

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**GAMBARAN VARIASI MENU DAN KESESUAIAN STANDAR PORSI**  
**MAKAN SIANG DENGAN PELAYANAN KATERING**  
**DI SD IT IQRA'2 KOTA BENGKULU**  
**TAHUN 2016**



**Disusun Oleh :**

**MAYA DEVI ERLINDA**  
**NIM : PO 5130113 021**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLTEKKES KEMENKES BENGKULU**  
**PROGRAM STUDI D III GIZI**  
**TAHUN 2016**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN VARIASI MENU DAN KESESUAIAN STANDAR PORSI  
MAKAN SIANG DENGAN PELAYANAN KATERING  
DI SD IT IQRA'2 KOTA BENGKULU  
TAHUN 2016**

**AHLI MADYA GIZI**

**Disusun Oleh :**

**MAYA DEVI ERLINDA  
NIM : PO 5130113 021**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU  
PROGRAM STUDI D III GIZI  
TAHUN 2016**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Karya Tulis Ilmiah**

**GAMBARAN VARIASI MENU DAN KESESUAIAN STANDAR PORSI  
MAKAN SIANG DENGAN PELAYANAN KATERING  
DI SD IT IQRA'2 KOTA BENGKULU  
TAHUN 2016**

**Yang Dipersiapkan Dan Dipresentasikan Oleh :**

**MAYA DEVI ERLINDA  
NIM : P0 5130113 021**

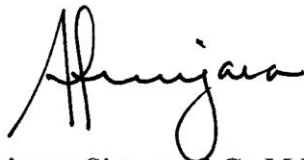
**Karya Tulis Ilmiah Telah Diperiksa dan Disetujui  
Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu Jurusan Gizi**

**Pada Tanggal : 26 Juli 2016**

**Oleh :**

**Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah**

**Pembimbing I**



**Afriyana Siregar, S.Gz.M.Biomed  
NIP. 19830418200642001**

**Pembimbing II**



**Kusdalinah, SST., M.Gizi  
NIP. 198105162008012012**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Karya Tulis Ilmiah  
GAMBARAN VARIASI MENU DAN KESESUAIAN STANDAR PORSI  
MAKAN SIANG DENGAN PELAYANAN KATERING  
DI SD IT IQRA'2 KOTA BENGKULU  
TAHUN 2016**

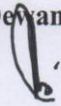
**Yang Diperiapkan dan Dipersembahkan Oleh :**

**MAYA DEVI ERLINDA  
NIM : P0 5130113 021**


**Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapkan Tim Penguji  
Karya Tulis Ilmiah Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi  
Program Studi Gizi  
Pada Tanggal : Agustus 2016  
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima**

**Tim Penguji,**

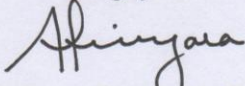
**Ketua Dewan Penguji**

  
**Meriwati, SKM.,MKM  
NIP.197205281997022003**

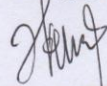
**Penguji I**

  
**Arie Krisnasary, S.Gz.M.Biomed  
NIP. 198102172006042002**

**Penguji II**

  
**Afriyana Siregar, S.Gz.M.Biomed  
NIP. 19830418200642001**

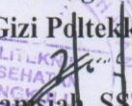
**Penguji III**

  
**Kusdalinah, SST.,M.Gizi  
NIP.198105162008012012**

**Bengkulu, Agustus 2016**

**Mengesahkan**

**Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu**

  
**Kamsiah, SST.,M.Kes**

**NIP. 197408181997032002**



## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO :

- ❖ MAN JADDA WA JADDA
- ❖ JADILAH SEPERTI KARANG DILAUTAN YANG TETAP KOKOH DITERJANG OMBAK, WALAUPUN DEMIKIAN AIR LAUT TETAP MASUK KE DALAM PORI-PORINYA
- ❖ ALWAYS BE YOURSELF AND NEVER BE ANYONE ELSE EVEN IF THEY LOOK BETTER THAN YOU
- ❖ TO GET SUCCESS, YOUR COURAGE MUST BE GREATER THAN YOUR FEAR
- ❖ DO YOUR BEST AT ANY MOMENT THAT YOU HAVE
- ❖ OUR PARENTS ARE THE GREATEST GIFT IN A LIFE

TAK ADA KATA YANG BISA TERUCAP, SELAIN KATA TERIMA KASIH DAN MAYA PERSEMBAHKAN,“ KARYA DAN PERJUANGAN INI DENGAN KEIKHLASAN, KESABARAN, PERASAAN, LOGIKA, HINGGA AIR MATA KEPADA :

- + ALLAH SWT YANG TELAH MEMBERIKAN KESEHATAN DAN KEKUATAN DALAM MENGERJAKAN SEMUA KARYA TULIS ILMIAH INI.
- + KEDUA ORANG TUA (BAPAK DAN IBU RISTAL) YANG MAYA SANGAT SAYANGI DAN CINTAI DALAM MEMBERIKAN NASEHAT, DIDIKAN DAN DOA SERTA MEMBERIKAN KASIH SAYANG YANG BERLIMPAH.
- + MY TWO BROTHER TERSAYANG (ABANK KI/BOBOB, ADEK YAYA/SATRIA/MY BERUANG) YANG SELALU MEWARNAI HARI AYUK MAYA DENGAN SEGALA TINGKAH POLA KALIAN YANG LUCU DAN TERKADANG MENJENGKELKAN.
- + MY SISTER (AYUG THA/MITA/MAMA DIRA) YANG SELALU MEMBUAT MAYA KETAWA, KESAL DAN TERSENYUM DISAAT TERTENTU DENGAN KELAKUAN UNIKNYA.
- + SELURUH KELUARGA BESARKU BERSERTA SANAK FAMILY YANG SELALU MENDOAKAN, MEMBERI DUKUNGAN MORIL MAUPUN MATERIL
- + DOSEN PEMBIMBING BUNDA AFRIYANA SIREGAR, S.GZ.M.BIOMED DAN BUNDA KUSDALINAH, SST.,M.GIZI YANG TELAH MEMBERIKAN BANYAK ILMU PENGETAHUAN DAN TELAH SABAR MEMBIMBING

MAYÁ DALAM MENYELESAIKAN KARYA TULIS ILMIAH INI DENGAN BAIK.

- + DOSEN PENGUJI BUNDA MERIWATI,SKM.,MKM DAN BUNDA ARIE KRISNASARY,S.GZ.M.BIOMED YANG MEMBERIKAN MASUKAN DAN SARAN DALAM MENYELESAIKAN KTI
- + SAHABAT SEPERJUANGAN DREAM HIGH/LAPETEE (OPPA/DESI, NUNA/FRIMA,DEK SEP, YANK/ELOK, MAMAHWATI/RAHMAWATI, IA/RIA,DAMA/ENDA,PUTRI/CABEBESAK,INTAN/ANAKKU),5CM.(NIT UT/ANITA,OOM/SUNDARI,.CICI/NOESY,YO/YOLAN) YANG SELALU MEMBERIKAN CANDA TAWA DAN KECERIAAN DAN MEMBUAT MAYÁ MENJADI PRIBADI LEBIH BAIK.
- + SABAHAT SEJATIKU PEZZITTT, KODOK IJOK YANG SELALU MEMBERIKAN DOA, SEMANGAT DAN DUKUNGAN DARI JAUH.

## RIWAYAT PENULIS



- Nama : Maya Devi Erlinda  
Tempat/tanggal lahir : Peraduan Binjai, 01 Juni 1994  
Alamat : Jl. Hibrida 14 RT 11/RW 08,  
Kel.Sidomulyo, Kec. Gading Cempaka.  
Kota Bengkulu
- Agama : Islam  
Anak Ke : 2 (Kedua) dari 4 Saudara  
Jumlah Saudara : 3 (Tiga)  
Nama Ayah : Taslim  
Nama Ibu : Risma  
Hobby : Traveling, Reading, Listening of All Music  
My Bias : The King of Music Chienes Huang Zi Tao
- Riwayat Pendidikan :
1. Tamat SDN 82 kota Bengkulu tahun 2006
  2. Tamat SMPN 14 kota Bengkulu tahun 2009
  3. Tamat SMKN 03 kota Bengkulu tahun 2013
  4. Tahun 2013 melanjutkan pendidikan di Jurusan DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

**Prodi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu  
Karya Tulis Ilmiah, 26 Juli 2016  
Maya Devi Erlinda**

**Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi  
Makan Siang dengan Pelayanan Katering  
Di SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu  
Tahun 2016**

**X+ 56 Halaman 3 Tabel 6 Lampiran**

**ABSTRAK**

Sistem pendidikan Indonesia yang telah berkembang dengan waktu belajar lebih panjang (*Full day*) menyediakan fasilitas makanan berupa penyelenggaraan makanan sekolah yang bekerja sama dengan katering, agar dapat memenuhi kebutuhan gizi anak sekolah. Adapun yang dilakukan pengamatan pada penyelenggaraan makanan berupa variasi menu dengan tujuan mengetahui variasi bahan makanan, variasi teknik pengolahan dan kesesuaian porsi makanan pada hidangan makan siang dengan pelayanan katering di SD IT IQRA'2 kota Bengkulu

Metode penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Tempat penelitian dilaksanakan di Halalan Thoyyiban Catering SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu selama April 2016. Data variasi menu didapat dari siklus menu yang ada di katering SD IT IQRO'2 dan porsi makanan didapat dari penimbangan makanan yang diberikan kepada anak sekolah yang mengikuti katering

Hasil penelitian Selama siklus menu 5 hari menunjukkan variasi bahan makanan menu makan siang pada lauk hewani, sayur, dan buah yang dihidangkan bervariasi sedangkan variasi teknik pengolahan menu makan siang pada lauk hewani dan sayur yang dihidangkan tidak bervariasi dan porsi makanan menunjukkan seluruh porsi makan siang baik hidangan makanan pokok, lauk hewani, sayur, dan buah tidak sesuai dengan standar porsi makan siang anak sekolah .

Variasi menu selama siklus menu 5 hari menunjukkan variasi bahan makanan dan variasi teknik pengolahan tidak bervariasi sedangkan porsi makanan anak sekolah tidak sesuai dengan kebutuhan makan siang yang disediakan pihak katering.

**Kata Kunci** : Variasi Bahan Makanan, Variasi Teknik Pengolahan, Porsi Makanan, Katering, Penyelenggaraan makanan.

**39 Daftar Pustaka (1980-2015)**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya serta kemudahan yang diberikannya sehingga penyusun dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makan Siang Dengan Pelayanan Katering Di SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu Tahun 2016.

Dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini penyusun telah mendapat masukan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penyusun mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Darwis, S.Kp.,M.Kes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Bengkulu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di Jurusan Gizi Politeknik Kementrian Kesehatan Bengkulu.
2. Ibu Kamsiah, SST.,M.Kes sebagai ketua jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Bengkulu.
3. Ibu Afriyana Siregar, S.Gz.M.Biomed sebagai dosen pembimbing I dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Kusdalinah, SST.,M.Gizi sebagai dosen pembimbing II dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Meriwati, SKM.,MKM sebagai dosen penguji I dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Arie Krisnasary, S.Gz.M.Biomed sebagai dosen penguji II dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Seluruh dosen yang telah memberi masukan kepada penyusun dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Teman-teman terdekat dan seangkatan dalam memberi semangat serta dorongan untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga bimbingan dan bantuan, serta nasehat yang telah diberikan akan menjadi berkat bagi kita semua. Akhir kata penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Bengkulu, Juli 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iii
RIWAYAT PENULIS.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix

### BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Bagi sekolah .....	5
1.4.2 Bagi mahasiswa.....	5

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1.Penyelenggaraan makanan .....	6
2.1.1. Bentuk makanan.....	6
2.1.2. Jenis-jenis penyelenggaraan makanan .....	7
2.2. Menu .....	8
2.2.1. Perencanaan Menu .....	8
2.2.2. Kaidah Menyusun Menu Makanan Anak Sekolah Dasar .....	9
2.2.3. Langkah –langkah perencanaan menu .....	10

2.2.4. Siklus menu .....	12
2.2.5. Variasi Menu .....	13
2.2.6. Teknik Pengolahan Makanan .....	16
2.3.Porsi Makanan .....	25
2.3.1 standar porsi .....	27
2.4.Katering .....	27
2.4.1 Klasifikasi katering .....	28
2.4.2 Prosedur Pelayanan Katering .....	28
2.5. Anak Sekolah .....	29
2.5.1 Makanan Anak Sekolah .....	29
2.5.2 Variasi Menu Dan Porsi Makanan Anak Sekolah.....	31
2.5.3 Menu Makanan Anak Usia Sekolah.....	33
2.5.4 Manfaat Variasi Menu Anak Usia Sekolah.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	36
3.2 Alur Penelitian .....	36
3.3 Definisi Istilah .....	36
3.4 Lokasi Dan Waktu Penelitian .....	38
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	38
3.6 Pengolahan Data .....	39
3.7 Analisa Data.....	39
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Jalan penelitian .....	40
4.2 Hasil penelitian .....	41
4.2.1 Gambaran pelayanan katering di SD IT IQRA'2 .....	41
4.2.2 Gambaran variasi hidangan .....	42
4.2.3 Gambaran kesesuaian porsi makanan.....	45
4.3 Pembahasan penelitian .....	46
4.3.1 Analisa variasi menu pada hidangan makan siang SD IT IQRA'2 .....	46
4.3.2 Analisa Kesesuaian porsi makanan pada hidangan makan siang SD IT IQRA'2 .....	48
<b>BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	51
5.2 Saran .....	51
<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>53</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.2. Alur penelitian.....	36

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.5 Angka Kecukupan Gizi .....	32
4.2.1 Variasi Bahan makanan dan Variasi Teknik Pengolahan .....	44
4.2.2 Standar Porsi Makan Siang Katering SD IT IQRA '2 .....	45
4.2.3 Kesesuaian Standar Porsi Makanan .....	46

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Siklus Menu
- Lampiran 2. Dokumentasi
- Lampiran 3. Master Data Porsi Makan Siang
- Lampiran 4. Izin Pra Penelitian
- Lampiran 5. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Keterangan Selesai Penelitian

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Sistem pendidikan negara Indonesia telah berkembang dengan waktu belajar lebih panjang (*full day*). Sistem pendidikan tersebut, menyediakan fasilitas makanan berupa kudapan/selingan/snack dan makan siang (*school feeding*). Adanya fasilitas makan siang memiliki kontribusi yaitu memenuhi kebutuhan zat gizi terutama glukosa anak, sehingga diharapkan dapat meningkatkan prestasi belajar anak usia sekolah yang sangat membutuhkan asupan makanan yang bergizi untuk memperbaiki kecerdasan (Kusumastuti, 2009).

