attention to the variety of meals with four choices of animal side dishes. The purpose of this study is to analyze the cost and nutritional content contained in the employee menu at Catering X. Research methods used are descriptive quantitative with data collection techniques using interviews and food weighing to determine portion standards. This study was conducted on 11th until 21st April 2022 during Ramadan. All data was collected from the population in this study with a total of 9 employees. Based on the results of the study, the entire employee menu served by Jasaboga X has not met the standards for fulfilling sahoor nutrition for workers. However, the low price strategy that has been set can meet commercial benefits and can still provide a variety of balanced nutritional foods, namely staple foods (rice), animal side dishes with 4 choices per day, vegetable side dishes, vegetables, and fruit. The advice that can be given by researchers in this study is that it is necessary to make portion standards starting from rice preparation, cutting vegetable and animal side dishes, vegetables, and fruit cutting to meet 40% of employee feeding standards.

Keywords: catering; food cost analysis; nutrition content

ABSTRAK

Suatu penyelenggaraan makanan memerlukan 3 komponen biaya utama yaitu biaya bahan (*food cost*), biaya tenaga kerja (*labor cost*), dan biaya *overhead*. Penyusunan biaya makanan berdampak pada kualitas makanan dan kandungan gizi dalam tiap porsi. Pada Jasaboga X Cirebon, pembiayaan makanan mengutamakan harga yang rendah, namun tetap memperhatikan variasi makan dengan empat pilihan lauk hewani. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis biaya dan kandungan gizi yang terkandung dalam menu sahur karyawan di Jasaboga X. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara dan penimbangan makanan untuk mengetahui standar porsi. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 11-21 April 2022 saat puasa ramadhan. Data dikumpulkan dari seluruh anggota populasi dalam penelitian ini yaitu 9 orang karyawan. Berdasarkan hasil penelitian, keseluruhan menu karyawan yang disajikan oleh Jasaboga X belum memenuhi standar pemenuhan gizi sahur untuk pekerja. Akan tetapi, strategi harga rendah yang telah ditetapkan dapat memenuhi keuntungan komersil serta masih dapat menyediakan variasi makanan gizi seimbang yaitu terdapat makanan pokok (nasi), lauk hewani dengan 4 pilihan per hari, lauk nabati, sayur, dan buah. Saran yang dapat diberikan peneliti dalam penelitian ini adalah perlu dibuat standar porsi dimulai dari pemorsian nasi, pemotongan lauk nabati dan hewani, sayur, dan pemotongan buah untuk memenuhi 40% dari standar pemberian makan karyawan.

Kata Kunci: jasaboga; analisis biaya makanan; kandungan gizi,

PENDAHULUAN

Penyelenggaraan makanan komersial merupakan penyelenggaraan makanan dengan macam dan variasi yang tidak terikat dengan peraturan, melayani kebutuhan masyarakat di luar rumah yang berorientasi pada keuntungan, mempertimbangkan aspek pelayanan, kebutuhan dan kepuasan konsumen. Salah satu contoh penyelenggaraan makanan komersil adalah jasaboga untuk industri tenaga kerja. Berdasarkan Peraturan





Menteri Kesehatan Nomor 1096 Tahun 2011 (Permenkes 1096/2011), jasaboga adalah perusahaan atau perorangan yang melakukan kegiatan pengelolaan makanan yang disajikan di luar tempat usaha atas dasar pesanan. Jasa boga atau katering terdiri dari tiga golongan, yaitu golongan A (A1, A2, dan A3) yang melayani kebutuhan masyarakat umum, golongan B yang melayani kebutuhan masyarakat dalam kondisi tertentu (misalnya asrama, pabrik, dan fasilitas pelayanan kesehatan), dan golongan C yang melayani kebutuhan masyarakat di dalam alat angkut umum internasional dan pesawat udara. (Bakri et al., 2018; Purnawita et al., 2020; Sawong et al., 2016)

