



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



SERTIFIKAT

Nomor : 1619/UN38.9/TU/2015

Diberikan Kepada

Dr. Rita Ismawati, S.Pd., M.Kes.

sebagai

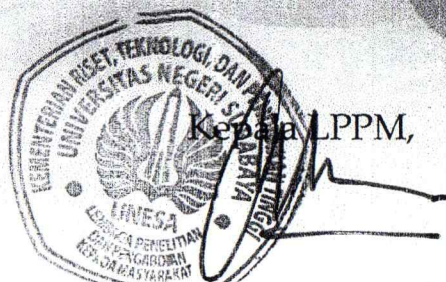
Pemakalah I

Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tema : "Melalui Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Kita Tingkatkan Kualitas Bangsa"

Diselenggarakan Oleh :

LPPM Unesa pada tanggal 31 Oktober 2015
di Best Western Papilio Hotel Surabaya



Prof. Dr. I Wayan Susila, M.T
NIP. 195312151980021001

Seminar Nasional Ketua Panitia



Prof. Dr. Siti M. Amin, M.Pd
NIP. 195005311974032001

CATERING DIET SEBUAH INOVASI DAN KREATIFITAS USAHA BOGA

Rita Ismawati

Dosen Jurusan Teknik Sipil Fakultas Teknik Unesa

Abstrak: Catering diet merupakan kegiatan Iptek bagi Inovasi dan Kreatifitas Kampus (I_bIKK) yang mempunyai tujuan jangka panjang adalah terbentuknya Unit Usaha Catering Diet (UUCD) di Unesa yang berkembang dengan baik dan mampu mengelola secara swadaya. Target khususnya adalah *business plan* unit usaha telah tersusun dan terlaksana dengan baik, memiliki *gross profit*, memiliki ruang sendiri, memiliki asset, terbentuknya jaringan pemasaran, serta terpenuhinya semua permintaan pelanggan. Metode yang digunakan untuk mencapai tujuan pada kegiatan I_bIKK Unit Usaha Catering Diet (UUCD) Unesa adalah penyediaan makanan diet bagi penderita berbagai penyakit yang menjalani perawatan di rumah, dengan kegiatan mulai konsultasi diet untuk penyakit, menghitung kebutuhan gizi untuk penderita, menyusun menu untuk penderita, mengolah makanan untuk penderita, mempersi makanan, dan menghantarkan makanan ke rumah penderita dengan selalu berprinsip pada pemberian pelayanan dan produk prima (*prime service and product*), yang terintegrasi dengan proses pengendalian kualitas secara kontinue. Disamping itu juga melayani makanan sehat baik berupa nasi kotak maupun kue kotak untuk rapat/pertemuan, serta makanan sehat untuk dosen dan karyawan di selingkung Unesa. Kegiatan I_bIKK ini dilaksanakan di Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga gedung A8 lantai 1 komplek Gedung Fakultas Teknik Unesa. Kegiatan dimulai pada bulan Mei sampai bulan September 2015, dengan menyebar brosur di selingkung Unesa dan di luar kampus Unesa. Jenis usaha yang telah dilakukan adalah : pemeriksaan kesehatan, pengaturan makanan diet untuk penyakit, pengadaan makan siang/*healthy lunch*, pengadaan nasi kotak dan kue kotak, serta kue kering lebaran/*healthy cookies*. Selama melaksanakan kegiatan keuntungan/*nett profit* yang didapatkan rata-rata setiap bulan Rp. 2.750.000,-, usaha ini mempunyai prospek yang bagus untuk dikembangkan dengan memperluas pemasaran dan pelayanan di luar kampus Unesa dengan membuka gerai/stand di plaza/mall.

Kata Kunci : Catering Diet, Inovasi, Kreatifitas, Usaha Boga

Pola hidup berperan penting pada perubahan pola makan seseorang yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Seseorang dengan pola makan berlebihan beresiko kelebihan berat badan yang berakibat resiko menderita penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes mellitus, kolesterol, jantung, dan lain-lain. Semakin banyaknya penyakit degeneratif yang terjadi di masyarakat, tidak hanya pada masyarakat dengan tingkat sosial ekonomi tinggi saja, maka makin banyak pelayanan khusus yang diperlukan untuk menangani penderita tersebut, khususnya di kota-kota besar, dimana orang sibuk dengan kegiatannya masing-masing sehingga tidak ada waktu untuk menyiapkan makanan khusus bagi orang sakit, selain itu juga harus memikirkan jenis pantangan makanan karena penyakitnya. Hal inilah yang membuat orang lebih memilih catering diet yang sudah jelas sesuai dengan diet penyakitnya, sesuai takarannya dan siap untuk disantap. Kemudahan-kemudahan ini akan banyak dicari oleh masyarakat perkotaan dengan tingkat sosial ekonomi tinggi. Oleh karena itu usaha catering diet mempunyai prospek yang cukup baik, mengingat jumlah yang membutuhkan pelayanan makanan khusus makin banyak, disebabkan masyarakat sudah semakin sadar akan pentingnya kesehatan.