Tujuan umum pembangunan kesehatan adalah mengusahakan kesempatan yang lebih luas bagi setiap penduduk untuk memperoleh derajat kesehatan yang setinggi-tingginya dengan mengusahakan pelayanan yang luas dan merata (Depkes RI, 2006).

Anak usia sekolah merupakan investasi bangsa, kualitas bangsa dimasa depan ditentukan oleh anak-anak saat ini. Menjaga kesehatan adalah hak asasi, dan menjadi kewajiban semua pihak untuk menjamin kesehatan masyarakat, khususnya anak-anak Indonesia. Upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan (Widodo, 2009).



Pada masa penting pertumbuhan ini, anak membutuhkan banyaknya zat-zat gizi yang mendukung pertumbuhan dan kesehatan. Anak-anak akan memperoleh makanan bergizi yang tepat bila kebutuhan zat-zat gizi yang diperlukan oleh tubuhnya terpenuhi oleh makanan yang dikonsumsi sehari-hari (Chairinniza, 2008).

Anak kelompok usia sekolah (6-12 tahun) termasuk salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi yaitu kekurangan energi protein. Riset Kesehatan Dasar 2010 menunjukkan sekitar 44,4% anak sekolah, tingkat konsumsi energinya kurang dari 70% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG). Sebanyak 59,7% anak usia sekolah tingkat konsumsi proteinnya kurang dari 80% berdasarkan AKG.

Penyelenggaraan makanan di sekolah merupakan salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan makanan pada anak usia sekolah. Sejak tahun 1946 penyelenggaraan makanan telah diadakan di sekolah (*The national school lunch program*) Amerika Serikat. Makanan yang disajikan dalam penyelenggaraan makanan harus dapat menyumbangkan energi 1/3 dari total kebutuhan energi anak. Selain kebutuhan energi, perlu diperhatikan variasi makanan, kesukaan anak, dan jumlah makanan yang disediakan (Yani, 2009).

Siswa yang mengikuti penyelenggaraan makanan di sekolah memperoleh asupan energi dan zat gizi yang lebih baik dari siswa yang tidak mengikuti penyelenggaraan makanan (Hanes *et al*, 1984). Menurut Achmadi dan

Shobahiya (2009), penambahan jam belajar pada sekolah *full day* menyebabkan anak harus membawa bekal ke sekolah agar tidak jajan sembarangan. Alternatif lain yang dapat dilakukan dengan cara mengikutsertakan anak pada penyelenggaraan makanan disekolah yang biasa dikelola oleh katering (Achmadi dan Shobahiya, 2009).

Pemberian makanan bergizi dapat menjamin pertumbuhan dan perkembangan anak, sebaiknya frekuensi/jumlah makanan lebih sering dibanding orang dewasa. Dalam mengkonsumsi makanan harus memperhatikan Jumlah makanan yang dikonsumsi agar dapat memenuhi kebutuhan gizi yang dianjurkan. Kebutuhan kalori anak sekolah disesuaikan dengan berat badan, usia, dan aktivitas anak. Kebutuhan kalori untuk anak usia 7-9 tahun membutuhkan energi sekitar 1850 Kkal, sedangkan untuk anak laki-laki usia 10-12 tahun membutuhkan energi sekitar 2100 Kkal dan untuk anak perempuan usia 10-12 tahun membutuhkan energi sekitar 2000 Kkal (Hardinsyah dkk, 2002). Pola makan yang sehat dan seimbang terdiri dari 15% protein, 20% lemak dan 65% karbohidrat dari total energi yang dibutuhkan (Irianto, 2007).

Data awal Sekolah Dasar di kota Bengkulu yang memiliki karakteristik *full day school* salah satunya adalah SD IT IQRA'2. Sekolah tersebut menggunakan Pelayanan katering dengan tujuan menjadikan katering yang berbeda dari katering lainnya. Pelayanan katering pada SD IT IQRA'2 menggunakan pelayanan *tray service* (makanan sudah diporsikan dan telah ditentukan hidangannya). Siklus menu yang dipakai SD IT IQRA'2 yaitu, siklus menu 5 hari. Berdasarkan observasi awal pra penelitian diperoleh data

bahwa lauk nabati tidak dihidangkan dalam menu makan siang, namun lauk nabati diganti sebagai hidangan snack.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang Variasi Menu maupun Kesesuaian Standar Porsi Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu Tahun 2016 ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Diketahui Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makan Siang Di SD IT IQRA'2 dengan Pelayanan Katering Kota Bengkulu Tahun 2016.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Menganalisis variasi menu (Bahan makanan dan teknik pengolahan) pada hidangan makan siang dengan pelayanan katering di SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu Tahun 2016.
2. Menganalisis kesesuaian porsi pada hidangan makan siang dengan pelayanan katering di SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu Tahun 2016.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### 1. Bagi Sekolah

Membantu Memberikan masukan dalam upaya memperbaiki dan meningkatkan kualitas variasi menu yang disajikan dalam pelayanan katering.

##### 2. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dapat memberi pengetahuan serta wawasan tentang pelayanan katering pada tingkat variasi menu (bahan makanan dan teknik pengolahan) dan kesesuaian standar porsi makan siang siswa/siswi.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Penyelenggaraan Makanan**

Penyelenggaraan makanan adalah suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan kepada konsumen, dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian konsumsi/diet yang tepat. Kegiatan penyelenggaraan makanan diantaranya pencatatan, pelaporan dan evaluasi. Penyelenggaraan makanan dilaksanakan dengan tujuan untuk menyediakan makanan berkualitas baik dan jumlahnya sesuai dengan kebutuhan serta pelayanan yang layak dan memadai bagi pasien/klien yang membutuhkan (Aritonang, 2012).

##### **2.1.1 Bentuk Penyelenggaraan**

Bentuk penyelenggaraan makanan di sekolah dasar :

a. Sistem Swakelola

Pada penyelenggaraan makanan sekolah dasar dengan system swakelola, instalasi/unit gizi (kesehatan) bertanggung jawab terhadap pelaksanaan seluruh kegiatan penyelenggaraan makanan (tenaga, dana, metoda, sarana dan prasarana)

b. Sistem *Out-sourcing*

Penyelenggaraan makanan dengan memanfaatkan perusahaan jasa boga (katering) untuk penyedia yaitu diborong secara penuh dan diborongkan hanya sebagian.

c. Sistem Kombinasi

Sistem kombinasi adalah bentuk sistem penyelenggaraan makanan yang merupakan kombinasi sistem swakelola dan sistem diborongkan sebagai upaya memaksimalkan sumber daya yang ada.

### **2.1.2 Jenis-Jenis Penyelenggaraan Makanan**

Jenis-jenis penyelenggaraan makanan, terdiri dari :

1. Penyelenggaraan makanan institusi yang berorientasi pada keuntungan (bersifat komersial), yaitu penyelenggaraan makanan ini dilaksanakan untuk mendapat keuntungan yang sebesar-besarnya. Bentuk usaha ini seperti *restaurant*, *snack bars*, *cafeteria* dan *catering*. Usaha penyelenggaraan makanan ini bergantung pada cara menarik konsumen sebanyak-banyaknya dan manajemen harus dapat bersaing.
2. Penyelenggaraan makanan institusi yang berorientasi pelayanan (bersifat non komersial), yaitu penyelenggaraan makanan ini dilakukan oleh suatu instansi, baik dikelola pemerintah, badan swasta maupun yayasan komersial yang bertujuan untuk mencari keuntungan. Bentuk penyelenggaraan ini biasanya berada di dalam tempat, yaitu sekolah, asrama, panti asuhan, rumah sakit, perusahaan, lembaga kemasyarakatan.
3. Penyelenggaraan makanan institusi yang bersifat semi komersial, yaitu semi komersial adalah organisasi yang dibangun dan dijalankan bukan hanya untuk tujuan komersial, tetapi juga untuk tujuan sosial (masyarakat yang kurang mampu).

## 2.2 Menu

Menu adalah suatu susunan beberapa macam hidangan yang disajikan pada waktu tertentu. Menu dapat terdiri dari satu macam hidangan yang lengkap atau tidak lengkap, juga dapat berupa hidangan sarapan pagi, makan siang atau makan malam untuk satu hari penuh dengan atau tanpa makanan selingan (Dinkes Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), 2011).

### 2.2.1 Perencanaan Menu

Perencanaan menu merupakan kegiatan yang kritis, artinya menu yang ditampilkan mempunyai dampak pada kegiatan penyelenggaraan makanan selanjutnya. Selain itu perencanaan menu akan menjadi faktor penentu dan citra dari institusi atau sekolah penyelenggaraan makanan. Tujuan perencanaan menu adalah tersedianya menu sesuai dengan tujuan sistem penyelenggaraan makanan, baik komersil maupun non komersil (PGRS, 2007).

A. Syarat dalam perencanaan menu :

#### 1. Faktor Konsumen

##### a. Kecukupan/kebutuhan gizi

Kecukupan gizi konsumen telah diterjemahkan dalam standar makanan yang menjadi dasar dalam menyusun menu pada institusi.

##### b. *Food habit dan preferences*

*Food preferences* dapat diartikan sebagai pemilihan makanan dari makanan yang ditawarkan, sedangkan *food habit*

adalah cara seorang memberikan respon terhadap cara memilih, mengkonsumsi dan menggunakan bahan makanan sesuai dengan keadaan sosial dan budayanya. Karakteristik/keadaan bahan makanan tertentu menjadi aspek yang berhubungan dengan karakteristik bahan makanan, yaitu warna, konsistensi makanan, rasa, cara persiapan, suhu hidangan dan cara penyajian.

### **2.2.2 Kaidah Menyusun Menu Makanan Anak Sekolah Dasar**

#### *1. Balance*

Artinya adanya keseimbangan dalam rasa, warna dan penggunaan bahan makanan. Artinya tidak boleh terjadi :

- a) Pengulangan warna pada setiap kali makan
- b) Pengulangan bahan pada setiap kali makan
- c) Pengulangan bentuk pada setiap kali makan
- d) Pengulangan rasa pada satu kali makan (contoh : ada lebih dari 1 hidangan yang pedas dalam satu kali makan).

#### *2. Bervariasi*

Tidak boleh terjadi penggunaan hidangan yang sama dalam satu siklus menu atau tidak boleh terjadi metode pemasakan yang sama dalam satu kali makan (Depkes, 2007).



### 2.2.3 Langkah-Langkah Perencanaan Menu

#### 1. Menetapkan Macam Menu

Pada tahap awal dengan mengacu pada tujuan institusi, maka perlu ditetapkan macam menu institusi, apakah menu standar atau menu pilihan.

#### 2. Menetapkan Siklus Menu

Bila menu yang ditetapkan adalah standar, maka perlu ditetapkan macam siklus menu yang cocok dengan tipe sistem penyelenggaraan makanan yang sedang berjalan. Macam siklus menu 5 hari, 7 hari atau 10 hari.

#### 3. Menetapkan Periode Siklus Menu

Periode siklus menu adalah lamanya siklus menu berlaku dan perlu penggantian atau modifikasi kembali. Pada menu yang baru disusun, dimana keadaan konsumen belum terlalu dipahami oleh manajemen, biasanya diberlakukan lebih cepat, misalnya 3 bulan. Pada institusi/Sekolah Dasar yang telah lama dibentuk pihak manajemen telah melakukan perbaikan-perbaikan dapat dilakukan lebih lama, misalnya 6 bulan atau 1 tahun.

#### 4. Menetapkan Pola Makan

Pola menu yang dimaksud adalah golongan macam hidangan yang direncanakan untuk setiap waktu makan. Tujuan dibuat pola menu adalah agar dalam siklus menu dapat dipastikan menggunakan bahan makanan sumber zat gizi yang dibutuhkan konsumen.

#### 5. Menetapkan Besar Porsi

Besar porsi adalah banyaknya golongan bahan makanan yang direncanakan setiap kali makan dengan menggunakan satuan penukar berdasarkan standar makanan yang berlaku di Sekolah Dasar tersebut.

#### 6. Membuat Master Menu

Master menu adalah alokasi item bahan makanan kedalam matrik dalam siklus menu. Tujuan dibuatnya master menu adalah agar distribusi bahan makanan yang digunakan tersebar lebih teratur, sehingga pengulangan penggunaan bahan makanan tertata rapi.

#### 7. Inventarisasi Golongan Hidangan, Macam Hidangan dan Resepnya.

Resep-resep makanan sebaiknya telah tersedia standarisasi yang telah ditetapkan. Oleh karena itu kegiatan penelitian dan pengembangan resep harus selalu ada dana untuk setiap sistem penyelenggaraan makanan.

#### 8. Merancang Menu Dalam Siklus yang Ditetapkan (Format Menu)

Yaitu memadukan berbagai macam hidangan menjadi susunan yang harmonis dan rasa dapat diterima.

#### 9. Menyiapkan Formulir Penilaian Menu

Yaitu menyiapkan instrument yang digunakan untuk melihat kembali menu yang telah disusun.

#### 10. Melakukan Penilaian Yang Dilakukan Pihak Manajemen

Instumen ini disebarkan kepada setiap manajer, Misalnya manajer produksi, distribusi dan marketing.

### 11. Melakukan *Pretes/Try Out*

Bila menu telah disetujui oleh pihak sekolah, maka perlu dilakukan pengembangan menu sebagai uji coba (PGRS, 2013).

#### **2.2.4 Siklus Menu**

Siklus menu adalah perputaran menu atau hidangan yang akan disajikan pada konsumen dalam jangka waktu tertentu. Jangka waktu siklus yang sering ditemui lima hari, tujuh hari maupun sepuluh hari. Siklus menu dengan jangka waktu yang lebih lama lebih baik dibandingkan dengan siklus menu dengan jangka waktu pendek karena dapat menghindari terjadinya pengulangan menu. Pelaksanaan siklus menu yang panjang lebih sulit terutama dalam hal pengawasan. Hal utama yang menjadi pertimbangan dalam pembuatan siklus menu dengan jangka waktu yang lebih panjang adalah jangka waktu pelayanan pada konsumen (Uripi, 2007).

#### **2.2.5 Variasi Menu**

Resep makanan adalah alat bantu penting untuk memasak yang merupakan serangkaian catatan berisi informasi penting tentang masakan tertentu. Menurut Rizqie Auliana (1999), menu berarti susunan makanan atau hidangan yang disantap oleh seseorang atau sekelompok orang setiap kali makan. Dalam penyelenggaraan makanan institusi, menu dapat disusun dalam jangka waktu yang cukup lama misalnya, untuk tujuh hari atau sepuluh hari. Ini tentunya berkaitan dengan variasi menu yang harus dihidangkan dalam suatu penyajian.