Penyelenggaraan makanan tidak lepas dari biaya yang merupakan semua pengeluaran yang dibayarkan dalam rangka melaksanakan kegiatan penyelenggaraan makanan. Biaya merupakan pengorbanan sumber ekonomi yang diukur dalam satuan uang, untuk mendapatkan barang/jasa yang diharapkan akan memberikan keuntungan/manfaat saat ini atau masa akan datang. Biaya harus disusun dan direncanakan sebaik-baiknya untuk menjaga kelancaran operasional penyelenggaraan makanan, harus dibuat dengan realistis (dapat dilaksanakan) dan dipantau secara berkelanjutan. Penyusunan anggaran biaya makanan harus dilakukan agar institusi dapat memaksimalkan pendapatannya di sektor penjualan makanan. Upaya yang dapat dilakukan dalam mengukur efisiensi pengendalian biaya makanan bertujuan untuk menetapkan standar biaya makanan yang merupakan tolak ukur keberhasilan pengendalian biaya makanan (Bakri et al., 2018; Pradiptha et al., 2018; Safitri et al., 2020; Wani et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Vieux, et all (2013) menunjukkan bahwa biaya makanan akan lebih tinggi apabila mengikuti standar porsi sesuai dengan diet yang telah ditentukan. Apabila menggunakan strategi biaya yang lebih rendah, maka diperlukan modifikasi jumlah porsi, jenis bahan makanan, dan teknik pengolahan sehingga katering dapat membantu meningkatkan kualitas makanan tanpa meningkatkan biaya. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Sudrajat (2016), dimana jasaboga DA masih menggunakan pembiayaan minimum namun belum memperhatikan kebutuhan gizi dari konsumen. Porsi cenderung masih kurang dari kebutuhan gizi sehari, namun secara jenis bahan makanan telah beragam mulai dari makanan pokok, sayur, lauk pauk, dan buah-buahan (Sudrajat & Sinaga, 2016; Vieux et al., 2013).

Penyelenggaraan makanan institusi dapat dijadikan sarana untuk meningkatkan keadaan gizi konsumen bila memenuhi prinsip dasar penyelenggaraan makanan institusi. Salah satu faktor penting tercapainya sumberdaya manusia (SDM) yang berkualitas adalah kecukupan zat gizi dan pangan. Kebutuhan gizi seharusnya dipenuhi oleh setiap tenaga kerja karena dapat berpengaruh untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mengoptimalkan daya kerja pekerja. Rendahnya asupan para pekerja dapat dipicu oleh fasilitas penyelenggaraan makan. Ketersediaan zat gizi ini terpenuhi jika didukung oleh anggaran biaya yang memadai, selain itu kreativitas pihak penyelenggara makanan dalam menyiasati anggaran juga sangat diperlukan (Almatsier, 2016; Kurniawan & Nurlaela, 2016; Sari & Muniroh, 2017).

Jasaboga X merupakan salah jasaboga tipe A3 di Kota Cirebon yang menyediakan makanan untuk karyawan pabrik dengan total ± 500 porsi perhari untuk pekerja pabrik. Penelitian ini dilakukan ketika bulan Ramadhan, sehingga Jasaboga X menyediakan makan karyawan untuk sahur dan berbuka puasa. Berdasarkan latar belakang tersebut, sehingga penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis biaya dan kecukupan gizi pada menu sahur karyawan di Jasaboga X Cirebon.





METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, yaitu mendapatkan gambaran biaya yang dikeluarkan untuk produksi dan kandungan gizi pada tiap porsi makanan karyawan pabrik. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan keadaan objek tertentu. Jenis penelitian ini didasarkan pada data-data yang berupa angka (Hasmi, 2016). Penelitian ini dilakukan pada tanggal 11-21 April 2022 saat puasa ramadhan. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat atau analisis data tunggal. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui biaya makanan dan kecukupan gizi pada tiap porsi makanan karyawan. Hasil dari analisis univariat berupa statistik dekriptif, yaitu gambaran dan deskripsi data dalam bentuk Tabel.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan Jasaboga X yang beranggotakan kepala jasaboga, kepala chef, assistant chef, tenaga operasional, tenaga packing, dan tenaga pencucian. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling* atau teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2015), yaitu seluruh karyawan Jasaboga X dengan jumlah 9 orang. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu biaya bahan baku langsung dan tidak langsung (termasuk dengan bumbu), biaya tenaga kerja (*labor cost*), dan biaya *overhead*.

