

## Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 C Malang 65112. Telepon (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746  
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613  
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847  
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043  
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095

Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: [direktorat@poltekkes-malang.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-malang.ac.id)



Nomor : DP.02.01/6.0/ 0182 /2018  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Malang, 15 Januari 2018

Kepada Yth.  
Pimpinan Little Box Catering  
Di Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Karya Tulis Ilmiah, maka bersama ini kami hadapkan mahasiswa Program Studi D-III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang yang bernama:


No.	Nama/NIM	Data yang Diambil
1.	Yulia Ulfiana NIM. 1503000065	- Karakteristik tenaga kerja - Higiene sanitasi bangunan - Perencanaan, penerimaan, persiapan, dan pengolahan bahan makanan - Distribusi makanan

Mohon kiranya mahasiswa tersebut diizinkan untuk melakukan penelitian pada:

Tanggal : 19 – 25 Maret 2018  
Waktu : 08.00 – selesai  
Tempat : Little Box Catering

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Gizi

  
Nengah Tanu Komalyna, DCN, SE, M.Kes  
NIP. 19650301 198803 1 005

Lampiran 2. Daftar menu pada paket bekal sehat sekolah di *Little Box Catering* Malang



## MENU PAKET BEKAL SEHAT SEKOLAH MEI

Rp. 15.000,-

MONDAY 30 April 2018	TUESDAY 01 Mei 2018	WEDNESDAY 02 Mei 2018	THURSDAY 03 Mei 2018	FRIDAY 04 Mei 2018	SATURDAY 05 Mei 2018
OFF	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi putih	Paket nasi rawon
	Baso Asam Manis	Chicken Pop	Ayam Panggang Madu	Fish katsu	
	Sup sayuran	Sup Ayam Jamur	Sup puyuh macaroni	Sup Bihun Isi Puyuh	
MONDAY 07 Mei 2018	TUESDAY 08 Mei 2018	WEDNESDAY 09 Mei 2018	THURSDAY 10 Mei 2018	FRIDAY 11 Mei 2018	SATURDAY 12 Mei 2018
Nasi putih	Nasi Putih	Nasi Putih	OFF	Nasi putih	Paket Nasi Uduk
Botok Tahu Udang	Rollade daging	Ayam sc tiram		Koloke Ayam	
Sup bola ayam soun	Sup Bihun Siomay	Sup Alphabet		Sup Kembang Tahu	
MONDAY 14 Mei 2018	TUESDAY 15 Mei 2018	WEDNESDAY 16 Mei 2018	THURSDAY 17 Mei 2018	FRIDAY 18 Mei 2018	SATURDAY 19 Mei 2018
Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Paket Nasi Goreng
Bola Daging Saus Krim Jamur	Tempe Patty	Sate Lilit Mayonese	Tahu Macaroni	Ayam sc inggris	
Tumis Pelangi	Sup Rollade	Sup Bola Ayam Wortel	Tumis Baso Buncis Jagung	Sup Sayur Kuning	
MONDAY 21 Mei 2018	TUESDAY 22 Mei 2018	WEDNESDAY 23 Mei 2018	THURSDAY 24 Mei 2018	FRIDAY 25 Mei 2018	SATURDAY 26 Mei 2018
Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih
Tahu Telur Bb Bali	Tempura Udang	Baso Rendang	Beef Teriyaki	Dory Cheese Ball	Chicken Katsu
Bihun Sayur	Soto Jamur Brokoli	Tempura Sayur	Mie Hijau Gr	Sup Tomat Serat Telur	Mie Goreng Sayur
MONDAY 28 Mei 2018	TUESDAY 29 Mei 2018	WEDNESDAY 30 Mei 2018	THURSDAY 31 Mei 2018	FRIDAY 01 Juni 2018	SATURDAY 02 Juni 2018
Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi putih	OFF
Sosis Crispy	Semur ayam Puyuh	Chicken Patty	Puyuh bb kuning	Sosis Asam manis	
Sup Jamur	Ca Brokoli	Ca brokoli wortel	Sup baso macaroni	sapo tahu	

Hormat Kami,

**NOTE :**  
 - Jam pengiriman catering harian : 10.00 - 12.00 WIB (Malang Kota)  
 - Menu diatas dapat berubah (mengikuti kesediaan bahan), ahli gizi LB akan melakukan pemberitahuan melalui Broadcast Hotline LB

Untuk info lebih lanjut, silakan hubungi :  
**LITTLE BOX , Jl. Semeru no.60 Malang; Telp 0341- 364.234 ; SMS/WA 081.33.3636.960**  
[www.littleboxcatering.com](http://www.littleboxcatering.com)

