

Peningkatan Keterampilan Dalam Pembuatan Roti Manis Bagi Pegawai Instalasi Gizi Rumah Sakit Jiwa Provinsi Lampung

Skills Upgrading on Bread Making for Nutrition and Dietetic Department Employee at Lampung Province Mental Hospital

Ardiansyah^{1*}, Mindo Lupiana¹, Nawasari Indah¹

¹Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Bandar Lampung
Jl. Soekarno Hatta No. 1 Bandar Lampung

*Penulis Korespondensi: E-mail: ardiansyah@poltekkes-tjk.ac.id

Abstrak: Instalasi Gizi Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Provinsi Lampung melayani penyelenggaraan makanan pasien RSJ setiap hari. Kegiatan penyelenggaraan makanan di RSJ dilakukan oleh instalasi gizi untuk menu makan utama, sedangkan untuk menu selingan umumnya pihak instalasi gizi mengadakannya dengan cara outsourcing. Kegiatan outsourcing dilakukan dikarenakan keterbatasan sumber daya, waktu, dan keterampilan yang mereka miliki dalam pembuatan makanan selingan. Instalasi Gizi memiliki 2 (dua) alat pembuat roti (varimixer) dengan kapasitas yang cukup besar tetapi kedua alat tersebut belum dimanfaatkan dikarenakan keterbatasan keterampilan petugas gizi dan pengolah makanan tentang operasional penggunaan alat. Oleh karena itu, ingin diadakan kegiatan demonstrasi pembuatan roti manis bagi petugas gizi dan pengolah makanan agar bisa membuat roti dengan alat yang ada. Metode yang dilakukan secara langsung menggunakan metode demonstrasi dan dievaluasi dalam bentuk praktik pembuatan roti. Kegiatan berjalan lancar dan peserta sangat antusias dalam demonstrasi pembuatan produk dan mencetak roti manis. Hasil evaluasi kegiatan memperlihatkan bahwa petugas gizi dan pengolah makanan sudah melakukan praktik membuat roti secara mandiri sebanyak 2 (dua) kali. Dengan adanya praktik mandiri tersebut, maka keterampilan petugas gizi dan pengolah makanan mengalami peningkatan dalam hal pembuatan roti manis.

Kata kunci: Pegawai Gizi, Roti Manis, Makanan Selingan

Abstract: Nutrition and dietetic department of Lampung Province Mental Hospital serves food for RSJ patients every day. Food services activities at the mental hospital are carried out by the nutrition installation for the main meal menu, while for snack usually by outsourcing. Outsourcing activities are carried out because of the limited resources, time, and skills on snack making. Meanwhile, nutrition and dietetic department has 2 (two) bread making equipment (varimixer) which has large capacity but both equipment have not been utilized due to the limited skills of nutrition officers and food handlers regarding the operational use of the equipment. Therefore, this was aimed to hold a demonstration of sweet bread making for nutrition officers and food handlers in order to be able to make bread with existing equipments. The method is carried out directly using the demonstration method and evaluated by bread making practice. The activity went well and participants were very enthusiastic in the demonstration of products making and forming sweet bread. Program evaluation result showed that nutrition and dietetic department have practiced in bread making independently for 2 (two) times. With this independent practice, the skills of nutrition workers and food processors have increased in terms of bread making especially for sweet bread.

Keywords: Nutrition and Dietetic Department, Sweet Bread, Snack

PENDAHULUAN

Rumah sakit jiwa Provinsi Lampung memiliki instalasi gizi yang salah satu tugasnya adalah melayani penyelenggaraan makanan bagi pasien. Penyelenggaraan makanan diadakan untuk menu makan berupa 3 (tiga) kali menu makan utama yaitu sarapan pagi, makan siang,

dan makan sore, serta menu makanan selingan yaitu selingan pagi dan selingan sore. Selama ini penyelenggaraan makanan yang sudah terlaksana adalah untuk menu makan utama, untuk menu makanan selingan masih dilakukan dengan cara outsourcing. Metode outsourcing dipilih dikarenakan keterbatasan sumber daya dan keterampilan dalam membuat menu

makanan selingan.

Instalasi gizi memiliki 2 (dua) alat varimixer (alat pembuat roti, pastry dan cake) dan 1 (satu) oven gas dua tingkat dengan kapasitas dua loyang. Kedua jenis alat ini tidak digunakan dan sudah disimpan di gudang walaupun sudah dimiliki oleh instalasi gizi rumah sakit jiwa sejak tahun 2014. Penyimpanan alat ini ke dalam gudang dikarenakan ketidaktahuan mereka dalam pengoperasian alat. Oleh karena itu, diadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di instalasi gizi rumah sakit jiwa untuk meningkatkan ketrampilan mereka dalam memanfaatkan alat yang ada untuk membuat makanan selingan bagi pasiaen terutama dalam hal pembuatan roti manis.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan dilaksanakan di Instalasi Gizi Rumah Sakit Jiwa Provinsi Lampung berupa demonstrasi dan praktik pembuatan roti manis dengan memanfaatkan peralatan yang ada dengan sasaran pesertanya adalah petugas gizi dan pengolah makanan di instalasi gizi rumah sakit jiwa. Waktu kegiatan direncanakan pada bulan Juli – Oktober 2019.