Biaya bahan makanan (*food cost*) meliputi biaya yang dikeluarkan untuk pembelian berbagai bahan makanan yang akan diolah untuk menghasilkan produk. Teknik pengumpulan data menggunakan metode penimbangan makanan setelah diolah, dalam setiap kali makan, untuk kemudian dikonversikan ke harga makanan sebelum diolah (mentah). Sementara itu, biaya estimasi bumbu sejumlah 10% dari biaya bahan baku sesuai dengan ketentuan di Jasaboga X. Instrument penelitian yang digunakan untuk mengetahui biaya bahan makanan adalah timbangan dapur digital. Komponen biaya kedua adalah biaya tenaga kerja atau *labour cost*, merupakan pengeluaran untuk membayar tenaga kerja penyelenggaraan makanan sesuai ketetapan yang berlaku. Sedangkan komponen biaya *overhead* adalah biaya yang timbul dalam proses produksi, selain biaya bahan baku dan biaya tenaga kerja langsung. Teknik pengumpulan data pada biaya tenaga kerja dan biaya *overhead* dilakukan dengan metode wawancara mendalam dengan manager Jasaboga X. Instrument penelitian yang digunakan untuk *labour cost* dan biaya *overhead* adalah angket terkait pembiayaan (Wayansari et al., 2018).

Variabel terikat dari penelitian ini adalah kecukupan gizi makanan untuk karyawan pabrik yang disajikan oleh Jasaboga X. Teknik pengumpulan data menggunakan metode *food weighing* atau penimbangan secara langsung. Pemorsian makanan dilakukan langsung oleh petugas packing/pemorsian, untuk kemudian ditimbang oleh peneliti sehingga diperoleh rata-rata zat gizi tiap porsi yang disajikan. Estimasi perhitungan kalori dan zat gizi menggunakan aplikasi *Nutriurvey*. Hasil analisis zat gizi kemudian dibandingkan dengan Keputusan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi No. 608/Men/1989 dimana perusahaan yang mempekerjakan pekerja 9 jam sehari mewajibkan perusahaan tersebut menyediakan makan dan minum 1400 kalori.

Kategori kecukupan gizi digolongkan dalam kategori kurang (<80% kebutuhan), baik (80-110% kebutuhan), dan lebih (asupan >110% kebutuhan). Standar porsi ideal untuk sahur minimal memenuhi 40% dari kebutuhan gizi dengan menu lengkap yaitu nasi, lauk pauk, sayur, dan buah. Apabila diterjemahkan ke dalam menu menjadi





kebutuhan 1 kali makan dengan rincian kebutuhan karbohidrat (50-65% total energi), protein (10-20% total energi), dan lemak (20-30% total energi). Sehingga dengan acuan 40% dari 1400 kalori, estimasi kandungan gizi yang perlu disediakan oleh Jasaboga X untuk makan sahur karyawan pabrik adalah energi 560 kkal, protein 21 g, lemak 16 g, dan karbohidrat 84 g (Hendrik & Savana, 2013; Lestari, 2020; WNPG, 2012).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jasaboga X adalah salah satu perusahaan penyedia layanan jasa boga di Kota Cirebon dengan pengalaman melayani banyak *customer* untuk keperluan pesta resepsi, ulang tahun, *meeting*, *lunch* dan acara atau *event* lainnya. Jasaboga X melayani makan sahur untuk karyawan pabrik sejumlah ± 500 porsi per hari. Harga yang ditetapkan adalah Rp8.500,- per orang. Variasi makanan yang tersedia adalah pokok nasi, sayur, lauk nabati dengan pilihan tahu atau tempe, buah, kerupuk, sambal dan lauk hewani dengan pilihan Lauk Hewani (LH) ayam, telur, ikan cue, ikan bandeng, rolade, atau daging sapi. Siklus menu yang digunakan Jasaboga X adalah siklus menu 5 hari.