Variasi menu adalah susunan golongan bahan makanan yang terdapat dalam satu hidangan yang berbeda pada setiap kali penyajian. Variasi menu yang ada di Indonesia umumnya adalah terdiri dari berbagai hidangan sebagai berikut (Moehyi, 1992) :

1. Variasi susunan hidangan

Kaidah menyusun menu menurut pedoman penyelenggaraan makanan sekolah (Deman, 1997) yaitu:

- a) Keseimbangan yaitu keseimbangan rasa, warna dan penggunaan makanan atau dengan kata lain tidak ada pengulangan.
- b) Bervariasi yaitu tidak boleh terjadi penggunaan hidangan yang sama dalam 1 siklus menu atau tidak adanya metode pemasakan yang sama.

Adapun susunan hidangan makanan yaitu :

a. Hidangan pokok

Hidangan ini umumnya terdiri dari nasi. Berbagai variasi nasi sering digunakan dalam berbagai hidangan, seperti nasi uduk, nasi kuning, nasi tim. Makanan pokok ini bagi tubuh dapat memberikan zat tenaga yang diperlukan tubuh.

b. Hidangan lauk pauk

Berupa masakan yang bervariasi yang terbuat dari bahan makanan hewan atau nabati, atau gabungan keduanya. Bahan makanan hewani yang digunakan dapat berupa daging sapi, ayam, ikan, telur, udang atau hasil laut. Lauk nabati biasanya berbahan dasar kacang-kacangan atau hasil olahan seperti tahu dan tempe.

c. Hidangan sayur mayur

Berupa masakan yang berkuah karena berfungsi sebagai pembasah nasi agar mudah ditelan. Hidangan makanan ini bisa terdiri dari golongan jenis makanan sayur berkuah dan tidak berkuah.

d. Hidangan buah-buahan

Buah biasanya disajikan dalam bentuk segar maupun sudah diolah seperti setup dan sari buah. Hidangan ini berfungsi seperti penghilang rasa kurang sedap sehabis makan, sehingga biasa disebut hidangan pencuci mulut.

e. Hidangan snack

Snack biasanya disajikan berbagai variasi bentuk dan rasa, ada yang manis, asin dan gurih. Hidangan snack ini sebagai makanan selingan antara makan pagi dan makan siang dan makan malam. Masakan harus bervariasi, suatu jenis masakan yang dihidangkan berkali-kali dalam jangka waktu yang singkat akan membuat konsumen tidak berselera/bosan.

Untuk menambah selera makan, maka masakan perlu dihidangkan dengan rapi dan diberi garnish didalam piring yang sesuai dan bersih. Variasi dalam cara menghidangkan, misal menghidangkan makanan dapat dialas daun pisang, anyaman bumbu dan serbet berwarna. Syarat suatu garnish makanan adalah sederhana, dapat dimakan, dan menarik.

Penyusunan variasi menu bertujuan untuk menghasilkan masakan yang memiliki citarasa tinggi sehingga dapat memuaskan konsumen. Cita rasa

makanan mencakup dua aspek utama, yaitu penampilan makanan sewaktu dihidangkan dan rasa makanan waktu dimakan (Chairinniza, 2008).

Dalam penyajian makanan perlu memperhatikan aspek-aspek penampilan dalam satu menu yang disajikan. Aspek penyajian terdiri dari warna, tekstur, rasa dan metode pengolahan (Livianti, 2008).

## 2. Variasi bahan makanan

Dalam satu menu jangan terdiri atas satu macam bahan makanan, misal: soto ayam, sate ayam dan ayam goreng.

## 3. Variasi Pengolahan makanan

Pengertian pengolahan makanan pada dasarnya sama, yaitu membuat bahan makanan yang mentah menjadi matang melalui proses pemanasan. Secara definitif pengolahan makanan dapat diartikan sebagai sebuah proses pemanasan pada makanan hingga menjadi lebih enak, mudah dikunyah, dan mengubah bentuk penampilan dari bahan makanan itu, serta mematikan bakteri yang merugikan kesehatan.

Pengolahan makanan merupakan salah satu proses penerapan panas dari bahan mentah menjadi matang dengan cara yang sesuai untuk setiap bahan dasar dengan tujuan tertentu. Oleh karena itu, proses memasak hanya berlangsung selama panas mengenai bahan makanan. Untuk mengolah sebuah makanan sesuai dengan tujuannya, dikenal beberapa teknik mengolah makanan (Minantyo, 2011).

## 2.2.6 Teknik Pengolahan Makanan

Teknik dasar pengolahan makanan adalah mengolah bahan makanan dengan berbagai macam teknik atau cara. Adapun teknik dasar pengolahan makanan dibedakan menjadi 2 yaitu, teknik pengolahan makanan panas basah (*Moist heat*) dan teknik pengolahan panas kering (*Dry heat cooking*) (Soenardi, 2013).

### A. Teknik Pengolahan Makanan Panas Basah (*Moist Heat*)

Teknik pengolahan makanan panas basah adalah mengolah makanan dengan bantuan cairan. Cairan tersebut dapat berupa kaldu (*stock*), air, susu, santan dan bahan lainnya, temperatur cairan menentukan metode yang digunakan. Teknik pengolahan makanan panas basah ini memiliki berbagai cara di antaranya :

#### 1) Teknik *Boiling* (Merebus)

*Boiling* adalah mengolah bahan makanan dengan cara pencelupan seluruh bahan dalam air atau kaldu mendidih dengan suhu 100°C. Untuk melakukan teknik *boiling* ada syarat tertentu yang harus dipenuhi, yaitu sebagai berikut :

- a. Sayuran akar harus dicuci dengan air dingin untuk mengeluarkan aroma tajam dan beberapa zat kimia yang dikandung.
- b. Sayuran hijau harus dimasak dengan air mendidih yang sudah diberi garam dan usahakan air cepat mendidih kembali. Panci dapat ditutup sampai sayuran mendidih, kemudian dibuka untuk mencegah perubahan warna.

- c. Air yang hilang karena penguapan harus segera diganti, agar makanan tetap tercelup air
- d. Buih yang ada diatas permukaan harus dibuang untuk mencegah bersatunya kembali dalam cairan supaya tidak memengaruhi mutu makanan. *Perboiling* berarti merebus setengah matang. Selanjutnya dimasak dengan metode lain misal memanggang atau memasak dengan air sedikit dan tertutup.

Teknik *boiling* dapat dilakukan pada beberapa bahan makanan seperti, daging segar, daging awet, telur, pasta, sayuran, dan tulang. Perlu diingat sifat-sifat zat makanan yang terdapat di dalam bahan makanan agar vitamin tidak banyak terbangun (Soenardi, 2013).

## 2) Teknik *Poaching* (Merebus dalam air di bawah titik didih)

Selain teknik *boiling*, dikenal juga teknik *poaching* dalam pengolahan makanan. *Poaching* adalah merebus bahan makanan dibawah titik didih dalam menggunakan cairan yang terbatas jumlahnya. Temperatur yang digunakan sekitar 71-82°C. Untuk melakukan *poaching*, perlu memperhatikan syarat berikut ini :

- a. Makanan yang akan direbus dapat disusun dalam baki cekung/dangkal, biasanya hanya satu lapis.
- b. Air, kaldu, sirop atau susu dapat digunakan sebagai cairan untuk merebus
- c. Cairan perebus dapat dibuat saos.
- d. Cairan perebus dingin perlu ditambahkan air untuk dapat menutup makanan.



Teknik dasar pengolahan poaching, dapat dilakukan untuk mengolah berbagai jenis makanan seperti daging, unggas, otak atau pankreas binatang, ikan, buah-buahan, dan sayur (Minantyo, 2011).

### 3) Teknik *Stewing* (Menggulai/Menyetup)

*Stewing* (menggulai) adalah mengolah bahan makanan yang terlebih dahulu ditumis bumbunya, dan direbus dengan cairan yang berbumbu dengan api sedang. Pada proses *stewing* ini, cairan yang dipakai yaitu susu, santan, dan kaldu. Cairan dapat dikentalkan sebelum atau selama proses *stewing* berlangsung. Dalam pemberian garam, sebaiknya dimasukkan pada akhir *stewing*, karena dalam daging dan sayur sudah terkandung garam. Untuk mengolah makanan dengan teknik ini, perlu memperhatikan beberapa hal, diantaranya sebagai berikut:

- a. Daging harus diblansir terlebih dahulu dalam air mendidih, agar kotorannya hilang
- b. Potongan bahan disesuaikan dengan jenis yang akan diolah.
- c. Saus untuk *stewing* dikentalkan dengan memakai tepung maizena.
- d. Pengolahan daging dengan teknik ini harus sering diaduk, sedangkan pada ikan mengaduknya hati-hati karena ikan mudah hancur (Soenardi, 2013).

### 4) *Steaming* (Mengukus)

*Steaming* adalah memasak bahan makanan dengan uap air mendidih. Bahan makanan diletakkan pada *steamer* atau pengukus, kemudian uap air panas akan mengalir ke sekeliling bahan makanan yang sedang dikukus. Untuk melakukan teknik ini perlu memperhatikan beberapa syarat berikut:

- a. Alat pengukus harus dipanaskan terlebih dahulu diatas air hingga mendidih dan mengeluarkan uap.
- b. Kapasitas alat pengukus harus disesuaikan dengan jumlah bahan yang dikukus.
- c. Makanan harus dibungkus apabila tidak membutuhkan sentuhan uap air langsung.
- d. Air untuk mengukus harus mencukupi. Jika air kukusan habis, makanan yang dikukus akan beraroma hangus.
- e. Untuk hasil yang baik, waktu pengukusan harus tepat.

5) *Au Bain Marie* (Mengetim)

Mengetim adalah memasak bahan makanan dengan menggunakan 2 buah panci yang berbeda ukuran dimana salah satu panci lebih kecil. Cara ini memang memerlukan waktu yang lama, seperti nasi tim.

6) Menumis (*Saute*)

Menumis (*Saute*) adalah memasak bahan makanan dengan potongan-potongan kecil dari daging sapi, unggas, atau sayuran dalam minyak atau mentega bening dalam wajan datar.

7) *Simmering* (Merebus dengan api kecil)

Teknik *simmering* ini adalah teknik memasak bahan makanan dengan sauce atau bahan cair lainnya yang dididihkan dahulu baru api dkecilkan di bawah titik didih dan direbus lama, dimana dipermukaannya muncul gelembung-gelembung kecil. Temperatur panas sekitar 185-205°F atau 85 - 96°C.

## B. Teknik Pengolahan Panas Kering (*Dry Heat Cooking*)

Teknik pengolahan panas kering (*dry heat cooking*) adalah mengolah makanan tanpa bantuan cairan. Misal : *deep frying, shallow frying, roasting, baking, dan grilling.*

## C. Teknik pengolahan dengan minyak

### 1) *Shallow Frying* (Menggoreng minyak goreng sedikit)

*Shallow frying* adalah proses menggoreng yang dilakukan dengan cepat dalam minyak goreng yang sedikit. Untuk melakukan teknik ini, perlu memperhatikan beberapa syarat, yaitu sebagai berikut:

- a. Dalam menggoreng, menggunakan minyak goreng berbentuk cairan: minyak kelapa, minyak salad, minyak jagung, atau minyak zaitun.
- b. Selama proses menggoreng, menggunakan minyak yang sedikit.
- c. Saat menggoreng, pastikan minyak telah panas sesuai suhu yang diinginkan.
- d. Proses menggoreng dilakukan dengan cepat (Soenardi, 2013).

*Shallow frying* dibedakan mejadi dua, yaitu:

#### 1. *Sauting* (Menuhis)

*Sauting* adalah pengolahan secara cepat dalam sedikit lemak. Seperti *sauter* menunjukan suatu kegiatan menggoyang-goyangkan bahan makanan dalam *saute pan (toss)*. Akan tetapi, untuk makanan dalam jumlah besar, seperti potongan-potongan daging atau ayam, di saute tanpa di goyang-goyangkan dalam saute pan.

## 2. *Pan Frying*

*Pan Frying* adalah memasak dengan minyak dalam jumlah sedang dan menggunakan *pan fry* di atas api sedang.

### 2) *Frying* (Menggoreng)

Memasak bahan makanan dalam minyak yang panas supaya bahan makanan menjadi masak, kering dan berwarna kecoklatan. Menggoreng dibedakan menjadi dua, yaitu:

#### 1. *Deep frying* (Menggoreng, minyak goreng jumlah banyak)

*Deep frying* adalah mengolah makanan dengan menggoreng menggunakan minyak dalam jumlah banyak. Pada teknik ini yang digoreng betul-betul tenggelam dalam minyak dan memperoleh hasil yang krispi atau kering (Minantyo, 2011).

#### 2. *Stir Frying* (Mencah)

Memasak bahan makanan dengan sedikit minyak yang dipanaskan diatas api yang besar. Cara memasak ini adalah khas dari dapur cina. Contoh : cah kaylan, cah kangkung.

## D. Teknik pengolahan tanpa minyak

### 1) *Roasting* (Memanggang)

*Roasting* adalah teknik mengolah bahan makanan dengan cara memanggang bahan makanan dalam bentuk besar didalam oven. Sumber panasnya berasal dari kayu bakar, arang, gas, listrik, atau *microwave oven*. Waktu meroasting sumber panas berasal dari seluruh arah oven. Selama proses meroasting berjalan, harus disiram lemak berulang kali untuk

memelihara kelembutan daging dan unggas tersebut. Untuk melakukan teknik ini, perlu memperhatikan beberapa syarat, yaitu sebagai berikut :

- a. Pada saat pengolahan harus dibolak-balik agar matangnya merata.
- b. Daging jenis lain jangan sering dibolak-balik untuk mencegah pengerutan.
- c. Jika pada saat meroasting makanan menjadi kering, perlu dibasahi permukaannya dengan lemak atau cairan lemak yang keluar dari makanan tersebut.
- d. Daging ditusuk dengan alat pengukur tingkat kematangan daging untuk mengetahui tingkat kematangan daging.
- e. Daging utuh tidak berlemak, perlu dilarding (Soenardi, 2013).

## 2) *Baking* (Membakar)

*Baking* adalah pengolahan bahan makanan di dalam oven dengan panas dari segala arah. Dalam teknik *baking* ini ada yang menggunakan loyang yang berisi air di dalam oven, bahan makanan diletakkan dalam loyang. Contoh: puding karamel, *hot pudding franfrurt*, untuk melakukan teknik ini perlu memperhatikan beberapa syarat yaitu sebagai berikut :

- a. Sebelum bahan dimasukkan, oven dipanaskan sesuai suhu yang dibutuhkan.
- b. Makanan didalam oven harus diletakkan dengan posisi yang tepat.
- c. Selama proses *baking*, suhu harus terus diperiksa.
- d. Kualitas makanan akan bergantung pada penanganan selama proses *baking*.