(KARLINA RETNOSARI, S.GZ)  
LITTLE BOX DIETITIAN

**Lampiran 3. Besar porsi pada menu paket bekal sehat sekolah di *Little Box Catering* Malang**

Menu/Hari	Porsi makanan (g)				
	Makanan pokok	Lauk hewani	Lauk nabati	Sayur	Buah
Senin	150	43	15	20	-
Selasa	150	60	-	45	-
Rabu	150	75	-	20	-
Kamis	149	55	-	25	-
Jumat	155	72	-	25	-
Sabtu	145	49	30	10	-
Rata-rata	150	59	7,5	24	-

**Lampiran 4. Form besar porsi pada menu paket bekal sehat sekolah di  
*Little Box Catering* Malang**

**FORM BESAR PORSI YANG DISAJIKAN**

Hari/tanggal : .....

Tempat : .....

Petugas : 1.  
2.  
3.  
4.  
5.

NO.	MENU	BAHAN MAKANAN	BERAT (gram)	UKURAN

**Lampiran 5. Kecukupan energi dan zat gizi anak kelompok umur 4-6 tahun, 7-9 tahun dan 10-12 tahun**

Komposisi Zat Gizi	Umur 4-6 tahun		Umur 7-9 tahun		Umur 10-12 tahun			
	Sehari	Makan Siang (30%)	Sehari	Makan Siang (30%)	Laki- laki	Makan Siang (30%)	Perempuan	Makan Siang (30%)
Energi (Kkal)	1600	480	1850	555	2100	630	2000	600
Protein (g)	35	10,5	49	14,7	56	16,8	60	18
Lemak (g)	62	18,6	72	21,6	70	21	67	20,1
Karbohidrat (g)	220	66	254	76,2	289	86,7	275	82,5
Zat besi (mg)	9	2,7	10	3,3	13	3,9	21	6
Serat (g)	22	6,6	26	7,8	30	9	28	8,4

Sumber: Angka Kecukupan Gizi (Hardinsyah, 2013)

## Lampiran 6. Kuesioner pengetahuan tentang higiene tenaga pengolah makanan

### Kuesioner Pengetahuan Higiene Tenaga Pengolah Makanan

Nama Responden: .....

#### Petunjuk Pengisian

Berilah tanda silang (X) pada huruf di depan jawaban yang menurut Anda paling tepat.

1. Pemeriksaan kesehatan bagi tenaga pengolah makanan di instalasi gizi dilakukan secara periodik sebagai sertifikat bukti sehat diri dan bebas dari penyakit dengan tenggang waktu yang paling baik adalah....
  - a. 2 kali dalam setahun
  - b. 1 tahun sekali
  - c. 2 tahun sekali
2. Pakaian kerja untuk tenaga pengolah makanan yang sebaiknya dipakai pada saat bekerja adalah....
  - a. Celemek
  - b. Tutup kepala (penutup rambut)
  - c. Jawaban a dan b benar
3. Kegiatan yang tidak boleh dilakukan di ruangan kerja adalah....
  - a. Merokok dan bercakap-cakap
  - b. Makan/Minum dan merokok
  - c. Makan/Minum, bercakap-cakap dan merokok
4. Tindakan yang dilakukan pada saat batuk atau bersin adalah....
  - a. Mengalihkan muka dari makanan/minuman dan alat makan / minum
  - b. Mengalihkan muka dari makanan/minuman dan alat makan/minum dengan menutup mulut atau hidung memakai tangan atau saputangan dan mencuci tangan setelah itu
  - c. Menutup mulut atau hidung dengan tangan atau saputangan dan mencuci tangan setelah itu tanpa mengalihkan muka dari makanan/minuman dan alat makan / minum
5. Mencuci tangan sebaiknya dilakukan pada saat...
  - a. Sebelum dan sesudah bekerja dengan menggunakan air bersih dan sabun antiseptik
  - b. Sesudah keluar dari WC atau kamar kecil dengan menggunakan air bersih dan sabun antiseptik
  - c. Jawaban a dan b benar
6. Mandi yang tepat dalam 1 hari minimal adalah...
  - a. 1 kali
  - b. 2 kali
  - c. 3 kali
7. Rambut harus dicuci dengan shampoo atau sabun pada waktu tertentu secara teratur, paling kurang...
  - a. 1 minggu sekali