Tabel 1. Biaya Bahan Baku Jasaboga X

Biaya bahan baku	Harga (Rp)				
	Siklus ke-1	Siklus ke-2	Siklus ke-3	Siklus ke-4	Siklus ke-5
LH Ayam	6.495	7.219	7.180	6.581	6.948
LH Telur	6.069	7.412	6.855	6.257	6.596
LH Ikan cue	6.429	-	7.114	6.515	5.755
LH Ikan bandeng	-	6.053	-	-	-
LH Rolade	6.032	-	6.717	-	6.457
LH Daging sapi	-	7.483	-	6.845	-
Mean \pm SD	6.256 \pm 239,6	7.042 \pm 668,5	6.966 \pm 217,6	6.550 \pm 241,6	6.439 \pm 500,6

*LH = Lauk Hewani

Suatu penyelenggaraan makanan memerlukan 3 komponen biaya utama untuk dapat memproduksi makanan yang akan disajikan kepada konsumen atau klien. Komponen tersebut diantaranya adalah biaya bahan baku langsung dan tidak langsung (termasuk dengan bumbu), biaya tenaga kerja (*labor cost*), dan biaya *overhead* (Bakri et al., 2018). Adapun biaya bahan baku Jasaboga X disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 2. Labour Cost Jasaboga X

Tugas	Jam operasional	Biaya per bulan	Jumlah	Total Perbulan
Ahli gizi	8 jam	1.800.000	1	1.800.000
Manager chef	8 jam	1.800.000	1	1.800.000
Asisten chef	8 jam	1.800.000	1	1.800.000
Packing/pemorsian	8 jam	1.000.000	3	3.000.000
Operasional	8 jam	1.000.000	1	1.000.000
Pencucian	8 jam	1.000.000	1	1.000.000
Lembur (per jam)	8 jam	15.000	8	960.000
Total perbulan (Rp)				11.360.000
Total perhari (Rp)				378.666
Total perporsi (Rp)				757





Komponen biaya kedua yang dianalisis pada Jasaboga X adalah biaya tenaga kerja atau *labour cost*. Contohnya adalah: gaji/honor dan lembur untuk petugas keamanan, supir, petugas administrasi dan lain-lain (Bakri et al., 2018). Jam kerja pegawai di Jasaboga X adalah 8 jam perhari. Sejumlah 9 orang pegawai yang melaksanakan makanan sahur untuk karyawan pabrik. *Labour cost* untuk pegawai Jasaboga X dibedakan menurut tugasnya dan sudah termasuk untuk BPJS Ketenagakerjaan. Adapun perhitungan tarif/upah pegawai catering perhari dijabarkan dalam Tabel 2.

Analisis biaya selanjutnya dilakukan pada biaya *overhead*. Biaya ini termasuk biaya tetap, karena tidak dipengaruhi oleh perubahan volume produksi. Data yang diperoleh ditunjukkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Biaya Overhead Jasaboga X

Nama	Pengeluaran 1 bulan (Rp)	Harian (Rp)	Satuan dalam 500 porsi (Rp)
Pemeliharaan alat	150.000	5.000	10
BBM	400.000	13.333	27
Listrik	250.000	8.333	17
Bahan bakar LPG	400.000	13.333	27
APD dan ATK	50.000	1.666	3
Promosi	150.000	5.000	10
Total biaya overhead			84

Penentuan biaya makan memerlukan perhitungan terhadap ke 3 (tiga) komponen biaya tersebut, harus disusun secara teliti agar tidak terjadi kesalahan dalam menyusun perencanaan biaya untuk masa yang akan datang. Berdasarkan hasil perhitungan biaya bahan baku, *labour cost*, dan biaya *overhead*, maka harga pokok produksi ditunjukkan pada Tabel 4.

Tabel 4. Harga Pokok Produksi Jasaboga X

Harga Pokok Produksi	Harga (Rupiah)				
	Siklus ke-1	Siklus ke-2	Siklus ke-3	Siklus ke-4	Siklus ke-5
LH Ayam	7.343	8.066	8.027	7.429	7.795
LH Telur	6.917	8.259	7.703	7.104	7.443
LH Ikan cue	7.277	-	7.961	7.363	6.602
LH Ikan bandeng	-	6.900	-	-	-
LH Rolade	6.879	-	7.564	-	7.305
LH Daging sapi	-	8.330	-	7.673	-
Mean ± SD	7.104 ± 239,9	7.889 ± 668,5	7.814 ± 217,4	7.392 ± 233,9	7.286 ± 500,6