- e. Sebelum diangkat dari oven, periksa kembali makanan.
- f. Penerapan teknik dasar baking dapat dilakukan pada berbagai bahan makanan, diantaranya kentang, roti, sponge, cake, biskuit, ikan, sayuran (Soenardi, 2013).

### 3) *Grilling* (Memanggang)

*Grilling* adalah teknik mengolah makanan diatas lempengan besi panas (*gridle*) atau diatas pan dadar (teflon) yang diletakkan diatas perapian. Suhu yang dibutuhkan untuk grill sekitar 292°C. Grill juga dapat dilakukan diatas bara langsung dengan jeruji panggangan atau alat bantu lainnya. Dalam teknik ini, perlu diberikan sedikit minyak baik pada makanan yang akan diolah maupun pada alat yang digunakan. Untuk melakukan teknik ini perlu memperhatikan beberapa syarat, yaitu sebagai berikut :

- a. Memilih bagian daging yang berkualitas dan empuk. Daging direndam dengan bumbu (*dimarinade*) sebelum digrill.
- b. Kemudian mengolesi permukaan *gridle* dan bahan makanan dengan minyak goreng untuk menghindari lengket.
- c. Pergunakan jepitan untuk membalik makanan.
- d. Penerapan teknik dasar *grilling* dapat dilakukan pada berbagai bahan makanan diantaranya daging, daging cincang, ikan, dan ayam.

#### 4) *Broilling*

*Broilling* adalah memasak bahan makanan langsung diatas api atau bara sampai kecoklatan dan mendapat lapisan yang kering. Ini dapat dilakukan pada pengolahan pastry, daging lunak, ayam, dan ikan.

#### 5) *Griddling*

*Griddling* ialah memanggang diatas sebuah *griddle* yaitu lempengan besi rata yang diletakkan diatas perapian. Pada waktu pengolahan dapat menggunakan sedikit lemak atau tanpa lemak. Tujuannya agar bahan makanan tidak lengket selain daging, bahan makanan lain seperti telur dapat di kerjakan dengan gridle. Daging yang diolah dengan alat ini tidak memiliki aroma seperti halnya untuk grill yang menggunakan sumber panas arang. Aroma dimunculkan dengan adanya asap yang keluar dari lemak yang terbakar (Minantyo, 2011).

### **2.3 Porsi Makanan**

Porsi adalah banyaknya makanan yang disajikan dengan ketentuan ukuran makan yang akan diolah. Penentuan porsi bertujuan untuk menentukan dan menghitung kebutuhan bahan makanan yang akan digunakan. Porsi makan akan mempengaruhi daya tarik dari anak sekolah tersebut karena tiap-tiap anak memiliki besar porsi makanan yang berbeda dalam setiap kali makan (Dewi, 2007). Jumlah atau porsi merupakan suatu ukuran maupun takaran makanan yang dikonsumsi pada tiap kali makan. Jumlah porsi standar bagi anak sekolah antara lain (Moehyi, 1992) :

## 1. Makanan pokok

Makanan pokok adalah makanan yang dianggap memegang peranan penting dalam susunan hidangan. Pada umumnya makanan pokok berfungsi sebagai sumber energi (kalori) dalam tubuh dan memberi rasa kenyang (Sediotama, 2004). Makanan pokok yang biasa dikonsumsi yaitu nasi 100 gram, roti tawar 50 gram, mie instant untuk ukuran besar 100 gram dan ukuran kecil 60 gram.

## 2. Lauk pauk

Lauk pauk berfungsi sebagai sajian makanan pokok yang memberikan rasa enak pada menu makanan sehari-hari. Lauk-pauk terdiri dari dua golongan menurut jenisnya, yaitu lauk pauk hewani dan nabati. Kedua jenis lauk-pauk tersebut mempunyai protein nabati dan hewani, fungsinya membangun sel-sel yang telah rusak dan membentuk zat pengatur seperti enzim dan hormon.

### a. Lauk pauk hewani

Lauk pauk hewani mencakup semua bahan makanan yang berasal dari hewan piaraan, ternak, unggas, ikan, susu dan telur. daging 50 gram, telur 50 gram, ikan 50 gram.

### b. Lauk pauk nabati

Lauk nabati merupakan bahan makanan yang bersumber dari protein nabati. Bahan makanan ini terdiri atas golongan kacang-kacangan dan hasil olahannya seperti tempe 50 gram (dua potong), tahu 100 gram (dua potong).



### 3. Sayur

Sayur adalah jenis masakan yang menggunakan sayuran berwarna contoh: kacang-kacangan, kangkung, bayam, sawi, wortel, dan sebagainya.

Sayur merupakan bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan, jumlah atau porsi sayuran dari berbagai jenis masakan sayuran antara lain :

Sayur 100 gram.

### 4. Buah

Buah merupakan suatu hidangan yang disajikan setelah makanan utama sebagai pencuci mulut. Buah berfungsi sebagai sumber vitamin dan mineral tetapi pada buah tertentu menghasilkan banyak energi. Jumlah atau porsi buah, ukuran buah utuh 100 gram, ukuran potongan 75 gram.

#### **2.3.1 Standar Porsi**

Standar porsi adalah berat berbagai macam bahan makanan dalam suatu menu yang dicantumkan dalam berat bersih. Porsi baku dapat ditentukan melalui kecukupan makanan yang diperlukan dan persentase berat bersih bahan makanan yang dianjurkan dalam tiap kali waktu makan serta porsi untuk tiap waktu makan (Moehyi, 1992).

#### **2.4 Katering**

Katering adalah jenis penyelenggaraan makanan yang tempat memasak makanan berbeda dengan tempat menghidangkan makanan (Moehyi, 1992).

Bentuk penyelenggaraan makanan seperti ini bersifat komersial. Makanan jadi diangkat ke tempat lain untuk dihidangkan, misalnya ke tempat

penyelenggaraan pesta, jamuan makan, rapat, pertemuan, kantin, atau kefataria pada pusat industri (Prabowo, 2013).

#### **2.4.1 Klasifikasi Katering**

Menurut Warsitaningsih (2009) katering dibagi kedalam tiga kelompok yaitu:

- a. Pesta untuk kelompok profesi tertentu dengan misi kegiatan seperti seminar.
- b. Pesta untuk kegiatan sosial, untuk kegiatan sekolah dasar.
- c. Pesta yang diselenggarakan khusus untuk jamuan kenegaraan, misal: pertemuan antar gubernur.

#### **2.4.2 Prosedur Pelayanan Catering**

Bidang pelayanan jasa dalam katering dapat di bagi menjadi dua (2) system, yaitu:

- a. System paket

System paket adalah suatu susunan hidangan lengkap mulai dari makanan pokok sampai makanan penutup atau kudapan, dijual dengan harga tertentu, tidak dipisahkan perhidangan (Juwaedah, 2011).

- b. System parsial

System parsial adalah pesanan menu untuk *buffet* atau prasmanan saja atau beberapa jenis hidangan atau stang dan sebagainya (Juwaedah, 2011)

### **2.5 Anak Sekolah**

Anak dikelompokan menurut umur yaitu 1-3 tahun (*Toddler*), 4-6 tahun (Prasekolah), 6-12 tahun (Sekolah) dan 13-19 tahun (Remaja). Secara umum

jadwal pemberian makan anak adalah 3 kali makanan utama (Pagi, siang dan Malam) dan 2 kali makanan selingan (Diantara dua kali makan utama). Pola hidangan sehari mengikuti pola makanan seimbang yang terdiri dari (Nasar dkk, 2015) :

- a. Sumber zat tenaga: nasi, roti , mi ,bihun, jagung, ubi, singkong, tepung-tepungan, gula dan minyak.
- b. Sumber zat pembangun: ikan, telur, ayam, daging, susu, kacang-kacangan, tahu, dan tempe.
- c. Sumber zat pengatur: sayur, buah terutama berwarna hijau dan kuning.
- d. Air, mempunyai fungsi penting dalam tubuh, antara lain sebagai pelarut, katalisator berbagai reaksi tubuh dan lain-lain (Nasar dkk, 2015).

### **2.5.1 Makanan Anak Sekolah**

Moehji (1980), menyebutkan bahwa kebiasaan makan anak usia sekolah mulai berubah. Hal ini dikarenakan anak mulai berinteraksi dengan orang-orang di luar keluarganya dan lingkungan baru dalam hidupnya. Menurut Hidayat (2007), anak sekolah kadang malas untuk makan dan lebih senang makan bersama dengan teman sekolahnya. Frekuensi makan yang sesuai untuk anak usia sekolah adalah lima kali waktu makan, yaitu tiga kali makan utama dan dua kali makan selingan.

Pemberian makanan pada anak sekolah adalah memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi untuk pertumbuhan anak yang normal serta untuk belajar dan bermain. Zat gizi yang diperlukan pada pertumbuhan anak sekolah yaitu zat besi, kalsium dan zink. Anjuran aneka ragam makanan seperti dalam piramida

gizi seimbang serta anjuran jumlah penukar dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi anak sekolah (Nasar dkk, 2015).

Ada beberapa cara pengajian makanan, baik dalam penyelenggaraan makanan institusi maupun dalam penyelenggaraan makanan komersial, yaitu:

1. Penyajian makanan diatas meja makan
2. Pengajian makanan dengan cara prasmanan
3. Penyajian makanan dengan cafetaria
4. Penyajian makanan melalui kemasan

Jenis-jenis pengorganisasian makanan dibagi menjadi 3, yaitu:

1. *Self servis*, yaitu dimana konsumen melayani diri sendiri. *Self service* dibagi menjadi beberapa jenis, yaitu:
  - a. *Drive Thru*, konsumen biasanya memesan makanan dari mobil untuk dibawa pulang
  - b. *Machine Vanded*, konsumen membeli makanan melalui mesin.
  - c. *Cafetaria*, konsumen memilih makanannya sendiri namun porsi sudah ditentukan oeh penjual.
  - d. *Buffet*, konsumen mengambil sendiri makanannya sesuai dengan porsi yang diinginkan konsumen itu sendiri.
2. *Tray Service*, yaitu konsumen mendapatkan makanan yang sudah diporsikan oleh penjual dan jenis makananya sudah ditentukan oleh penjual.
3. *Waiter Service*, yaitu konsumen dilayani oleh pelayan. *Waiter service* dibagi menjadi beberapa jenis diantaranya:

- a. *counter*, dimana makanan diambilkan oleh pelayan.
- b. *Table service*, konsumen memilih makanan dan kemudian dilayani oleh pelayan.
- c. *Drive inservice*, konsumen mengkonsumsi makannya di dalam kendaraan.

### **2.5.2 Variasi Menu dan Porsi Makanan Anak Sekolah**

Anak usia sekolah membutuhkan makanan yang kurang lebih sama dengan yang dianjurkan untuk anak prasekolah, hanya saja porsi yang diberikan lebih besar karena kebutuhannya yang lebih banyak, mengingat bertambahnya berat badan dan aktivitasnya. Kebutuhan zat gizi yang disesuaikan dengan banyak aktivitas yang dilakukan oleh anak usia sekolah sangat mempengaruhi, untuk itu ada beberapa fungsi dan sumber zat gizi yang perlu diketahui (Adriani, 2012).

Mengingat anak sekolah usia antara 7-12 tahun merupakan masa pertumbuhan, disisi lain anak belum punya cukup pengetahuan untuk memilih makanan sehat bagi dirinya. Maka Menu yang disiapkan untuk anak sekolah harus disesuaikan dengan kebutuhan, kesukaan dan kebiasaan mereka serta bervariasi sesuai dengan selera makan. Hal yang perlu diperhatikan dalam menu makanan anak sekolah yaitu harus selalu ada lima sumber zat gizi, yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Menu anak sekolah harus memenuhi kecukupan kalori sebanyak 1.550 - 2.400 kkal per hari (Devi, 2012).

Makanan yang disajikan dalam penyelenggaraan makan siang disekolah harus dapat menyumbangkan energi sekitar sepertiga dari total kebutuhan

energi anak. Pakar gizi Drajat Martianto (2006) menjelaskan, rekomendasi kontribusi energi dan zat gizi sarapan sebanyak 25%, makan siang 30%, makan malam 25%, dan selingan pagi serta sore 10%. Jumlah ini tentu bukan merupakan nilai mutlak, tetapi tergantung pula pada faktor umur, tinggi dan berat badan maupun aktivitas yang dilakukan sehari-hari. Maka dari makan siang hanya menyumbangkan 30% kebutuhan energi bagi anak sekolah usia 7-9 tahun sebesar 814 kkal, usia 10-12 tahun (perempuan) sebesar 600 kkal dan laki-laki sebesar 630 kkal (Rohayati dkk, 2014). Adapun angka kecukupan energi dan protein yang dianjurkan bagi anak umur 7-12 tahun sebagai berikut :

**Tabel 1 : Angka kecukupan gizi ( AKG) anak sekolah dasar**

Usia anak sekolah dasar	Asupan			
	Energi (kkal)	KH (g)	Protein (g)	Lemak (g)
7-9 tahun	1850	254	49	72
Perempuan (10-12 thn)	2000	275	60	67
Laki-laki (10-12 thn)	2100	289	56	70

Sumber : AKG 2013

Berdasarkan angka kecukupan gizi (AKG), anak sekolah usia 7-9 tahun membutuhkan kalori seharusnya sekitar 1850 kkal, kontribusi menu makan siang yang disumbangkan sebesar 30% maka hasil estimasi yaitu, energi 555 kkal, protein 14.7 gram, lemak 21.6 gram dan karbohidrat 76.2 gram.

Usia perempuan 10-12 tahun membutuhkan asupan sehari 2000 kalori, jadi kebutuhan 1/3 dalam sehari dari makan siang berdasarkan energi 630 kalori, protein 16.8 gram , lemak 21 gram dan karbohidrat 86.7 gram. Usia laki-

laki 10-12 tahun membutuhkan asupan sehari 2100 kalori, jadi kebutuhan 1/3 dalam sehari makan siang berdasarkan energi 600 kalori, protein 18 gram, lemak 20.1 gram dan karbohidrat 82.5 gram (AKG, 2013)

### **2.5.3 Menu Makanan Anak Usia Sekolah**

Makanan sehari anak usia 6-12 tahun sebaiknya terdiri atas tiga kali makanan lengkap dan dua kali snack di antara waktu makan. Susunan hidangan terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah dan susu dengan memperhatikan Pedoman Umum Gizi seimbang (PUGS). Makan pagi dibuat yang mudah dan praktis, misal: roti isi, nasi goreng dengan telur dadar yang dibuat dari sisa nasi makan malam. Susunan hidangan makan siang dan makan malam dapat dibuat sama, bila mungkin dibuat berbeda agar anak tidak bosan. Menu yang disiapkan untuk anak sekolah, yaitu makanan tampak segar, tampilan makanan menarik, rasa makanan dapat dinikmati, tidak repot untuk dimakan dan dapat dikonsumsi dengan cepat. Contoh menu makan siang anak usia sekolah terdiri dari: nasi, rolade ayam, tempe goreng tepung, sup wortel+brokoli dan pepaya (Arisman, 2004).