- b. 2 minggu sekali
  - c. 10 hari sekali
8. Keadaan kuku jari tangan seorang tenaga pengolah makanan di instalasi gizi adalah....
    - a. Boleh panjang tetapi terawat kebersihannya
    - b. Selalu bersih, terpotong pendek dan rapi
    - c. Jawaban a dan b benar
  9. Pada saat melaksanakan tugas maka cincin seorang tenaga pengolah makanan di instalasi gizi adalah....
    - a. Boleh tetap dipakai
    - b. Dilepas
    - c. Jawaban a dan b benar
  10. Seorang tenaga pengolah makanan di instalasi gizi yang sakit....
    - a. Tidak boleh ikut dalam pengelolaan makanan
    - b. Boleh ikut dalam pengelolaan makanan
    - c. Boleh hadir di tempat kerja tetapi tidak ikut dalam pengelolaan makanan dan disarankan untuk berobat
  11. Makanan yang telah selesai dimasak....
    - a. Dimasukkan dalam wadah tertutup secara terpisah menurut jenis masakan
    - b. Dimasukkan ke dalam wadah tertutup dengan memberikan kesempatan untuk penguapan uap air
    - c. Jawaban a dan b benar
  12. Air yang dipandang baik secara fisik...
    - a. Tidak berwarna, tidak berasa, tidak berbau walaupun agak keruh
    - b. Sedikit berwarna tetapi tidak berasa, tidak berbau dan tidak keruh
    - c. Tidak berwarna, tidak berasa, tidak berbau dan tidak keruh
  13. Proses pencucian peralatan yang baik adalah....
    - a. Perendaman, penggosokan dengan deterjen, pembilasan dengan air bersih sampai bersih, pemebashamaan dan pengeringan
    - b. Penggosokan dengan deterjen, pembilasan dengan air sampai bersih dan pengeringan
    - c. Penggosokan dengan deterjen, pembilasan dengan air sampai bersih, pemebashamaan dan pengeringan
  14. Pakaian kerja harus dicuci bersih dan disetrika yang rapi, sebaiknya harus dicuci...
    - a. 2 – 3 kali dalam seminggu
    - b. Setiap hari
    - c. Apabila kotor saja
  15. Tempat cuci tangan tenaga pengolah makanan sebaiknya....
    - a. Disatukan dengan tempat pencucian bahan makanan dan peralatan
    - b. Dapat disatukan dengan tempat pencucian bahan makanan tetapi terpisah dengan tempat pencucian peralatan
    - c. Terpisah dengan tempat pencucian bahan makanan dan peralatan

**Lampiran 7. Kuesioner perilaku higiene tenaga pengolah makanan**

**KUESIONER  
PERILAKU HIGIENE TENAGA PENGOLAH MAKANAN**

Nama : .....

I Form Check List Perilaku Tenaga Penjamah Makanan

No	Kegiatan	Ya	Tidak
1	Mencuci tangan setelah keluar dari kamar mandi menggunakan sabun		
2	Mencuci tangan sebelum dan sesudah mengolah makanan		
3	Mengeringkan tangan menggunakan lab bersih atau kertas pengering		
4	Kuku dalam keadaan pendek dan bersih		
5	Membuang sampah langsung pada tempatnya sewaktu di dapur		
6	Memakai penutup kepala atau rambut diikat saat mengolah makanan		
7	Memakai pakaian kerja yang bersih selama bekerja		
8	Memakai sarung tangan (handscoon) atau dengan penjepit makanan, sendok saat mengambil makanan dalam penyajian makanan		
9	Menggunakan tisu atau alat penutup mulut saat bersin atau batuk		
10	Tidak menggaruk anggota tubuh saat di dapur		
11	Menggunakan peralatan (sedok, garpu, dan sejenisnya) saat mencicipi makanan		
12	Tidak berbicara saat mengolah makanan		
13	Tidak meludah di tempat pencucian peralatan makaan dan di sembarang tempat		
14	Mencuci peralatan menggunakan sabun		
15	Tidak merokok saat bekerja		
16	Tidak memakai perhiasan saat bekerja		
17	Memakai celemek saat bekerja		
18	Tidak makan/mengunyah makanan pada waktu bekerja		
19	Sepatu tertutup dan berhak rendah		
20	Menjaga kebersihan pakaian kerja (mengganti pakaian minimal 2 hari sekali atau mengganti jika sudah terlalu kotor		



Lampiran 8. Dokumentasi penelitian

FOTO	KETERANGAN
	<p><i>Little Box Catering Malang tampak depan</i></p>
	<p>Dapur pengolahan makanan</p>
	<p>Dapur pengolahan <i>snack</i></p>



Penyimpanan bahan makanan kering



Penyimpanan bahan makanan basah



Tempat penyimpanan telur



Penyimpanan alat memasak



Tempat cuci piring



Tempat penyajian makanan