Catering merupakan usaha penyediaan makanan yang sudah cukup banyak dijalankan, baik untuk hajatan atau untuk keperluan lainnya. Tetapi catering diet berbeda dengan catering biasa. Catering diet merupakan suatu catering dengan konsep *individual*

catering for special purpose. Catering diet hadir untuk memberikan pelayanan catering yang bersifat individu, sesuai dengan karakteristik perorang, disesuaikan dengan selera atau dengan penyakit yang diderita (Hartanto, 2007). Jadi catering diet ini melayani pelanggan yang memerlukan diet tertentu untuk menunjang kesembuhan penyakit atau untuk kesehatan dirinya.

Seperti halnya bisnis restoran, bisnis catering banyak dijumpai di berbagai tempat. Belakangan bisnis catering yang cukup berkembang adalah catering diet, yang menyediakan kebutuhan diet terutama bagi pelanggan. Namun jumlahnya belum menjamur seperti bisnis catering biasa. Bahkan mungkin masih bisa dihitung, di Surabaya ada beberapa rumah sakit yang sudah membuka catering diet yaitu Rumah Sakit Husada Utama dan Rumah Sakit PHC (*Pelabuhan Health Center*), sementara jumlah Rumah Sakit yang ada di Surabaya $\pm$ 30 Rumah Sakit baik yang besar maupun kecil, serta ada $\pm$ 50 usaha catering yang melayani pesanan makanan untuk umum, tetapi belum ada catering diet yang dikelola oleh catering umum di luar catering diet yang dikelola Rumah Sakit.

Dengan kondisi tersebut bisnis catering diet diyakini memiliki potensi besar untuk dikembangkan. Alasan yang mendasari hal ini adalah pola hidup dan kebutuhan akan sajian makanan bagi konsumen untuk keperluan diet tertentu. Banyak bacaan memang yang saat ini menyajikan resep-resep diet, tetapi menentukan menu diet tidaklah semudah di tulisan, porsi dan takaran harus sesuai dengan kondisi penderita (Zaldy, 2007). Persaingan pada usaha catering diet terutama spesifik organik masih sempit. Memang tidak sedikit orang yang mencoba membuka usaha ini, namun usahanya tidak berumur panjang disebabkan kurang serius dalam menangani bisnis catering diet. Dalam bisnis catering diet, pelayanan dalam hal kesehatan benar-benar harus diperhatikan. Usaha ini juga harus menyediakan layanan konsultasi dengan ahli gizi bagi para pelanggan. Ahli gizi itu harus ada, agar dalam memberikan menu bagi pelanggan tidak salah.

Target Konsumen dari catering diet ini adalah para dosen dan karyawan di selingkung Unesa yang menderita penyakit degeneratif (diabetes mellitus, asam urat, hipertensi, kolesterol, hepatitis) yang memerlukan makan siang di kampus maupun makan pagi dan sore di luar kampus (di rumah). Di samping konsumen dari dosen dan karyawan unesa, juga masyarakat yang tinggal di Surabaya yang menderita penyakit degeneratif yang tidak memerlukan perawatan di rumah sakit, tetapi sudah bisa beraktifitas di rumah tetapi memerlukan makanan untuk pengaturan diet dari penyakit yang diderita.

Metode

Unit usaha catering ini berfokus pada penyediaan makanan diet bagi penderita berbagai penyakit yang menjalani perawatan di rumah. Seluruh proses diawali dengan proses marketing untuk mencari calon pelanggan (*client*), baik lewat media elektronik, sosial media: *facebook*, *twitter* juga menyebarkan brosur/leaflet yang ditempel dan diberikan langsung kepada calon pelanggan yang ada di dalam dan sekitar kampus Unesa baik yang kampus Ketintang maupun kampus Lidah, di rumah sakit- rumah sakit yang ada di Surabaya, serta di pusat-pusat keramaian kota (*mall/plaza*) yang ada di Surabaya.