Anak usia sekolah lebih mudah menerima makanan yang sederhana, tidak dicampur, renyah, dan dihidangkan pada suhu kamar, tidak terlalu dingin atau terlalu panas. Cara pengolahan makanan merupakan faktor penting untuk diperhatikan. Anak usia sekolah sulit untuk makan makanan kering. Oleh karena itu dalam merencanakan menu makanan kering harus diimbangi dengan satu atau dua makanan yang berkuah. Pada umumnya anak-anak menyukai makanan jajanan seperti mi bakso, siomay, goreng-gorengan, kue-

kue, tetapi ada juga yang suka makanan sedikit asam, dengan aroma sedang, dan berwarna-warni, misal: merah, jingga, hijau dan kuning (Arisman, 2004).

#### **2.5.4 Manfaat Variasi Menu Anak Usia Sekolah**

Kelompok anak usia sekolah mempunyai laju pertumbuhan fisik yang lambat tetapi konsisten. Mereka secara terus-menerus memperoleh pendewasaan dalam keterampilan motorik serta menunjukkan peningkatan yang berarti dalam keterampilan kognitif, sosial, dan emosional. Pada dasarnya peningkatan tersebut dapat diperoleh dari pilihan makanan dipengaruhi oleh teman sebaya serta variasi makanan. Manajemen catering sekolah harus menyadari kebutuhan anak sekolah akan makanan yang sehat sesuai kebutuhan gizi dan usia masing-masing. Manfaat variasi menu bagi anak usia sekolah, yaitu makanan yang bervariasi dapat meningkatkan asupan makanan anak, sehingga orang tua tidak khawatir akan asupan yang dikonsumsi anak mereka serta dapat memenuhi kebutuhan kalori secara normal.



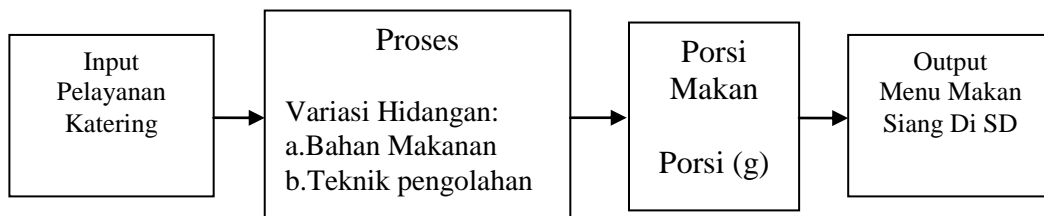
## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan desain *cross sectional* bertujuan untuk mendapatkan gambaran variasi menu dan kesesuaian standar porsi makanan pada hidangan makan siang di sekolah dasar IT IQRA'2 dengan pelayanan katering.

#### 3.2 Alur Penelitian



#### 3.3 Definisi Istilah

##### 1. Katering

Penyelenggaraan makanan yang tempat memasak dan menghidangkannya berbeda, seperti penyelenggaraan pesta, jamuan makan, kantin atau kafetaria. Penyelenggaraan katering pada sekolah bertujuan untuk memperbaiki status gizi anak sekolah yang tidak sempat membawa bekal.

##### 2. Variasi Hidangan

Variasi adalah susunan golongan bahan makanan yang terdapat dalam satu hidangan berbeda pada tiap kali penyajian. Variasi hidangan terdiri dari:

a. Bahan makanan yaitu berbagai macam bahan pangan yang dapat dijadikan makanan. Bervariasi apabila tidak terjadi penggunaan hidangan yang sama dalam satu siklus menu tiap kali penyajian, dengan bahan makanan hari ke 1 dijadikan pembanding untuk 4 hari selanjutnya.

b. Teknik pengolahan bahan makanan

Mengolah bahan makanan dengan berbagai macam teknik atau cara. Beberapa pengolahan makanan yaitu, Mengukus (Steaming), Menyemur (braising), Menggulai (stewing), Menumis (sauté), Memasak dengan minyak sedang (Pan frying), Memasak dalam minyak banyak (Deep Frying), Memanggang. Bervariasi apabila tidak terjadi metode pemasakan yang sama dalam satu kali makan.

### 3. Kesesuaian Standart Porsi Makanan

Suatu ukuran maupun takaran makanan yang dikonsumsi pada tiap kali makan yang telah ditentukan beratnya dengan ukuran gram (gr) berdasarkan teori yang ada. Maka jika porsi sesuai diberikan kode 0 dan tidak sesuai 1 dengan keterangan pada setiap hidangan menu makan siang.

### 4. Menu makan siang anak usia sekolah

Makanan anak sekolah sebaliknya terdiri dari tiga kali makanan lengkap dan dua kali snack/kudapan diantara waktu makan. Susunan hidangan terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah dan susu dengan memperhatikan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS). Makan siang anak

usia sekolah biasanya memiliki tampilan menarik, tidak repot, rasa dapat dinikmati, renyah, beraroma sedang serta tidak terlalu dingin atau panas.

### **3.4 Lokasi Dan Waktu Penelitian**

Lokasi dan waktu penelitian merupakan rencana tentang tempat dan jadwal yang akan dilakukan oleh peneliti dalam pelaksanaan kegiatan penelitian (Hidayat, 2010).

#### **1. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di sekolah dasar islam terpadu yang menggunakan pelayanan katering yaitu SD IT IQRA'2.

#### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2016.

### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Data Primer**

Data primer pada penelitian ini adalah hasil penimbangan porsi makanan pada menu makan siang yang disajikan pihak katering SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu.

#### **2. Data sekunder**

Data sekunder berupa daftar menu dan daftar anak yang mengikuti katering diperoleh dari manajer katering SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu.

### **3.6 Pengolahan Data**

Data variasi menu dan kesesuaian standart porsi menu makanan anak sekolah diolah dengan hasil observasi, wawancara, dokumentasi dan aplikasi komputer.

### **3.7 Analisis Data**

Analisis data penelitian adalah analisis univariat yang bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik setiap variabel yang diteliti (Notoatmodjo, 2010). Data tersebut disajikan dalam bentuk penggambaran menurut jenis data, dokumentasi serta dibahas menurut teori yang berkaitan dengan masalah yang ada.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Jalannya Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tentang variasi menu dan kesesuaian standar porsi makanan pada hidangan makan siang dengan pelayanan katering di SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu. Penelitian ini dibagi kedalam dua tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan.

Tahap awal persiapan penelitian yang dilakukan yaitu, mengurus surat izin penelitian dari Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang ditujukan kepada Kepala Pelayanan Perizinan Terpadu (KP2T) selanjutnya surat dari KP2T ditujukan ke Badan Pelayanan Perizinan Terpadu dan Penanaman Modal (BPPTPM) kemudian tembusan surat terakhir diberikan kepada kepala Yayasan AL-FIDA kota Bengkulu dirujuk untuk dapat melakukan koordinasi kepada pihak yang terkait dalam penelitian yaitu, kepala sekolah SD IT IQRA'2, wakil kelas 3, 4 dan 5, pengurus Halalan Thoyyiban Katering serta menyiapkan perlengkapan alat penelitian seperti, alat-alat tulis yang diperlukan dalam penelitian.

Pelaksanaan penelitian dilakukan selama 5 hari pada tanggal 4-8 April 2016. Pengambilan data terdiri atas data sekunder yaitu data diperoleh melalui pihak katering berupa siklus menu dan data siswa yang menggunakan katering. Data primer berupa data variasi hidangan bahan makanan, variasi hidangan teknik pengolahan serta porsi makanan yang dikumpulkan secara langsung dengan menggunakan formulir, pengamatan dan penimbangan secara langsung

pada makanan pokok, lauk hewani, sayur dan buah dikelas 3, 4 dan 5 SD IT IQRA'2 untuk mengetahui porsi yang didapat kemudian data diberi kode lalu diolah melalui aplikasi komputer.

## **4.2 Hasil Penelitian**

### **4.2.1 Gambaran Pelayanan Katering di SD IT IQRA'2**

Katering Halalan Thoyyiban berada dibawah naungan Yayasan AL-Fida yang merupakan instalasi penyelenggaraan makanan yang bersifat semi komersial dalam bentuk jasa katering, didirikan dengan tujuan untuk mensejahterakan staf ,karyawan dan anak sekolah diyayasan AL-Fida.

Pelayanan katering ditujukan kepada staf AL-fida, sekolah, acara jamuan dan pesta. Jumlah yang dilayani pada saat makan siang berjumlah 1000 orang anak sekolah. Siswa SD IT IQRA'2 dilayani sebanyak 184 orang untuk makan siang dan snack sebanyak 877 orang dalam sehari. Perencanaan menu katering dibuat sendiri oleh manajer katering dengan menggunakan pedoman siklus menu 5 hari. Penyelenggaraan makanan diyayasan AL-Fida dilaksanakan oleh tenaga kerja katering sebanyak 30 orang yaitu, 1 orang supir, 1 orang kenek, 28 orang tenaga pemasak.

Dana makan siang diberikan kepada bendahara dan dikelola oleh pihak dapur atas persetujuan pimpinan ketua yayasan AL-Fida, dana penyelenggaraan makanan dalam satu porsi sebesar Rp11.000/orang. Pelayanan katering yang diberikan pada siswa SD IT IQRA'2 yakni pelayanan makanan *tray service* dihidangkan dengan alat berupa bok/wadah (kotak makan).

Makan siang anak sekolah terdiri dari 1 (satu) kali makanan utama yaitu hidangan makanan pokok, sayur, lauk hewani dan buah. Menu makan siang yang dihidangkan pihak catering memiliki tampilan menarik pada lauk hewani, rasa yang gurih pada hidangan lauk hewani dan sayur, aroma yang sedap pada hidangan sayur, serta suhu yang tidak terlalu dingin pada saat penghidangan. Menu makan siang yang disukai anak SD IT IQRA'2 yaitu, menu hidangan lauk hewani (ayam chicken) dan sayur (sayur sop).

#### **4.2.2 Gambaran Variasi Hidangan**

Variasi hidangan merupakan susunan golongan menu makan siang berupa hidangan makanan pokok, lauk hewani, sayur dan buah dengan perbandingan terhadap siklus menu yang ada di catering dengan cara mengamati menu yang dihidangkan setiap hari kemudian dilihat kesesuaian antara variasi bahan makanan, variasi teknik pengolahan dengan siklus menu 5 hari. Adapun siklus menu 5 hari makan siang yang dibuat oleh catering (Lampiran 1). Variasi hidangan yang diamati diantaranya :

##### **a. Variasi Bahan Makanan**

Bahan makanan pada menu makan siang yang dihidangkan catering selama siklus menu 5 hari yaitu, hidangan makanan pokok berupa nasi putih, bahan makanan lauk hewani yaitu, daging ayam, telur, ikan, bahan makanan untuk sayur yakni, wortel, kol, buncis, kangkung, kembang kool, daun melinjo, kacang panjang, jagung, nangka, sawi, labu siam, bahan makanan untuk buah yakni, semangka, salak, pisang. Bahan makanan yang sering digunakan dalam siklus menu 5 hari yaitu, lauk hewani:

(daging ayam, ikan), sayur : (kacang panjang, wortel, kol), buah : (semangka, pisang).

#### **b. Variasi Teknik Pengolahan**

Macam pengolahan menu makan siang yang digunakan pada katering selama siklus menu 5 hari yaitu, *deef frying* (menggoreng dengan minyak banyak), *fan frying* (menggoreng dengan minyak sedang), menumis, menyemur, menggulai. Pengolahan yang sering digunakan dalam siklus menu 5 hari makan siang, pada pengolahan lauk hewani rata-rata dengan cara *deef frying* (menggoreng dengan minyak banyak) dan *fan frying* (menggoreng dengan minyak sedang) sedangkan pada pengolahan sayur rata-rata dengan cara *boiling* (merebus dengan air mendidih), *Stewing* (menggulai bumbu lalu ditambah santan/air) dan *saute* (menumis). Adapun penjelelasan yang dibuat dengan bentuk tabel, sebagai berikut :



**Tabel 4.2.1 Variasi Bahan Makanan dan Variasi Teknik Pengolahan Dalam Hidangan Menu Makan Siang Siklus Menu 5 Hari**

siklus	L.Hewani	VBM					VTP				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
		A	B	C	B	A	A3	A3	A3	A3	A3
1	A		1	1	1	0		0	0	0	0
2	B	1		1	0	1	0		0	0	0
3	C	1	1		1	1	0	0		0	0
4	B	1	0	1		1	0	0	0		0
5	A	0	1	1	1		0	0	0	0	
siklus	sayuran	VBM					VTP				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
		A1	B1	C1	D1	E1	C3	B3	C3	B3	B3
1	A1		1	1	1	1		1	0	1	1
2	B1	1		1	1	1	1		1	0	0
3	C1	1	1		1	1	0	1		1	1
4	D1	1	1	1		1	1	0	1		0
5	E1	1	1	1	1		1	0	1	0	
siklus	Buah	VBM					VTP				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
		A2	B2	C2	B2	A2	H3	G3	G3	G3	H3
1	A2		1	1	1	0		1	1	1	0
2	B2	1		1	0	1	1		1	0	1
3	C2	1	1		1	1	1	1		1	1
4	B2	1	0	1		1	1	0	1		1
5	A2	0	1	1	1		0	1	1	1	

**Keterangan :**

Lauk Hewani : A : ayam, B : ikan, C : telur, D : daging

Sayuran : A1 : jagung + nangka, B1 : wortel + sawi,  
C1 : wortel + Kol, D1 : wortel + kacang panjang,  
E1 : kangkung

Buah : A2 : semangka, B2 : pisang, C2 : salak

Teknik pengolahan : A3 : goreng, B3 : tumis, C3 : gulai, D3 : semur,  
E3 : panggang, F3 : kukus, G3 : utuh, H3 : potong

Kode : 1 : bervariasi, 0 : tidak bervariasi

Tabel 4.2.1 diketahui bahwa variasi bahan makanan menu makan siang pada lauk hewani, sayur dan buah yang dihidangkan bervariasi sedangkan variasi teknik pengolahan menu makan siang pada lauk hewani dan sayur yang dihidangkan tidak bervariasi selama siklus menu 5 hari (senin sampai dengan jum'at).