Bahan yang digunakan pada kegiatan ini berupa bahan pembuat roti manis yang terdiri dari : tepung terigu tinggi protein, gula pasir, susu bubuk, ragi instan, pelembut, kuning telur, mentega, air, dan garam, serta bahan pengisi roti seperti gula halus, selai (blueberry, strawberry, nanas, kacang hijau, kacang tanah, kacang merah) coklat, meisis, dan keju. Peralatan yang digunakan adalah varimixer, oven, loyang, timbangan, rolling pin, kuas, plastik kemasan, kuas, baskom.

Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah studi pendahuluan, uji coba peralatan, pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi kegiatan. Jadwal kegiatan yang direncanakan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah seperti yang terlihat pada **Tabel 1**.

Kegiatan ini berupa kegiatan demonstrasi pembuatan roti manis untuk meningkatkan keterampilan petugas gizi dan pengolah makanan dalam pembuatan makanan selingan terutama roti sehingga evaluasi dalam kegiatan ini berupa praktik mandiri yang dilakukan oleh peserta pelatihan setelah kegiatan berlangsung.

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Instalasi Gizi Rumah Sakit Jiwa Provinsi Lampung

No	Kegiatan	Waktu	Tempat
1	Studi Pendahuluan	Juli 2019	Instalasi Gizi RSJ
2	Uji coba alat dan pembuatan produk	Agustus 2019	Laboratorium Bahan Makanan Jurusan Gizi
3	Pelaksanaan kegiatan	September 2019	Instalasi Gizi RSJ
4	Evaluasi kegiatan	September 2019	Instalasi Gizi RSJ

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan di Instalasi gizi RSJ dapat dilihat pada Tabel 2. Kegiatan studi pendahuluan menghasilkan info bahwa varimixer yang terdapat di instalasi gizi masih dalam kondisi layak pakai dan dapat digunakan dengan sedikit perbaikan.

Hasil uji coba peralatan dan pembuatan produk menghasilkan informasi bahwa proses pembuatan roti memerlukan waktu selama sekitar 3 jam yang dimulai dari persiapan bahan sampai produk roti siap dikonsumsi. Proses yang memakan waktu cukup panjang adalah proses pengistirahatan adonan selama 1 jam agar adonan mengembang dan proses pencetakan roti dengan berbagai ragam bahan isian dan bentuk. Kegiatan uji coba in dilakukan sebanyak 3 kali untuk menentukan formulasi terbaik dan metode pembuatan roti yang digunakan. Resep yang digunakan adalah resep yang terdapat didalam panduan praktikum Ilmu Dan Teknologi Pangan Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang (Putri, 2018).

Pembuatan roti dari tepung terigu sebanyak 1 kg akan menghasilkan adonan roti sebanyak 2 kg yang bisa dibuat menjadi 40 buah roti dengan berat masing-masing sebesar 50g. Plastik kemasan yang digunakan adalah plastik PP yang memiliki transparansi cukup tinggi dengan tekstur yang sedikit kaku dan dapat dicetak sesuai dengan label yang diinginkan.

Varimixer yang ada di RSJ termasuk ke dalam jenis planetary varimixer yang dilengkapi dengan 3 (tiga) batang pengaduk yang

berbentuk spiral, beater, dan whip. Pengaduk spiral umumnya dimanfaatkan untuk membuat adonan roti, pengaduk beater digunakan untuk membuat adonan pastry, dan pengaduk whip digunakan untuk membuat adonan cake.

Tabel 2. Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Instalasi Gizi Rumah Sakit Jiwa Provinsi Lampung.

No	Kegiatan	Waktu	Hasil
1	Studi Pendahuluan	18 Juli dan 03 Agustus 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengetahui kondisi umum Instalasi Gizi RSJ 2. Mengetahui kemampuan dan keterampilan petugas gizi dan pengolah makanan 3. Penyusunan jadwal kegiatan selanjutnya
2	Uji coba alat dan pembuatan produk	26 – 28 Agustus 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alat dapat digunakan untuk membuat adonan roti, pastry, cake 2. Kapasitas alat 6 dan 9 kg adonan 3. Resep diambil dari modul praktikum ilmu teknologi pangan (Putri dkk, 2018) 4. Pembuatan roti memerlukan waktu 180 menit 5. Tepung terigu 1 kg menghasilkan 2 kg adonan dan menjadi 40 buah roti.
3	Pelaksanaan kegiatan	14 September 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta yang hadir 16 orang 2. Kegiatan dimulai dari jam 09.00 – 15.00 3. Kegiatan berjalan aman terkendali

4	Evaluasi kegiatan	16 & 23 September 2019	Petugas gizi dan pengolah makanan di Instalasi Gizi RSJ membuat produk roti dari tepung terigu sebanyak 2 kg
---	-------------------	------------------------	--

Kegiatan demonstrasi pembuatan roti tawar dilakukan pada hari Sabtu tanggal 14 September 2019 dan dihadiri oleh seluruh petugas gizi dan pengolah makanan instalasi gizi RSJ. Kegiatan berlangsung selama 7 jam dengan bahan dasar sebanyak terigu 5 kg. Adonan dibagi menjadi 2 bagian dan dicetak bersama dengan peserta pelatihan dengan berbagai model/bentuk dan berbagai macam bahan isian tergantung kesukaan peserta. Dari 5 kg tepung terigu tersebut dihasilkan 200 buah roti dan pada akhir demonstrasi peserta dipersilakan untuk membawa pulang hasil roti yang telah dibuat. Peserta sangat antusias dalam demonstrasi ini.