Setelah calon pelanggan diperoleh, maka dilakukan *interview* tentang penyakit yang diderita dan umur pelanggan, dilakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan, selanjutnya dilakukan perhitungan kebutuhan zat gizi berdasarkan jenis penyakit berdasarkan Angka Kebutuhan Gizi (AKG). Berdasarkan data tersebut kemudian disusun menu dengan siklus 10 hari, hal ini untuk mencegah

bertemu menu yang sama pada hari yang sama, sehingga pelanggan tidak mengalami kebosanan. Dalam menyusun menu untuk diet khusus atau penyakit dibutuhkan kehati-hatian karena pada pasien kondisi tubuhnya tidak seperti orang sehat lainnya. Dibutuhkan diet khusus untuk menunjang kesembuhan penyakitnya, atau untuk meningkatkan kesehatan tubuhnya. Oleh karena itu diperlukan pertimbangan syarat-syarat makanan dalam mempersiapkan menu diet diantaranya adalah cukup energi dan zat gizi yang diperlukan sesuai dengan penyakitnya, mengikuti pola menu seimbang, jenis dan porsi makan sesuai daya terima, toleransi dengan kondisi penyakit pelanggan, serta harus memperhatikan keamanan pangan.

Untuk menunjang pengembangan dari unit usaha ini, diperlukan strategi pemasaran yang tepat dan terencana dengan baik. Sistem pemasaran dengan bekerjasama dengan rumah sakit dan praktek dokter spesialis, untuk merekomendasi/meDaftar Acuan pasien yang menderita penyakit degeneratif.

Kegiatan unit usaha ini dilaksanakan di Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga gedung A8 kompleks Gedung Fakultas Teknik di lingkungan Kampus Ketintang Surabaya, sekretariat unit usaha ini menempati ruang seluas $\pm 100\text{m}$. Kegiatan di mulai bulan Mei sampai bulan September 2015.

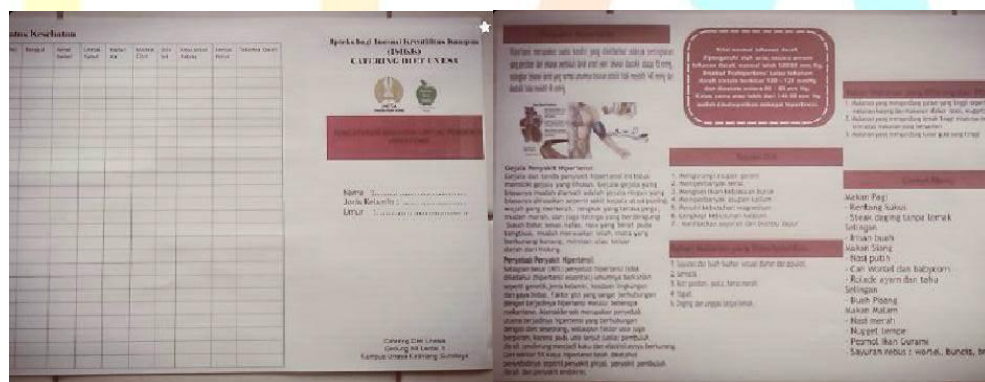
Hasil dan Pembahasan

1. Persiapan

Sebelum usaha catering diit dibuka, beberapa hal yang harus dipersiapkan adalah :

a. Menyusun Leaflet dan Panduan Diit

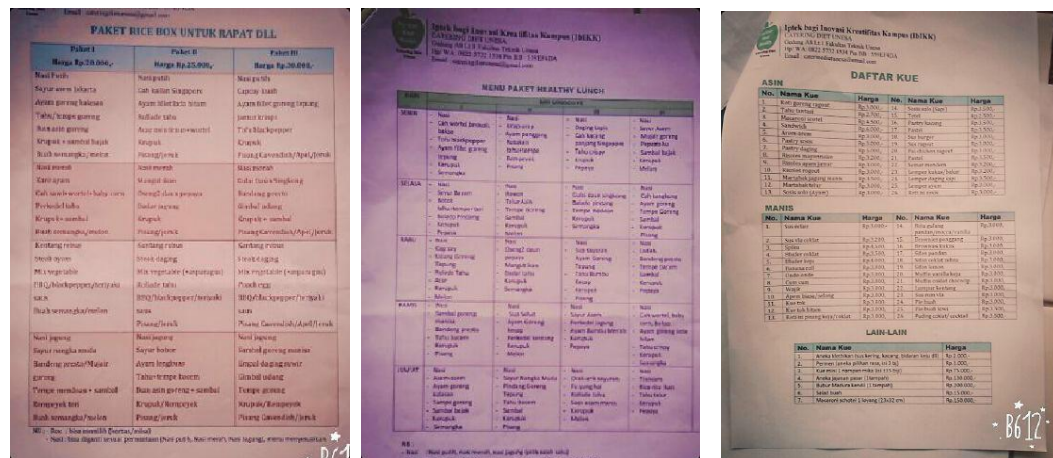
Berbagai penyakit yang bisa dilakukan penataan makanannya adalah : penyakit Diabetis Mellitus, Asam Urat, Hipertensi, Kolesterol, dan Obesitas. Masing-masing penyakit mempunyai pola penataan makanan yang berbeda disesuaikan dengan jenis penyakit dan kondisi penderita. Makanan yang boleh dimakan dan tidak boleh dimakan juga berbeda antara penyakit satu dengan lainnya. Hasil penyusunan leaflet dan panduan diit seperti terlihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 1 : Leaflet Panduan Diit Penyakit