#### 4.2.3 Gambaran Kesesuaian Porsi Makanan

Porsi makanan berupa ukuran konsumsi makan siang anak SD IT IQRA'2, data didapat dengan cara *food weighing* (penimbangan) yaitu menimbang makanan yang akan dikonsumsi anak sekolah perporshi hidangan makan siang. Adapun hidangan yang akan ditimbang yaitu, makanan pokok, lauk hewani, sayur dan buah. Selain penimbangan Katering menetapkan standar porsi menu makan siang sebagai berikut:

**Tabel 4.2.2 Standar Porsi Makan Siang Katering SD IT IQRA'2 Kota Bengkulu**

Usia	Hidangan			
	Makanan Pokok	Lauk Hewani	Sayuran	Buah
7-9 tahun	100	70	50	50

Tabel 4.2.2 diketahui bahwa porsi makanan yang dibuat oleh pihak katering menggunakan standar porsi anak usia 7-9 tahun (kelas 1-3) sedangkan usia 10-12 tahun (kelas 4-6) tidak dibuat standarnya.

**Tabel 4.2.3 Kesesuaian Porsi Siklus Menu 5 Hari Makan siang Hidangan Makanan Pokok, Lauk Hewani, Sayur Dan Buah Dalam Siklus Menu**

No	Hidangan	SP	Siklus				
			1	2	3	4	5
1	M.Pokok	standar porsi	100	100	100	100	100
		realisasi	155	150	155	150	145
		keterangan	tidak sesuai ( $\geq$ )	tidak sesuai ( $\geq$ )	tidak sesuai ( $\geq$ )	tidak sesuai ( $\geq$ )	tidak sesuai ( $\geq$ )
2	L.Hewani	standar porsi	70	70	70	70	70
		realisasi	42	49	50	40	55
		keterangan	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )
3	Sayuran	standar porsi	50	50	50	50	50
		realisasi	40	36	43	36	30
		keterangan	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )
4	Buah	standar porsi	50	50	50	50	50
		realisasi	26	74	23	29	25
		keterangan	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\geq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )	tidak sesuai ( $\leq$ )

Tabel 4.2.3 diketahui bahwa seluruh porsi makanan, baik dari makanan pokok, lauk hewani, sayur dan buah tidak sesuai dengan standar porsi makan siang anak sekolah.

### 4.3 Pembahasan Penelitian

#### 4.3.1 Analisa Variasi Hidangan Makan Siang SD IT IQRA'2 Dengan Pelayanan Katering

Variasi hidangan berhubungan dengan kepuasan konsumen sehingga menu yang bervariasi dalam setiap hidangan tidak membuat konsumen merasa bosan (Purba dkk, 2013) sedangkan pendapat anak sekolah yang menggunakan katering menyatakan bahwa menu yang dihidangkan pihak

katering mudah diingat karena menu tersebut sama setiap minggunya. Hal ini dapat mengurangi asupan energi anak sekolah dalam mengonsumsi makan siang yang dihidangkan oleh katering setiap hari.

Variasi hidangan terdiri dari variasi bahan makanan dan variasi teknik pengolahan. Adapun variasi bahan makanan yaitu, dilakukan dengan cara pemantauan hari ke 1 dengan 4 hari selanjutnya, dan berlanjut untuk 4 hari kemudian. Jika hari ke 1 bahan makanannya ayam dibandingkan dengan hari kedua ikan, hari ke tiga telur, hari keempat ikan maka bahan makanannya bervariasi sedangkan hari kelima tidak bervariasi dikarenakan menggunakan bahan makanan yang sama dengan hari pertama yaitu ayam. Pengulang terjadi karena setiap harinya yayasan AL-Fida menyimpan bahan makanan sesuai dengan bahan makanan yang tersedia dipasar. Maka terkadang ada perubahan menu yang tidak sesuai dengan siklus menu. Bahan makanan yang banyak digunakan adalah daging ayam, ikan dan telur yang sekali-kali dipakai dalam tiap pekan.

Variasi teknik pengolahan yang digunakan katering yaitu lauk hewani berdasarkan proses pengolahan dilakukan dengan cara *deep frying* (menggoreng dengan minyak banyak). Teknik pengolahan pada sayur banyak menggunakan teknik menumis sedangkan pada pengolahan buah, buah diberikan utuh dengan kulit seperti pisang dan salak sedangkan semangka dipotong. Pihak katering sering menggunakan teknik pengolahan yaitu, *saute* (menumis), *stewing* (menggulai), *boiling* (merebus dengan air mendidih) dan *deep frying* (menggoreng dengan minyak banyak).

Variasi menu yang dihidangkan berdasarkan variasi bahan makanan yaitu, lauk hewani bervariasi pada hari ke 3 dan tidak bervariasi hari 1,2,4,5, sayur bervariasi setiap harinya, serta buah bervariasi pada hari ke 3 dan tidak bervariasi pada hari ke 1,2,4,5 sedangkan variasi teknik pengolahan, yaitu lauk hewani, sayuran dan buah tidak bervariasi setiap harinya.

Variasi bahan makanan dan Variasi teknik pengolahan, Bervariasi apabila tidak terjadi penggunaan bahan makanan dan pengolahan hidangan yang sama dalam satu siklus menu tiap kali penyajian

#### **4.3.2 Analisa Kesesuaian Porsi Makanan Pada Hidangan Makan Siang SD IT IQRA'2 Dengan Pelayanan Katering**

Kesesuaian porsi makanan pada hidangan makan siang SD IT IQRA'2 dengan pelayanan katering menunjukkan bahwa hidangan makanan pokok, lauk hewani, sayur dan buah tidak sesuai standar. Adapun pemberian hidangan yang dilaksanakan pihak katering yaitu porsi makanan pokok lebih dari standar sedangkan porsi lauk hewani, dan buah kurang dari standar sementara porsi sayuran kurang hampir mendekati standar porsi yang telah ditetapkan.

Hidangan lauk hewani merupakan sumber protein yang berfungsi sebagai pembangun serta pemelihara sel-sel jaringan tubuh dan tidak dapat digantikan oleh zat gizi lain. Apabila dalam masa pertumbuhan kekurangan makanan yang bersumber dari protein dapat mengakibatkan kwashiorkor pada anak-anak. Maka tumbuh kembang anak dapat terganggu akibat dari kurangnya kebutuhan porsi lauk hewani (Almatsier, 2010).

Porsi makanan yang dibutuhkan anak sekolah sama dengan anak prasekolah hanya porsinya yang diberikan lebih besar mengingat kebutuhannya yang lebih banyak (Adriani, 2012) sedangkan porsi makanan yang diberikan pihak catering pada tiap anak berbeda diantaranya ada anak yang mendapatkan porsi kurang dan berlebih, dikarenakan pembagian yang tidak merata, maka menu yang dihidangkan sedikit memenuhi kebutuhan gizi anak sekolah. Oleh karena itu kebutuhan energi yang didapat dari makan siang tidak konstan dari kebutuhan sehari. Maka dapat membuat konsentrasi belajar anak menurun, sehingga anak kurang fokus dalam menerima pengetahuan yang diberikan.

Tujuan dalam menentukan porsi serta menghitung kebutuhan seseorang yang diperlukan dalam sehari dilakukan agar tidak terjadi pengurangan dan kelebihan pada penghidangan makanan. Porsi makanan yang kurang dari standar porsi dapat mempengaruhi mutu pemberian bahan makanan kepada anak-anak sekolah karena makanan yang diberikan tidak sesuai sehingga mengalami kekurangan atau kelebihan berat yang disebabkan oleh cara penghidangan yang tidak sama (Dewi, 2007).

Penyelenggaraan makanan yang telah difasilitasi dapat memenuhi kebutuhan zat gizi anak dalam meningkatkan prestasi belajar (Kusumastuti, 2009) sedangkan proses penyelenggaraan catering yang dilaksanakan di SD IT IQRA'2 merupakan alternatif yang digunakan untuk menghindari masalah makanan pada anak sekolah, dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat membantu orang tua dalam menyumbangkan kebutuhan energi anak  $\frac{1}{3}$  dari

kebutuhan sehari. Maka sudah seharusnya porsi makan siang pada catering tersebut sesuai porsi agar kebutuhan zat gizi anak sekolah terpenuhi.

Anak usia 7-9 tahun (kelas 3) dan usia 10-12 tahun (laki-laki dan perempuan) (kelas 4 dan 5) membutuhkan asupan makanan yaitu,  $\frac{1}{3}$  dari kebutuhan makan sehari untuk makan siang dengan perbandingan yang telah ditetapkan berdasarkan AKG (Angka Kecukupan Gizi, 2013).

Asupan zat gizi anak sekolah selama 5 hari mengikuti catering makan siang rata-rata usia 7-12 tahun  $\leq 30\%$  kebutuhan makan siang sehingga asupan makanan yang dibutuhkan kurang mencukupi  $\frac{1}{3}$  dari kebutuhan energi sehari. Hal ini terjadi karena pengolahan makanan yang dilakukan dalam jumlah besar sehingga saat pembagian tidak disesuaikan dengan porsi yang telah ada. Maka kontribusi menu makan siang yang diserap tubuh anak usia 7-12 tahun selama 5 hari makan siang tidak konstan terhadap kebutuhan makan siang anak sekolah yang mengikuti catering. Kesesuaian porsi yang diberikan pihak catering dalam pelayanan catering menu makan siang belum memenuhi standar porsi dikarenakan pembagian porsi pada setiap hidangan tidak konstan terhadap standar yang telah ada.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **4.1 KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran variasi menu dan kesesuaian standar porsi makanan pada hidangan makan siang dengan pelayanan katering di SD IT IQRA '2 kota Bengkulu dapat disimpulkan :

- a. Variasi menu makan siang dengan siklus menu 5 hari yang terdiri dari
  - a) variasi bahan makanan menunjukkan bahwa lauk hewani dan buah bervariasi di hari ke 3, sedangkan sayur bervariasi setiap hari.
  - b) variasi teknik pengolahan menunjukkan bahwa semuanya tidak bervariasi setiap hari.
- b. Kesesuaian porsi menu makan siang menunjukkan bahwa porsi yang disajikan tidak sesuai dengan standar porsi yang ditetapkan untuk pemberian porsi anak usia 7-12 tahun, karena asupan yang diserap  $\leq 30\%$  kebutuhan makan siang.

#### **4.2 SARAN**

- a. Bagi katering

Perbaiki siklus menu 5 hari anak sekolah pada bahan makanan dan pengolahannya, porsi makanan yang sesuai dan seimbang dapat memenuhi kebutuhan gizi sehari anak usia sekolah.



b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman/resferensi kedepan dalam menggambarkan variasi menu dan porsi makanan untuk anak usia sekolah lainnya.

c. Bagi Sekolah

Perlu adanya pemantauan dari ahli gizi supaya pemberian diet pada anak sekolah dapat memenuhi kecukupan gizi seimbang, agar tumbuh kembang anak sehat, sehingga prestasi belajar dan fokus anak lebih baik dalam setiap pelajaran.

### Daftar Pustaka

- Achmadi, Shobahiya M. 2009. *Sistem pendidikan studi antara Indonesia dan Jepang*. Jurnal Mahasiswa Muhammadiyah surakarta. Vol. IV Nomor 1, Januari-Juni 2008.
- Adriani, Merryana. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana Prenada Media Grup.
- AKG. 2013. *Angka Kekurangan Gizi 2013 bagi Masyarakat Indonesia*. Jurnal. Jakarta.
- Almatsier, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Arifiati, Nurce. 2000. *Tinjauan Cita Rasa Makanan Pasien Di Rumah Sakit Islam Sukapura Jakarta Utara*. Skripsi UI Depok
- Arisman. 2004. *Gizi dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta
- Aritonang. 2012. *Penyelenggaraan makanan*. Yogyakarta: Leutika.
- Catering Surabaya Berkah Catering - Katering Prasmanan | Nasi Kotak Wedding Chairinniza, Graha. 2008. *Keberhasilan Anak Ditangan Orang Tua*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo/ diaksestgl19112015.
- Demand, John M. 1997. *Kimia Makan Edisi kedua*. ITB. Bandung
- Depsiknas. 2007. *Manajemen Layanan Khusus: materi diklat pembinaan kompetensi calon kepala sekolah/ kepala sekolah*. Jakarta.<https://www.scribd.com/doc/47935788/penyelenggaraan-makan-di-sekolah-madania/diaksestgl19112015>.
- Departemen Kesehatan RI. 2006. *Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit*. Ditjen Bina Kesehatan Masyarakat, Jakarta.
- Dep Kes DIY. (2011). *Menu*. Departemen Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat. Yogyakarta.
- DepKes RI. 2007. *Pedoman Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit*. Direktorat Jenderal Bina Pelayanan Medik. Departemen Kesehatan : Jakarta.
- DepKes RI. 2013. *Pedoman Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit*. Direktorat Jenderal Bina Pelayanan Medik. Departemen Kesehatan : Jakarta.

- Dewi, Krisma. 2007. *Hubungan Antara Penampilan Makanan Dan Rasa Makanan Dengan Daya Terima Makan Siang Siswa SPK Sungailat Bangka Tahun 2007*. Bandung : Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung
- Devi, N. 2012 . *Gizi Anak Sekolah*. Kompas : Jakarta.
- Damayanti, Diana. 2014. *Makanan Anak Usia Sekolah: Tips Memberikan Makan Anak Usia Sekolah*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Eviani, sri anjani. 2014. *Hubungan pola makan dan stress dengan kejadian gastritis di puskesmas basuki rahmat bengkulu fakultas kedokteran*. Jurnal UPNVJ.
- Hardiansyah dan D. Martianto. 2002. *Gizi Terapan*. PAU Pangan Gizi. Bogor : IPB.
- Hidayat, Aziz Alimul. 2007. *Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Irianto, kus. 2007. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Bandung : Yrama Widya. Kementerian Kesehatan RI. 2013. Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit (PGRS).
- Kusumastuti, Esthi wahyu. 2009. *Evaluasi Sistem Penyelenggaraan Makanan Di SDIM EL YAOMI Kelurahan Tegalgrejo, Kecamatan Ceper, Klaten*. Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta : Fakultas Ilmu Kesehatan.
- Livianti, Rissa. 2008. *Hubungan Antara Penilaian Cita Rasa Dengan Daya Terima Makan Siang Yang Disajikan Di SMA Pesantren Terpadu Hayyatan Thoyyibah Kota Sukabumi Tahun 2008*. Bandung: Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- Minantyo, hari. 2011. *Dasar-Dasar Pengolahan Makanan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Moehji, sjahmien. 1980. *Ilmu Gizi*. Jakarta : Bhratara Karya Aksara.
- Moehyi, S. 1992. *Penyelenggaraan Makanan Institusi dan Jasa Boga*. Bharata : Jakarta.
- Nasar, dkk. 2015. *Perkembangan Anak Usia Sekolah*. Jakarta. Bumi Aksara.
- Poerwadarminta, W.J.S. 2007. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai pustaka cetakan 10.