*LH = Lauk Hewani

Berdasarkan Tabel 4, perhitungan harga pokok produksi per porsi makanan karyawan pabrik dibedakan berdasarkan pilihan lauk hewani. Sehingga, diperoleh rata-rata harga tiap porsi pada siklus ke-1 Rp7.104,00, siklus ke-2 Rp7.888,00, siklus ke-3 Rp7.813,00, siklus ke-4 Rp7.392,00, dan siklus ke-5 Rp7.286,00. Rata-rata biaya harga pokok produksi yang ditetapkan adalah Rp7.497,00/orang per hari dengan selisih dari harga penjualan adalah Rp1.003,00. Perhitungan tersebut sudah termasuk 4 pilihan lauk hewani seperti ayam dan telur yang selalu tersedia di seluruh siklus. Lauk ikan cue tersedia pada siklus ke-1, 3, 4, dan 5. Pilihan ikan bandeng hanya tersedia pada siklus ke-





2. Rolade yang tersedia pada siklus ganjil, sedangkan daging sapi disediakan pada siklus genap.

Harga pemasaran yang telah disepakati oleh pihak pabrik dan Jasaboga X adalah Rp8.500,00 tiap porsi. Harga tersebut dapat bersaing dengan produk lain karena harganya tidaklah mahal untuk satu porsi makanan dengan pilihan 4 lauk hewani setiap hari. Peraturan Menteri Keuangan RI no. 83/PMK. 02/2022 tentang Standar Biaya Masukan Tahun Anggaran 2023 telah menetapkan satuan biaya uang makan bagi pegawai non aparatur sipil yaitu mulai dari Rp13.000,00 hingga Rp31.000,00 ketika lembur. Hal tersebut merupakan acuan standar yang disarankan oleh Kementerian Keuangan dalam pengadaan makanan untuk pegawai non aparatur sipil sehingga diharapkan mampu memenuhi kebutuhan makan setiap harinya.

Strategi harga rendah dapat mengarah pada kesuksesan komersial, terutama di sektor ritel makanan. Keberhasilan strategi harga rendah tergantung pada jumlah klien yang tertarik oleh produk karena margin rendah harus dikompensasi oleh jumlah barang yang dijual lebih tinggi. Ketika suatu perusahaan memberi harga produknya secara akurat dan menjualnya dengan efisien, ini membantu meningkatkan profit atau keuntungan (Astuti, 2020). Jasaboga X juga telah menerapkan strategi harga rendah sehingga keuntungan rata-rata yang diperoleh adalah 13% dari harga pokok produksi. Hal ini serupa dengan analisis Amanda (2021) pada pembiayaan Jasaboga Ar-Risalah bahwa dengan menggunakan strategi harga rendah, keuntungan yang didapatkan dapat mencapai 30% dari harga pokok produksi (Amanda, 2021).

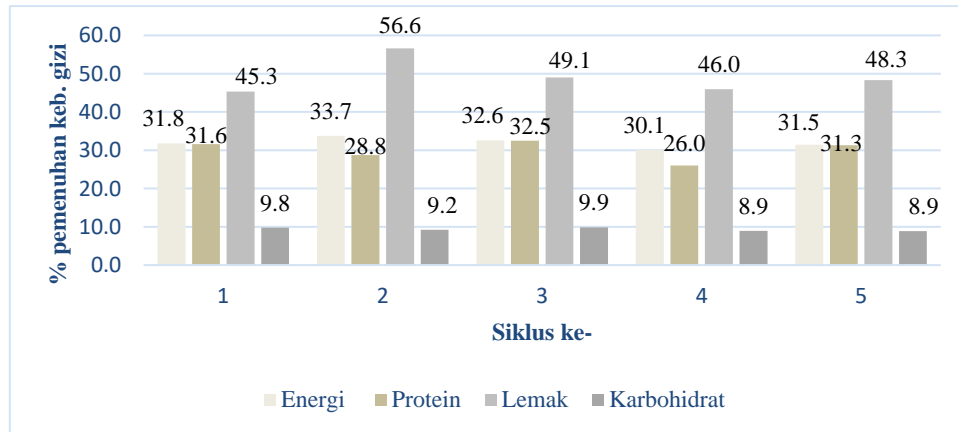
Penelitian ini juga melihat hasil dari kecukupan gizi makanan untuk karyawan pabrik yang disajikan oleh Jasaboga X untuk melihat bagaimana kecukupan gizi yang didapatkan pada menu makanan sahur dengan biaya Rp8.500,00 tiap porsinya. Jasaboga X Cirebon belum menghitung kandungan zat gizi tiap porsinya, melainkan hanya menyesuaikan bahan sesuai budget. Adapun hasil analisis kandungan gizi tiap porsi makan sahur karyawan di Jasaboga X disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Kandungan Gizi Tiap Porsi Jasaboga X