Pemilihan produk roti sebagai menu relatif bagi pasien RSJ adalah dikarenakan roti mengalami proses fermentasi selama proses pembuatannya. Menurut Aslam et al (2018), produk fermentasi memiliki efek yang baik bagi orang yang mengalami gangguan kejiwaan seperti depresi dan kecemasan yang berlebihan. Penelitian lain menyatakan bahwa prebiotik dan probiotik membantu mengurangi gejala depresi dan kecemasan berlebih serta memperbaiki mood pasien gangguan jiwa (Taylor and Holcher, 2018).

Roti manis yang dibuat merupakan produk yang kaya akan energi karena tingginya kandungan karbohidrat dan lemak yang diperoleh dari bahan dasar pembuat roti yaitu tepung, gula, mentega, dan kuning telur. Selain itu, roti manis juga dapat diperkaya dengan bahan berprotein tinggi pada bahan pengisinya seperti selai kacang hijau, selai kacang merah, selai kacang tanah. Varian isi yang digunakan dalam demonstrasi cukup banyak, yaitu sebanyak 10 varian. Variasi yang dapat dilakukan bagi petugas gizi dan pengolah makanan dan hal pembuatan roti manis adalah dari bahan isian, dimana jika disesuaikan dengan menu diet bagi pasien rumah sakit jiwa yang diharuskan energi tinggi dan protein tinggi maka bahan isiannya dapat diganti dengan

produk hewani dan kacang-kacangan. Bahan isian dari produk hewani dapat berupa daging baik daging merah maupun daging unggas, telur, ikan dan hasil perairan seperti udang cumi kerang. Kacang-kacangan yang bisa dimanfaatkan sebagai bahan pengisi contohnya adalah kacang hijau, kacang tanah, kacang kedelai ataupun kacang merah.

Kegiatan evaluasi yang semula direncanakan berlangsung di bulan Oktober 2019 dilakukan pada bulan September 2019 dikarenakan peserta yang antusias sehingga langsung melakukan praktik mandiri 2 (dua) hari setelah kegiatan selesai dilakukan. Monitoring terhadap praktik mandiri pembuatan roti oleh pegawai instalasi gizi RSJ dilakukan sebanyak 2 (dua) kali yaitu ada tanggal 16 dan 23 September 2019.

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan diketahui bahwa setelah diberikan edukasi berupa demonstrasi pembuatan roti, tenaga gizi dan pengolah makanan di Instalasi Gizi Rumah Sakit Jiwa Provinsi Lampung mampu membuat roti sendiri menggunakan alat yang tersedia. Diharapkan keterampilan membuat roti dapat memperkaya kreasi dan inovasi tenaga gizi dan pengolah makanan dalam membuat menu makanan selingan bagi pasien terutama roti manis. Selain itu, diharapkan keterampilan ini tidak hanya berhenti sampai pada praktik mandiri sebanyak 2 (dua) kali tetapi dapat terus diterapkan oleh instalasi gizi RSJ untuk pembuatan makanan selingan bagi pasien.

Bagi instalasi gizi, keterampilan ini dapat dimanfaatkan sebagai salah satu bentuk wirausaha dengan cara bekerjasama dengan kantin rumah sakit jiwa untuk produk roti, atau menjadi salah satu menu dalam makanan selingan bagi pasien RSJ.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah adanya peningkatan keterampilan petugas gizi dan pengolah makanan dalam membuat makanan selingan bagi pasien terutama dalam membuat roti manis. Hal ini terlihat dari hasil evaluasi kegiatan dimana petugas gizi dan pengolah makanan telah melakukan praktik mandiri sebanyak 2 (dua) kali setelah dilakukan demonstrasi. Keterampilan ini diharapkan dapat

digunakan seterusnya untuk membuat menu makanan selingan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Poltekkes Tanjungkarang atas dana yang telah diberikan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada Rumah Sakit Jiwa Provinsi Lampung yang telah bersedia menjadi lahan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aslam H, et al. 2018. Fermented foods, the gut, and mental health: a mechanistic overview with implications for depression and anxiety. *Journal Nutritional Neuroscience*. DOI: <https://doi.org/10.1080/1028415X.2018.1544332>
- Putri S, dkk. 2018. Modul Praktikum Ilmu Teknologi Pangan. Jurusan Gizi. Poltekkes Tanjungkarang.
- Taylor AM and Holscher HD. 2018. A review of dietary and microbial connection to depression, anxiety, dan stress. *Journal Nutritional Neuroscience*. DOI: <https://doi.org/10.1080/1028415X.2018.1493808>