- Prabowo, Pramudita Ananta. 2013. *Analisa Perilaku Konsumen Jasa Katering Untuk Keperluan Pesta Di Surabaya*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya. Vol.2 No. 1.
- Pujo Samedi, Martha I Kartasurya, Hagnyonowati. 2013. *Hubungan Kepuasan Pelayanan Makanan Rumah Sakit Dan Asupan Makanan Dengan Perunahan Status Gizi Pasien (Studi Di RSUD Sunan Kalijaga Kabupaten Demak)*. Jurnal Gizi Indonesia. Vol. 2, No. 1, Desember 2013: 32-41.
- Purba, R.B, dkk. 2013. *Factor-faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kepuasan Pasien Pada Penyelenggaraan di BLU IRINA C Rumah Sakit Umum Pusat Prof. DR. R.D KANDA MANADO*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Sam Ratulangi Manado. Manado.
- Rohayati, dkk. 2014 . *Faktor Yang Berhubungan dengan Penyelenggaraan Program Makan Siang Di SD AL Muslim Tambun*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat : Universitas Negeri Semarang.
- Soenardi, Tuti. 2013. *Teori Dasar Kuliner : Teori Dasar Memasak untuk Siswa, Peminat, dan Calon Profesional*. Pt Gramedia Pustaka Utama : Jakarta.
- Spesialis Gizi Universitas Hasanuddin Prof. dr. Veni Hadju, Ph. D. 2013. *Tingkatkan Pengetahuan Gizi Siswa SD Melalui Gerakan Nusantara* (<http://www.frisianflag.com/2013/12/frisian-flag-indonesia-tingkatkan-pengetahuan-gizi-siswa-sekolah-dasar-di-makassar-melalui-gerakan-nusantara//diaksestgl19112015>)
- Uripi,V. 2007. *Manajemenn Produksi Makanan*. Diktat yang tidak dipublikasikan. Program Keahlian Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi, Direktorat Program Diploma. Institusi pertanian Bogor.
- Warsitaningsih, angsnes. 2009. *Handout manajemen usaha boga*. Tata boga jurusan PKK FPTK UPI : tidak diterbitkan.
- West, Bessie B Dan Levelle Wood. 1988. *Foodservice In Institutions Sixth Edition*.NewYork: Macmilian Publishing Company.
- West dan Wood. 1998. *Food Service in Instituisi Sixth Education New York*. Mac MilanPublising Company.
- Widodo, jurdarwanto. 2009. *Kesulitan Makan dan Pemberian nutrisi Pada Anak Sekolah*. [Http://nutritionclinic.wordpress.com/2009/04/29/kesulitan makan dan-pemberian-nutrisi-pada-anak-sekolah/\(diaksestgl9april2016\)](http://nutritionclinic.wordpress.com/2009/04/29/kesulitan-makan-dan-pemberian-nutrisi-pada-anak-sekolah/(diaksestgl9april2016)).

- Winarno, F.G. 2004. *Kimia Pangan dan Gizi* . Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Wong, Donna L, dkk. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik, Volume 2*. Jakarta : EGC.
- Yani,TE. 2009.*Analisis Pengaruh Demensi Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Mahasiswa Fakultas Ekonomi*. Jurnal dinamika Sosbud.

L

A

M

P

I

R

A

N

**LAMPIRAN 1****DAFTAR MENU****MENU PEKAN 1**

<b>SENIN</b>	<b>SELASA</b>	<b>RABU</b>
AYAM BB GR	NUGET IKAN	OMLET SAYUR
LODEH	MIE TUMIS	SOP
SAMBAL TERASI	SAMBAL	SALAK
SEMANGKA	PISANG	

<b>KAMIS</b>	<b>JUM'AT</b>	<b>SABTU</b>
IKAN CHIKEN	AYAM CHIKEN	
CAH KANGKUNG	SAYUR CAMPUR	
PISANG	SEMANGKA	
SAMBAL	SAMBAL	

## LAMPIRAN 2

### Penelitian selama siklus menu 5 hari

#### Siklus menu hari ke 1



Menu hari pertama terdiri dari nasi putih, ayam bumbu goreng, sayur lodeh, dan semangka. Persiapan awal dalam pengolahan menu hari pertama pada proses pembuatan ayam bumbu goreng, ayam yang telah dipotong dicuci dengan air mengalir lalu ayam yang telah bersih diberi bumbu lengkap, kemudian dicelupkan kedalam adonan tepung kemudian digoreng dalam minyak banyak dengan api besar diatas tungku. Pada proses pengolahan sayur lodeh bahan (kacang panjang, jagung, daun melinjo, kol) dipotong serta diiris kemudian dicuci, untuk bumbu ditumis sebentar lalu tuangkan santan aduk hingga rata setelah itu bahan sayur lodeh dimasukan ke dalam kuali dengan api besar diatas kompor. Pada proses persiapan buah hanya dipotong kulit bawah dan atasnya kemudian dipotong-potong.



## Menu hari ke 2



Menu hari kedua terdiri dari nasi putih, nugget ikan, mie tumis, dan pisang. Persiapan awal dalam pengolahan menu hari kedua pada proses pembuatan nugget ikan, ikan yang telah di blender dikukus dalam panci kemudian dibekukan setelah beku nugget dipotong lalu nugget yang telah beku dicelupkan kedalam adonan telur dan tepung roti yang telah disiapkan, kemudian nugget digoreng dalam minyak banyak dengan menggunakan api besar diatas kompor. Pada proses pengolahan mie tumis, bahan (wortel, sawi hijau, mie basah, daun bawang) dipotong serta dicuci, untuk bumbu ditumis sebentar lalu tumisan bumbu dimasukan mie dan bahan lainnya kemudian diaduk-aduk dengan api besar diatas kompor. Pada proses persiapan buah hanya dipotong kulit bawah dan atasnya saja.

### Menu hari ke 3



Menu hari ketiga terdiri dari nasi putih, omlet sayur, sup, dan salak. Persiapan awal dalam pengolahan menu hari ketiga pada proses pembuatan omlet sayur, telur dipecahkan seperlunya kemudian masukan irisan kol, daun bawang, dan bumbu lalu aduk hingga rata, kemudian digoreng dalam teplon dengan minyak banyak diatas api sedang. Pada proses pengolahan sup, bahan (wortel, kol, buncis brokoli, ayam, jamur kuping) dipotong serta dicuci, untuk kuah sup, ayam ditumis dengan bumbu lalu tambahkan air hingga air mendidih, kemudian bahan yang lain dituangkan kedalam kuah sup yang telah mendidih lalu diaduk-aduk hingga matang diatas kompor dengan api sedang. Pada proses persiapan buah hanya dibersihkan saja.

## Menu hari ke 5



Menu hari kelima terdiri dari nasi putih, ayam chicken, sayur campur, dan semangka. Persiapan awal dalam pengolahan menu hari kelima pada proses pembuatan ayam chicken, ayam yang telah dipotong lalu dicuci dengan air mengalir kemudian ayam dibaluri dengan bumbu setelahnya ayam dimasukkan kedalam tepung kentaki kemudian digoreng dalam minyak banyak dengan menggunakan api besar diatas tungku. Pada proses pengolahan sayur campur, bahan (wortel, kacang panjang, labu siam, bawang bombai, ikan teri) diiris kemudian dicuci, untuk bumbu ditumis sebentar kemudian bahan sayur campur dituangkan ke dalam kuali dengan api sedang diatas kompor sambil diaduk-aduk. Pada proses persiapan buah hanya dipotong kulit bawah dan atasnya kemudian dipotong-potong.



LAMPIRAN 3

MASTER DATA PORSI MAKANAN

Gambaran variasi menu dan kesesuaian standar porsi makanan pada hidangan makan siang dengan pelayanan catering di SD IT IQRA2 kota Bengkulu

No	Jk	U	Kd	SIKLUS 1												SIKLUS 2												SIKLUS 3												SIKLUS 4												SIKLUS 5											
				MP				LH				SY				BH				MP				LH				SY				BH				MP				LH				SY				BH															
				ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD		ST	RL	KD					
1	L	9	3	100	132	1	70	38	1	50	27	1	30	25	1	100	150	1	70	36	1	50	40	1	50	84	1	100	117	1	70	50	1	50	33	1	50	26	1	100	126	1	70	33	1	50	33	1	50	32	1	100	120	1	70	54	1	50	28	1	50	21	1
2	L	9	3	100	132	1	70	30	1	30	41	1	30	25	1	100	137	1	70	48	1	50	38	1	50	76	1	100	121	1	70	47	1	50	30	1	30	24	1	100	119	1	70	49	1	50	26	1	50	36	1	100	104	1	70	64	1	50	31	1	30	30	1
3	L	9	3	100	132	1	70	38	1	30	27	1	30	26	1	100	150	1	70	47	1	50	35	1	50	78	1	100	113	1	70	48	1	50	39	1	30	26	1	100	134	1	70	40	1	50	23	1	50	33	1	100	109	1	70	47	1	50	20	1	50	18	1
4	L	9	3	100	132	1	70	37	1	30	32	1	30	26	1	100	147	1	70	46	1	50	40	1	50	80	1	100	127	1	70	45	1	30	42	1	30	20	1	100	120	1	70	34	1	50	24	1	50	27	1	100	120	1	70	44	1	50	16	1	50	20	1
5	L	8	3	100	132	1	70	42	1	30	40	1	30	25	1	100	132	1	70	38	1	30	35	1	50	81	0	100	140	1	70	42	1	50	36	1	30	23	1	100	126	1	70	30	1	50	32	1	50	30	1	100	132	1	70	57	1	50	32	1	50	21	1
6	L	8	3	100	132	1	70	43	1	30	47	1	30	25	0	100	150	1	70	35	1	30	40	1	30	78	0	100	118	1	70	68	1	30	28	1	50	26	1	100	121	1	70	48	1	50	31	1	50	25	1	100	111	1	70	73	1	50	20	1	50	30	0
7	P	9	3	100	132	1	70	45	1	30	43	1	30	25	0	100	137	1	70	40	1	30	37	1	50	85	0	100	128	1	70	48	1	30	32	1	50	24	1	100	120	1	70	48	1	50	30	1	50	34	1	100	119	1	70	50	1	50	38	1	30	23	0
8	L	9	3	100	132	1	70	32	1	30	43	1	30	25	0	100	143	1	70	49	1	30	47	1	50	84	0	100	127	1	70	58	1	50	30	1	50	21	1	100	114	1	70	47	1	50	30	1	50	33	1	100	120	1	70	59	1	50	20	1	50	27	0
9	P	9	3	100	132	1	70	31	1	30	49	1	30	25	0	100	150	1	70	47	1	50	35	1	50	89	0	100	117	1	70	28	1	50	38	1	50	23	0	100	120	1	70	32	1	50	33	1	50	35	1	100	125	1	70	58	1	50	25	1	50	26	0
10	L	9	3	100	132	1	70	44	1	30	22	1	30	25	0	100	137	1	70	40	1	30	35	1	50	80	0	100	142	1	70	52	1	50	43	1	30	26	1	100	115	1	70	36	1	50	38	1	50	33	1	100	113	1	70	48	1	50	29	1	50	26	0
11	P	10	4	100	194	1	70	45	1	30	33	1	50	21	1	100	150	1	70	46	1	50	42	1	50	82	0	100	152	1	70	48	1	50	67	1	50	24	1	100	139	1	70	35	0	50	40	1	50	30	1	100	121	1	70	65	1	50	21	1	50	30	0
12	P	10	4	100	206	1	70	40	1	50	39	1	50	29	0	100	180	1	70	46	1	50	40	1	50	87	0	100	150	1	70	58	1	30	41	1	30	32	0	100	140	1	70	32	1	50	38	1	50	35	1	100	125	1	70	49	1	50	25	1	50	22	1
13	P	10	4	100	183	1	70	32	1	50	47	1	30	21	1	100	140	1	70	47	1	50	17	1	50	90	0	100	145	1	70	43	1	50	62	1	30	25	0	100	132	1	70	43	1	50	42	1	50	37	0	100	109	1	70	39	1	50	23	1	50	30	0
14	L	10	4	100	230	1	70	35	1	30	39	1	30	28	0	100	117	1	70	49	1	30	28	1	50	82	0	100	123	1	70	50	1	30	75	1	50	27	0	100	127	1	70	37	1	50	30	1	50	24	0	100	109	1	70	63	1	50	30	1	50	27	0
15	L	10	4	100	150	1	70	43	1	30	39	1	30	21	1	100	149	1	70	47	1	50	42	1	50	88	0	100	123	1	70	53	1	50	57	1	30	28	0	100	120	1	70	48	1	50	40	1	50	35	1	100	115	1	70	52	1	50	36	1	50	30	0
16	P	9	4	100	200	1	70	44	1	30	37	1	30	22	1	100	145	1	70	46	1	50	24	1	50	78	0	100	150	1	70	57	1	30	70	1	50	25	0	100	143	1	70	39	1	50	38	1	50	25	1	100	85	1	70	49	1	50	40	1	50	30	0
17	L	11	5	100	160	1	70	43	1	30	47	1	30	25	0	100	150	1	70	52	1	50	36	1	30	53	0	100	250	1	70	46	1	50	35	1	50	19	1	100	250	1	70	39	1	50	66	1	50	24	1	100	215	1	70	54	1	50	38	1	50	21	1
18	P	11	5	100	150	1	70	45	1	30	40	1	30	45	0	100	160	1	70	70	1	50	42	1	50	53	0	100	242	1	70	39	1	30	37	1	50	16	1	100	148	1	70	36	1	50	31	1	50	18	1	100	200	1	70	54	1	50	38	1	50	21	1
19	P	10	5	100	150	1	70	48	1	30	55	1	30	31	0	100	160	1	70	67	1	30	38	1	30	52	0	100	217	1	70	64	1	50	25	1	30	19	1	100	250	1	70	27	1	50	76	1	50	18	1	100	248	1	70	64	1	50	28	1	50	21	1
20	P	11	5	100	160	1	70	90	1	30	38	1	30	25	0	100	170	1	70	52	1	30	40	1	30	52	1	100	281	1	70	49	1	50	52	1	30	18	1	100	242	1	70	58	1	50	19	1	50	36	1	100	250	1	70	36	1	50	41	1	50	26	0
21	P	9	5	100	170	1	70	35	1	30	48	1	30	29	0	100	182	1	70	30	1	30	34	1	30	53	0	100	195	1	70	52	1	30	42	1	50	22	1	100	250	1	70	33	1	50	26	1	50	24	1	100	180	1	70	57	1	50	34	1	50	30	0
22	L	11	5	100	170	1	70	43	1	30	23	1	30	29	0	100	180	1	70	63	1	30	23	1	50	52	0	100	190	1	70	60	1	50	54	1	50	18	1	100	200	1	70	38	1	50	41	1	50	30	1	100	218	1	70	57	1	50	36	1	50	22	1
23	L	10	5	100	140	1	70	28	1	30	60	1	30	24	0	100	160	1	70	72	1	30	32	1	50	57	0	100	150	1	70	40	1	30	28	1	50	18	1	100	104	1	70	60	1	30	36	1	50	19	1	100	187	1	70	64	1	30	28	1	50	21	1
rata-rata				100	155	1	70	42	1	30	40	1	30	26	0.4	100	150	1	70	49	1	50	36	1	50	74	0.2	100	155	1	70	50	1	50	43	1	30	23	0.7	100	150	1	70	40	1	50	36	1	50	29	0.9	100	145	1	70	55	1	50	30	1	50	25	0.5





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

Jalan Indragiri Nomor 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225  
Telepon: (0736) 341212 Faksimile: (0736) 21514, 25343  
Website: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, Email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



Nomor DM. 01.04/1560/2/XI/2015  
2015

November 2015

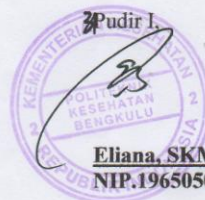
Lampiran : -  
Hal : **Izin Pra Penelitian**

Yang Terhormat,  
**Kepala SD IT IQRA'**  
di -  
Bengkulu

Sehubungan dengan rencana penyusunan karya tulis ilmiah bagi mahasiswa Prodi Diploma III Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2015/2016, maka dengan ini kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk pra penelitian dimaksud. Adapun nama mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Maya Devi Erlinda  
NIM : P05130113021  
Judul KTI : Gambaran variasi menu dan porsi menu pada menu makan siang di SD dengan pelayanan catering di Kota Bengkulu 2015

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.