b. Menyusun Menu

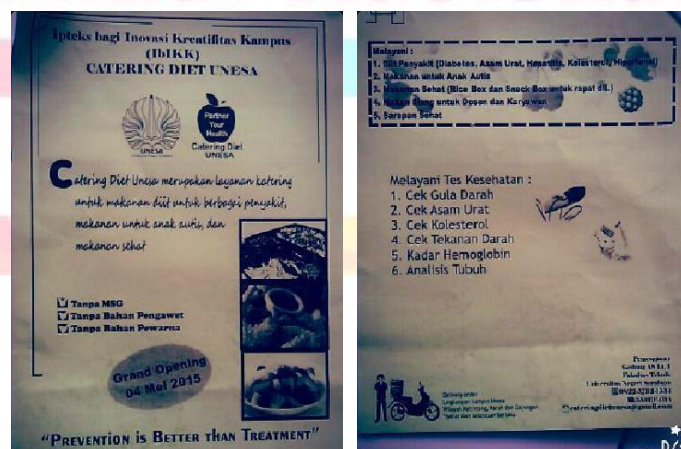
Disamping menu untuk berbagai penyakit, catering diit juga menawarkan menu untuk rice box dan snack box, juga healthy lunch untuk karyawan, dosen dan masyarakat sekitar kampus Unesa Ketintang.



Gambar 2 : Daftar Menu/Paket yang ditawarkan

c. Membuat Brosur

Untuk menunjang pemasaran, maka sebelum menerima pesanan dibuatkan brosur tentang jenis usaha yang diberikan, seperti terlihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 3 : Brosur Pembukaan Katering Diit

2. Pelaksanaan

Usaha katering diit Unesa dibuka pada hari Senin tanggal 4 Mei 2015, bertempat di Laboratorium Pengolahan Makanan gedung A8 lantai 1 Fakultas Teknik Unesa.



Gambar 4 : Tempat Pelaksanaan Kegiatan Katering Diit Unesa

Jenis usaha yang dilaksanakan oleh katering diit adalah

- a. **Pemeriksaan kesehatan**, meliputi : analisis tubuh (BB, TB, kebutuhan energi, umur tulang, kadar lemak, lemak perut, dan kandungan air), glukosa darah, kadar asam urat, kadar kolesterol, kadar hemoglobin (Hb, dan tekanan darah.

Usaha pemeriksaan kesehatan sangat diminati baik oleh dosen, karyawan, maupun mahasiswa. Dalam melakukan pemeriksaan kesehatan konsumen bisa datang ke tempat usaha katering diit (Lab. A8 lantai 1 Fakultas Teknik Unesa) atau konsumen bisa memanggil petugas katering untuk datang ke tempat kerja konsumen untuk melakukan pemeriksaan darah. Pelayanan ini dimaksudkan untuk memberikan pelayanan prima, mengingat kesibukan dosen/karyawan yang tidak memungkinkan untuk datang ke lab. Dengan pelayanan seperti ini banyak dosen/karyawan yang melakukan pemeriksaan kesehatan.



Gambar 5 : Pemeriksaan kesehatan untuk Dosen dan Mahasiswa

- b. **Pengaturan makanan untuk diit penyakit**

Pengaturan makanan untuk diit penyakit disesuaikan dengan karakteristik perorang, penyakit yang diderita,serta selera dari penderita/konsumen. Beberapa diit yang pernah diterima adalah pengaturan diit untuk obesitas, diabetes melitus, dan asam urat.