Siklus ke-	Rata-rata Kandungan Gizi			
	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Karbohidrat (g)
1	445	16,6	17,6	56,9
2	472	15,1	22	53,8
3	456	17,1	19,1	57,6
4	421	13,7	17,9	52,1
5	440	16,5	18,8	51,7

Hasil yang diperoleh menyatakan bahwa rata-rata kandungan gizi pada siklus menu ke-1 mengandung energi 445 kkal, protein 17 g, lemak 18 g, dan karbohidrat 57 g. Pada siklus menu ke-2 mengandung energi 472 kkal, protein 15 gr, lemak 22 gr, dan karbohidrat 54 g. Analisis kandungan gizi siklus menu ke-3 memperoleh energi 456 g, protein 17 g, lemak 19 g, dan karbohidrat 58 g. Siklus menu ke-4 mengandung energi 421 kkal, protein 14 g, lemak 18 g, dan karbohidrat 52 g. Sedangkan pada siklus menu ke-5 mengandung energi 440 kkal, protein 16 g, lemak 19 g, dan karbohidrat 52 g. Adapun persentase pemenuhan kecukupan gizi pada makan sahur karyawan tiap siklus digambarkan dalam Grafik 1.





Gambar 1. Persentase Pemenuhan Gizi Jasaboga X

Pada Gambar 1. menjelaskan tentang persentase pemenuhan kecukupan zat gizi menurut Keputusan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi No. 608/Men/1989 dengan menyesuaikan standar penyediaan makanan sahur bagi pekerja adalah 2/5 atau 40% dari kebutuhan sehari. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa rata-rata pemenuhan energi dan protein masih kurang dari 40% kebutuhan pada siklus 1 hingga siklus ke-5. Kandungan zat gizi yang sudah mencapai 40% dari kebutuhan karyawan adalah lemak. Pemenuhan lemak tertinggi ada pada siklus ke-2 yaitu 57% kebutuhan, sedangkan pemenuhan lemak paling rendah ada pada siklus ke-1 yaitu 45% kebutuhan. Secara keseluruhan siklus, kandungan paling rendah ada pada karbohidrat yang rata-rata hanya memenuhi 9% dari kebutuhan karbohidrat harian.

Perbedaan tersebut berdasarkan pada pilihan variasi menu yang beragam seperti pada lauk hewani yang tersedia dengan 4 pilihan setiap harinya. Hanya saja, pada pengolahan lebih banyak menggunakan teknik penggorengan karena dirasa lebih praktis dan cepat. Pemorsian pada jenis karbohidrat seperti nasi juga diberikan 1 centong atau sekitar 100-150 gram nasi. Sehingga, estimasi kandungan lemak masih tergolong tinggi sedangkan kandungan karbohidrat tergolong rendah atau kurang dari kebutuhan makan karyawan. Menu yang tersedia merupakan menu lengkap yang berpedoman pada gizi seimbang, bahan baku yang digunakan cukup banyak dan beragam. Hal ini dapat mengakibatkan biaya bahan baku dapat meningkat sehingga dilakukan penyesuaian porsi makanan. Sehingga, setiap menu karyawan telah memenuhi makanan pokok, lauk hewani dengan 4 pilihan setiap harinya, lauk nabati, sayur, dan buah namun porsinya menyesuaikan harga yang telah disepakati oleh pihak catering dan pabrik yaitu Rp8.500,00/porsi. Penyesuaian porsi terhadap biaya tersebut menyebabkan pemenuhan energi, protein, dan karbohidrat masih kurang mencukupi 40% dari standar penyediaan makan karyawan (1400 kkal).