**Eliana, SKM, M.PH**  
**NIP.196505091989032001**



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

Jalan Indragiri Nomor 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225  
Telepon: (0736) 341212 Faksimile: (0736) 21514, 25343  
Website: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, Email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



Bengkulu, Maret 2016

Nomor : DM. 01.04/1377./2/III/2016  
Lampiran : -  
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,

**Kepala KP2T Provinsi Bengkulu**  
di -

**Bengkulu**

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam Bentuk Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Prodi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2015/2016, maka dengan ini kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin penelitian dimaksud. Nama mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Maya Devi Erlinda  
NIM : P0 5130113021  
Judul KTI : Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan pada Hidangan Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SD IT IQRO' Kota Bengkulu tahun 2016

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

Plh. Pudir I.

**Linda, SST, M.Kes**  
**NIP.196909011998032001**

**Tembusan disampaikan Kepada Yth. :**

1. Kepala BP2T Kota Bengkulu
2. Kepala Dinas Pendidikan Kota Bengkulu
3. Yayasan Al-Fida Kota Bengkulu



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

Jalan Indragiri Nomor 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225  
Telepon: (0736) 341212 Faksimile: (0736) 21514, 25343

Website: [www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id](http://www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id), Email: [poltekkes26bengkulu@gmail.com](mailto:poltekkes26bengkulu@gmail.com)



Bengkulu, Maret 2016

Nomor : DM. 01.04/1277./2/III/2016  
Lampiran : -  
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,

**Kepala BP2T Kota Bengkulu**  
di -

**Bengkulu**

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam Bentuk Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Prodi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2015/2016, maka dengan ini kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin penelitian dimaksud. Nama mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Maya Devi Erlinda  
NIM : P0 5130113021  
Judul KTI : Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan pada Hidangan Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SD IT IQRO Kota Bengkulu tahun 2016

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

  
**Linda SST, M.Kes**  
NIP.196909011998032001

**Tembusan disampaikan Kepada Yth. :**  
1. Kepala Dinas Pendidikan Kota Bengkulu  
2. Yayasan Al-Fida Kota Bengkulu





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

Jalan Indragiri Nomor 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225

Telepon: (0736) 341212 Faksimile: (0736) 21514, 25343

Website: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, Email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



Bengkulu, Maret 2016

Nomor : DM. 01.04/1277.2/III/2016  
Lampiran : -  
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,

**Kepala Yayasan Al- Fida Kota Bengkulu**

di -

**Bengkulu**

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam Bentuk Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Prodi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2015/2016, maka dengan ini kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin penelitian dimaksud. Nama mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Maya Devi Erlinda

NIM : P0 5130113021

Judul KTI : Gambar Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan pada Hidangan Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SD IT IQRO Kota Bengkulu tahun 2016

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

Plh. Pudir I.

**Linda, SST, M.Kes**  
NIP.196909011998032001





**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU**  
**KANTOR PELAYANAN PERIZINAN TERPADU**

Jl. Pembangunan No. 1 Telepon/Fax : (0736) 23512 Kode Pos : 38225  
Website: www.kp2provengkulu.go.id Blog: www.kp2bengkulu.blogspot.com  
**BENGKULU**

**REKOMENDASI**

Nomor : 503 / 7.a / 798 / KP2T / 2016

**TENTANG PENELITIAN**

- Dasar :
1. Peraturan Gubernur Bengkulu Nomor 22 Tahun 2014 Tentang Perubahan Ketiga Atas Peraturan Gubernur Nomor 07 Tahun 2012 Tentang Pendelegasian Sebagian Kewenangan Penandatanganan Perizinan dan Non (Bukan) Perizinan Pemerintah Provinsi Bengkulu Kepada Kepala Kantor Pelayanan Perizinan Terpadu Provinsi Bengkulu.
  2. Surat Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor: DM.01.04/1377/2/III/2016 Tanggal 28 Maret 2016 Perihal Izin Penelitian. Permohonan diterima di KP2T Tanggal 28 Maret 2016 .  
Nama / NPM : Maya Devi Erlinda / P0. 5130113021  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Maksud : Melakukan Penelitian  
Judul Proposal Penelitian : Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan Pada Hidangan Makan Siang Dengan Pelayanan Katering di SD IT Iqro' Kota Bengkulu Tahun 2016  
Daerah Penelitian : SD IT Iqro' Kota Bengkulu  
Waktu Penelitian : 28 Maret 2016 s/d 28 April 2016  
Penanggung Jawab : Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan ini merekomendasikan penelitian yang akan diadakan dengan ketentuan :

- a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Gubernur/ Bupati/ Walikota Cq. Kepala Badan/Kepala Kantor Kesbang Pol dan Linmas atau sebutan lain setempat.
- b. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
- c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Kantor Pelayanan Perizinan Terpadu Provinsi Bengkulu.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
- e. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 28 Maret 2016

Gubernur Bengkulu  
Kepala Kantor Pelayanan Perizinan  
Terpadu Provinsi Bengkulu



  
**Ir. HENDRY POERWANTRISNO**  
Pembina TK I  
NIP.19620920 199003 1003

**Tembusan disampaikan kepada Yth:**

1. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi Bengkulu
2. Kepala Badan Pelayanan Perizinan Terpadu dan Penanaman Modal ( BPPITPM) Kota Bengkulu
3. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
4. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KOTA BENGKULU  
**BADAN PELAYANAN PERIZINAN TERPADU  
DAN PENANAMAN MODAL**

Jalan WR.Supratman Kel.Bentiring Kota Bengkulu  
Telp.(0736) 349731 fax. (0736) 26992

**IZIN PENELITIAN**

Nomor : 070 / 353 / 03 / BPPTPM / 2016

- Dasar : 1. Peraturan Walikota Bengkulu Nomor 31 Tahun 2012 Tanggal 28 Desember 2012 Perubahan Atas Peraturan Walikota Bengkulu Nomor 07 Tahun 2009 Tentang Pelimpahan Wewenang Membuat, Mengeluarkan dan Menandatangani Perizinan Dan Non Perizinan Kepada Kepala Badan Pelayanan Perizinan Terpadu (BPPT).
2. Surat Perintah Tugas Kepala Badan Pelayanan Perizinan Terpadu dan Penanaman Modal (BPPTPM) Nomor : 800 / 006 / BPPTPM / 2015. Nota Dinas Nomor : 560/ 40 / BPPTPM / 2015 Tanggal 24 Februari 2015. Perihal Dasar Penerbitan Izin Penelitian
- Memperhatikan : Rekomendasi Kepala Kantor Pelayanan Perizinan Terpadu (KP2T) Provinsi Bengkulu Nomor : 503/7.a/798/KP2T/2016 Tanggal 28 Maret 2016.

**DENGAN INI MENERANGKAN BAHWA :**

Nama : Maya Devi Erlinda / PO 5130113021  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Fakultas : Poltekkes Kemenkes Bengkulu  
Judul Penelitian : Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan pada Hidangan Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SD IT Iqro Kota Bengkulu Tahun 2016  
Daerah Penelitian : SD IT Iqro Kota Bengkulu  
Waktu Penelitian : 28 Maret 2016 s/d 28 April 2016  
Penanggung jawab : Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu

- Dengan Ketentuan : 1. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud
2. Harus mentaati peraturan dan perundang – undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
3. Apabila masa berlaku surat keterangan penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaannya belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan keterangan penelitian.
4. Surat keterangan penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikian Surat Keterangan ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : BENGKULU  
Pada Tanggal : 30 Maret 2016  
a.n.KEPALA BADAN PELAYANAN PERIZINAN  
TERPADU DAN PENANAMAN MODAL KOTA BENGKULU  
KEPALA BIDANG PEMERINTAHAN DAN KESRA

  
**AFRI GANDRIANI, SE, M.SI**  
NIP. 19770205200212 2 002

- Tembusan Yth.
1. Kepala Kantor Kesbangpol Kota Bengkulu
  2. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
  3. Yang Bersangkutan





**BIDANG PENDIDIKAN  
YAYASAN PENDIDIKAN, SOSIAL DAN DAKWAH  
AL FIDA KOTA BENGKULU**

Jl.Semeru No.22 Kel.Sawah Lebar Telp. 0736-349691, Email: [alfidabengkulu@gmail.com](mailto:alfidabengkulu@gmail.com)

**SURAT IZIN KEPALA BIDANG PENDIDIKAN YAYASAN AL FIDA BENGKULU**  
NOMOR 490/113/420.YAF

**TENTANG  
IZIN PENELITIAN**

Dasar : Berdasarkan surat dari Kantor Pelayanan Perizinan Terpadu (KP2T) Provinsi Bengkulu Nomor: 503/7.a/798/KP2T/2016 Tentang Izin Penelitian

**MENGIZINKAN :**

Kepada :  
Nama : Maya Devi Erlinda  
NPM : PO.5130113021  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Judul KTI : "Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan pada Hidangan Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SDIT IQRA' Kota Bengkulu Tahun 2016"

**UNTUK PENELITIAN:**

Tempat : SDIT IQRA'2  
Alamat : Jl.Merawan RT / RW 25 / 07 Kel.Sawah Lebar  
Waktu : 04 - 17 April 2016  
Pukul : 07.15 – 14.00 WIB

Demikianlah surat izin ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Bengkulu  
Pada Tanggal : 31 Maret 2016

Kepala Bidang Pendidikan  
dan Kepala Biro PAI & Hisbah

  
**Musyanto, M.Pd.I**  
NIPY197204072000061002

Tembusan :

1. Kepala SDIT IQRA'2
2. Arsip Bidang Pendidikan Yayasan Al Fida Bengkulu
- ③ Yang bersangkutan



**KOPERASI  
BERKAH SYARI'AH**  
**BADAN HUKUM No: 38 BH. 4/IX. 2009**  
Alamat : Jl. Semeru No. 22 Kelurahan Sawah Lebar Kota Bengkulu  
Hp 0812 79 3000 46

**SURAT IZIN**

Nomor : 000.06 /K-BS/IV/2016

Berdasarkan surat dari Bidang Pendidikan Yayasan Al Fida Bengkulu No. 490/113/420.YAF tentang izin penelitian, dengan ini kami mengizinkan kepada :

Nama : Maya Devi Erlinda  
NPM : PO.5130113021  
Pekerjaan : Mahasiswa Poltekes Kemenkes Bengkulu  
Judul KTI : "Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan pada Hidangan Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SDIT IQRA' Kota Bengkulu tahun 2016".

Untuk melakukan penelitian di :

Tempat : SDIT IQRA' 2  
Alamat : Jl. Merawan 19 RT. 25 RW. 7 Kel. Sawah Lebar  
Waktu : Tanggal 4 – 17 April 2016  
Pukul : 07.15 – 14.00

Demikian surat izin ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Bengkulu  
Tanggal : 4 April 2016

Pengurus Koperasi Berkah Syari'ah



Lusman Bayadi, S.Pd.  
Ketua

Tembusan:  
-Arsip

**HALALAN THOYYIBAN CATERING**  
JL. Semeru No.22 Sawah Lebar Kota Bengkulu

**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yuniarti  
Alamat : Jl. Semeru No.22 Sawah Lebar Kota Bengkulu  
Jabatan : Pengurus Halalan Thoyyiban Catering

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : Maya Devi Erlinda  
NIM : PO 5130113021  
Fakultas/semester : Poltekkes Kemenkes Bengkulu/VI  
Program studi/Jurusan : D III Gizi

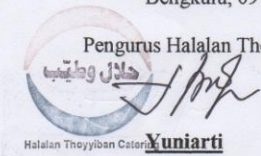
Telah selesai melaksanakan penelitian di Halalan Thoyyiban Catering tahun akademik 2015/2016 terhitung sejak 04 April s/d 08 April 2016 sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul :

**“Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan pada Hidangan Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SD IT IQRO’ Kota Bengkulu tahun 2016.”**

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 09 April 2016

Pengurus Halalan Thoyyiban Catering



Halalan Thoyyiban Catering **Yuniarti**





**YAYASAN PENDIDIKAN, SOSIAL DAN DAKWAH AL FIDA  
SEKOLAH DASAR ISLAM TERPADU IQRA' 2 KOTA BENGKULU  
TERAKREDITASI A**

*Jl. Merawan 19, RT. 25, RW. 07, Sawah Lebar, Ratu Agung, Kota Bengkulu, 38228  
Telepon (0736) 349637, Email : sdit\_igra2bkl@yahoo.com, website : www.sdit-igra2-bengkulu.sch.id*

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 421.2/652/SDIT IQRA' 2 BKL

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) IQRA' 2 Bengkulu :

Nama : Muhyidin, S.Ag  
NIPY : 19751020 200709 1 021

Menerangkan bahwa :

Nama : Maya Devi Erlinda  
NIM : PO.5130113021  
Fakultas : Kesehatan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Telah selesai melakukan Penelitian tentang **Gambaran Variasi Menu dan Kesesuaian Standar Porsi Makanan pada Hidangan Makan Siang dengan Pelayanan Katering di SDIT IQRA' 2 Kota Bengkulu Tahun 2016** yang dilaksanakan pada tanggal 04 s.d 17 April 2016 di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) IQRA' 2 Bengkulu.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 11 April 2016  
Kepala SDIT IQRA' 2



**MUHYIDIN, S. Ag**  
NIPY. 19751020 200709 1 021