Gambar 6 : Contoh makanan untuk diit penderita asam urat

c. Pengadaan makan siang /*healthy lunch*

Untuk mengatasi salah satu permasalahan tentang pengadaan makanan yang sehat di kampus dan kesibukan karyawan atau dosen dalam mengajar serta melakukan kegiatan lain, maka jasa pelayanan makanan yang sehat /*healthy lunch* yang ditawarkan oleh usaha catering diit Unesa direspon baik oleh civitas akademika. Menu makan siang sudah dibuat selama 1 bulan dengan setiap hari menunya berbeda. Peminat paket siang /*healthy lunch* yang terbanyak adalah dosen, karena seringkali dosen harus mengajar sampai sore dan waktu istirahat malas keluar kampus untuk mencari makan siang.



Gambar 7: Contoh paket makan siang / *healthy lunch*

d. Pengadaan nasi kotak dan kue kotak / *rice box and snack box*

Universitas Negeri Surabaya terdiri dari 7 fakultas, masing-masing fakultas terdiri dari beberapa jurusan/program studi. Hampir setiap hari ada rapat/pertemuan baik itu yang diselenggarakan oleh pihak rektorat (Rektor, Pembantu Rektor 1, Pembantu Rektor 2, Pembantu Rektor 3, dan Pembantu Rektor 4), fakultas, maupun jurusan/program studi. Pengadaan nasi kotak dan kue kotak yang ditawarkan oleh usaha catering diit Unesa sangat membantu pihak-pihak yang membutuhkan nasi kotak atau kue kotak untuk rapat.



Gambar 8 : Contoh nasi kotak dan kue kotak / *rice box and snack box*

e. Pengadaan kue kering lebaran / *healthy cookies*

Selama bulan puasa/ramadhan pengadaan makanan untuk diit, paket makan siang/*healthy lunch* tidak menerima pesanan. Untuk mengisi kegiatan maka catering diit membuat kue kering lebaran / *healthy cookies*, kue kering yang terbuat dari bahan-bahan yang aman dan sehat. Peminat kue kering lebaran sangat banyak, baik dari dalam kampus maupun di luar kampus.



Gambar 9: Contoh paket kue kering lebaran/*healthy cookies*

Simpulan dan Saran

Dari kegiatan IbM yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan sebagai berikut: Kegiatan IbKK ini dilaksanakan di Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga gedung A8 lantai 1 komplek Gedung Fakultas Teknik Unesa. Kegiatan dimulai pada bulan Mei sampai bulan September 2015, dengan menyebar brosur di selingkung Unesa dan di luar kampus Unesa. Jenis usaha yang telah dilakukan adalah : pemeriksaan kesehatan, pengaturan makanan diet untuk penyakit, pengadaan makan siang/*healthy lunch*, pengadaan nasi kotak dan kue kotak, serta kue kering lebaran/*healthy cookies*. Selama melaksanakan kegiatan keuntungan/*nett profit* yang didapatkan rata-rata setiap bulan Rp. 2.750.000,-, usaha ini mempunyai prospek yang bagus untuk dikembangkan dengan memperluas pemasaran dan pelayanan di luar kampus Unesa dengan membuka gerai/stand di plaza/mall.

Daftar Acuan

- Almatsier, Sunita, 2004. *Penuntun Diet*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Anonimaus. 2007. *Kiat Menimbun Bahan Makanan dan Masakan*. Tersedia di www.sedap-sekejap.com. Artikel Januari 2000
- Anonimaus. 2007. *Agar Bahan Makanan Tidak Kehilangan Gizi*. Tersedia di www.cuek.wordpress.com. Artikel 20 Nopember 2000
- Anonimaus. 2008. 3 J *Aturan Makanan Penderita Diabetes*. Tersedia di www.miethacorners.com. Artikel 5 Mei 2008
- Anonimaus. 2008. *Tip Cara Menyimpan Makanan*. Tersedia di <http://www.lautanindonesias.com>. Artikel 10 September 2008
- Astawan, Made. 2008. *Cegah Hipertensi dengan Pola Makan*, Tersedia di www.gizi.net.com. Artikel 2 Juli 2008
- Hatono, Peni M. 2008. *Prima Catering Diet*. Tersedia di <http://www.mail-archive.com>. Artikel 2 Juli 2008
- Widodo, Thimas, 2007. *Menu Sehat Untuk Balita*, tersedia <http://www.liputan6.com>. Artikel 25 Agustus 2007
- Zaldy, Ignatius, 2007. *Merambah Peluang Katering Diet*. tersedia <http://www.wordepres.com>. Artikel 6 Nopember 2007
- Zaldy, Ignatius, 2008. *Siapa Mau Sehat Seumur Hidup*. tersedia <http://www.mymelacatering.com>. Artikel 17 Juni 2008
- Zakianis, 2008. *Food Safety*. tersedia <http://www.zakianis.multiply.com>