Penelitian ini serupa dengan Farhati (2021) pada PT. X dimana kandungan kalori yang ada dalam makanan kantin karyawan berkisar antara 500 – 600 kkal dalam sehari. Sehingga upaya pemenuhan gizi kerja dari perusahaan ini belum bisa dikatakan optimal karena belum mencukupi kebutuhan kalori pekerja. Penelitian yang dilakukan oleh Hardiansyah (2016) pada dua jasa Jasaboga karyawan di PT. SA juga mendapatkan hasil bahwa pemenuhan kalori kerja belum sesuai dengan kebutuhan energi tenaga kerja. Hasil serupa juga terdapat pada penelitian Sudrajat (2016) bahwa ketersediaan energi dan zat gizi pada Jasaboga belum memenuhi angka kecukupan. Menu yang disajikan secara





kualitatif sudah cukup baik dengan berpedoman pada gizi seimbang, namun secara kualitatif/pemorsian masih kurang baik (Farhati & Wahyuningsih, 2021; Hardiansyah, 2016; Sudrajat & Sinaga, 2016).

Pemenuhan kebutuhan gizi kerja ini melalui pemberian makanan dengan kalori yang disesuaikan dengan kebutuhan pekerja. Apabila kebutuhan kalori pekerja tidak tercukupi, dampak yang terjadi tidak hanya akan merugikan pekerja sebagai individual tetapi juga akan merugikan perusahaan. Ketika kebutuhan kalori tidak tercukupi maka produktivitas kerja dari para pekerja pun akan menurun dan tidak dapat mencapai target yang ditetapkan oleh perusahaan. Upaya meningkatkan produktivitas kerja dan efisiensi waktu kerja, pengetahuan dan penerapan gizi seimbang bagi tenaga kerja merupakan aspek yang mutlak yang harus dilakukan oleh perusahaan. Dengan gizi seimbang, maka kesehatan tenaga kerja dapat dipertahankan sehingga kualitas kerjanya akan lebih baik, tidak mudah lelah dan mengurangi terjadinya kesalahan dalam melakukan proses kerjanya (Farhati & Wahyuningsih, 2021; Hemiö et al., 2015; Jensen, 2011).

Variasi menu yang disediakan oleh Jasaboga X telah berpedoman pada gizi seimbang berupa nasi, sayur, lauk, dan buah dengan harga Rp8.500,- per porsi. Hasil analisis tersebut membuktikan bahwa makanan yang bergizi dapat diperoleh dengan harga yang ekonomis selama bahan dan teknik pengolahannya bervariasi. Konsumen cenderung akan memilih makanan yang lebih bergizi dalam kategori makanan tanpa peningkatan beban keuangan bagi konsumen. Dalam penyusunan menu, terdapat beberapa faktor yang perlu diperhatikan. Diantaranya adalah dana yang telah ditetapkan serta kecukupan gizi konsumen. Dari biaya yang telah ditetapkan, seharusnya dapat menghasilkan menu makanan yang sesuai dengan gizi seimbang, baik dilihat dari pola menu, dan variasi penggunaan bahan makanan, agar kecukupan gizi konsumen dapat terpenuhi (Astuti, 2020; Bakri et al., 2018).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata biaya makanan per orang per hari yang telah ditetapkan adalah Rp8.500,00, dan rata-rata biaya makanan makanan yang ditetapkan adalah Rp7.497,00/orang per hari dengan selisih dari harga penjualan adalah Rp1.003,00. Keseluruhan menu karyawan yang disajikan oleh Jasaboga X belum memenuhi standar pemenuhan gizi sahur untuk pekerja. Akan tetapi, strategi harga rendah yang telah ditetapkan dapat memenuhi meningkatkan keuntungan komersil serta masih dapat menyediakan variasi makanan gizi seimbang yaitu terdapat makanan pokok (nasi), lauk hewani dengan 4 pilihan per hari, lauk nabati, sayur, dan buah.

Saran yang dapat diberikan peneliti dalam penelitian ini adalah perlu dibuat standar porsi dimulai dari pemorsian nasi, pemotongan lauk nabati dan hewani, sayur, dan pemotongan buah untuk memenuhi 40% dari standar pemberian makan karyawan. Untuk pengembangan penelitian, disarankan untuk mengukur secara langsung kebutuhan gizi karyawan dan diperlukan referensi yang lebih lanjut terkait porsi ideal makan sahur.

DAFTAR REFERENSI

- Almatsier S. 2016. Prinsip Ilmu Gizi Dasar. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
Amanda FR. 2021. Analisis Biaya Makanan, Siklus Menu, dan Kecukupan Gizi Makro Santriwati SMP diPesantren Ar-Risalah Tahun 2021. Laporan penelitian. Politeknik Kesehatan





- Kemenkes Padang. Padang.
- Farhati UL dan Wahyuningsih AS. 2021. Pengaruh Intervensi Gizi Kerja melalui Pemberian Makanan Tambahan terhadap Produktivitas Kerja pada Pekerja Bagian Packing. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*. 5(4): 544–555.
- Hasmi. 2016. Metode Penelitian Kesehatan. In Media. Jakarta.
- Hemiö K, Puttonen S, Viitasalo K, Härmä M, Peltonen M, Lindström J. 2015. Food and nutrient intake among workers with different shift systems. *Occupational and Environmental Medicine*. 72(7): 1 - 12.
- Hendrik dan Savana A. 2013. Sistem Rekomendasi Menu Makanan pada Saat Berpuasa berbasis Android. *Konferensi Nasional Sistem Informasi*. 2(1): 2–7.
- Jensen JD. 2011. Can worksite nutritional interventions improve productivity and firm profitability ? A literature review. *Perspectives in Public Health*. 131(4): 1 - 12.
- Kurniawan MM dan Nurlaela L. 2016. Manajemen Penyelenggaraan Makanan Di Asrama TNI AL Kobangdikal Surabaya. *E-Journal Boga*. 5(3): 1 - 12.
- Lestari IF. 2020. Penyelenggaraan Makan Siang, Kebugaran Jasmani dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*. 4(1): 328–338.
- Pradiptha IWA, Darlina L, Elistyawati IA. 2018. Analysis of Food Cost Control at The One Legian Hotel. *Journal of Applied Sciences in Travel and Hospitality*. 1(2): 1-10.
- Purnawita W, Rahayu WP, Nurjanah S. 2020. Praktik Higiene Sanitasi dalam Pengelolaan Pangan di Sepuluh Industri Jasa Boga di Kota Bogor. 25(3): 424–431.
- Safitri TA, Noviani NE, Fathah RN. 2020. Analisis ANggaran Belanja Makanan dalam Menentukan Standar Gizi Pasien Rawat Inap. *BENEFIT Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, 5(1): 50–58.
- Sari AR dan Muniroh L. 2017. Hubungan Kecukupan Asupan Energi dan Status Gizi dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pekerja Bagian Produksi (Studi di PT. Multi Aneka Pangan Nusantara Surabaya). *Amerta Nutrition*. 1(4): 1-9.
- Sawong KSA, Andrias DR, Muniroh L. 2016. Penerapan Higiene Sanitasi Jasa Boga Pada Katering Golongan A2 dan Golongan A3 di Kota Palangkaraya Provinsi Kalimantan Tengah. *Media Gizi Indonesia*. 11(1): 1–10.
- Sudrajat AS dan Sinaga T. 2016. Analisis Biaya Makan Terhadap Ketersediaan Makanan Serta Tingkat Kecukupan Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Arqam Garut. *Gizi Indonesia*. 39(2): 115–124.
- Sugiyono. 2015. Metode Penelitian dan Pengembangan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D. Alfabeta. Jakarta.
- Vieux F, Dubois C, Allegre L, Mandon L, Ciantar L, Darmon N. 2013. Dietary standards for school catering in france: Serving moderate quantities to improve dietary quality without increasing the food-related cost of meals. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. 45(6): 1-10.
- Wani YA, Tanuwijaya LK, Arfiani EP. 2019. Manajemen operasional penyelenggaraan makanan massal edisi revisi. UB Press. Malang.
- Wayansari L, Anwar ZI, Amri Z. 2018. Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan. In Kementerian Kesehatan RI. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- WNPG. (2012). Pemantapan Ketahanan Pangan dan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan Kearifan Lokal (Lembaga II). LIPI. Jakarta.

