

**KAJIAN PERMAKINAN TARUNA
DI SEKOLAH TINGGI PENERBANGAN INDONESIA**

Endang Sugih Arti.,SE.,M.Si⁽¹⁾, Erwin Kurniadi.,ST.,S.SiT.,MM⁽²⁾, Rini Sadiatmi.,S.IP.,M.Si⁽³⁾

Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia Curug - Tangerang

ABSTRAK

Endang Sugih Arti,SE,M.Si, Erwin Kurniadi,S.SiT,ST, Rini Sadiatmi, S.Pd, M.Si, Penelitian : Kajian tentang permakanan Taruna/Taruni Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia, Curug – Tangerang, Juli 2016

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi makanan Taruna/Taruni di Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia, Curug – Tangerang. Metode penelitiannya adalah analisis deskriptif dan pengumpulan data dengan dokumentasi, observasi, wawancara, studi pustaka dan kuesioner.

Kata Kunci : *Kondisi Makanan, Variasi menu*

ABSTRACT

Endang Sugih Arti,SE,M.Si, Erwin Kurniadi,S.SiT,ST,MM and Rini Sadiatmi,S.Pd,M.Si, Research : The Study of Student Food at Indonesian Aviation Training Institute Curug Tangerang, July 2016.

The aim of this research is to know about condition of student food at Indonesian Aviation Training Institute Curug Tangerang , the research method is descriptive analyses and collecting data by documentation , observation, interview, book study and questionnaire.

Keywords: *Food Condition, Menu Variation.*

I. PENDAHULUAN

Pembangunan sumber daya manusia merupakan salah satu prioritas pembangunan nasional dalam rangka mengisi berbagai bidang pekerjaan di Indonesia, untuk itu perlu peningkatan kualitas manusia usia kerja agar benar - benar memiliki kemampuan atau kompetensi dengan didukung oleh berbagai faktor, salah satu faktor pendukungnya adalah dari segi asupan makanan dengan senantiasa menjaga gizi seimbang.

Demikian pula Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia (STPI) yang merupakan salah satu institusi pendidikan yang mempunyai tugas menyelenggarakan program pendidikan profesional di bidang penerbangan, melalui pendidikan kepada taruna-taruninya yang berjumlah 1016 orang per Oktober 2016, harus mampu meningkatkan sumber daya manusia yang terdidik dan profesional dengan cara menerapkan aturan gizi seimbang melalui penggunaan sumber gizi sesuai kebutuhan tubuh manusia dewasa.

Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia sebagai Badan Layanan Umum (BLU) dituntut untuk memberikan pelayanan terbaik kepada masyarakat, termasuk pelayanan kepada taruna, baik berupa pelayanan pengajaran oleh para dosen pengajar, bimbingan dan pengasuhan oleh para pengasuh taruna, juga pelayanan bidang permakanaan oleh perusahaan catering PT "Waluya Sarana Sejati". Perusahaan ini selain harus memberikan pelayanan permakanaan yang baik, juga harus memberikan asupan gizi seimbang sesuai aturan.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Bagaimana kondisi permakanaan taruna Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia ?
2. Bagaimana mewujudkan permakanaan taruna yang ideal ?

II. LANDASAN TEORI

1. Standar Asupan Gizi

Pemenuhan kebutuhan dan kecukupan gizi dalam makanan dapat mendukung berfungsi normalnya tubuh manusia, sehingga dapat berjalan sebagaimana mestinya. Kelengkapan zat gizi dalam makanan harus terpenuhi dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh manusia. Pemenuhan zat gizi dalam makanan dapat diperoleh melalui konsumsi makanan sehari-hari.

Kombinasi dan kandungan zat gizi dalam berbagai jenis bahan makanan yang digunakan untuk menyusun hidangan sebaiknya terdiri dari berbagai jenis bahan makanan sehingga kekurangan zat gizi dalam satu jenis bahan makanan bisa didapat dari jenis bahan makanan yang lain. Kombinasi penggunaan bahan makanan yang tidak sejenis akan membantu menciptakan variasi dalam cita rasa makanan dan mengusahakan kelengkapan zat gizi dalam makanan itu (Sjahmien Moehyi, 1992)

Manusia memerlukan energi untuk melakukan aktifitas fisik maupun proses-proses dalam tubuh. Asupan energi yang masuk dalam tubuh harus sesuai dengan jumlah energi yang dikeluarkan untuk aktivitas (Rizqie Auliana, 1999:35).

Gizi makanan merupakan faktor penting dalam mempertahankan kelangsungan hidup manusia, kekurangan zat gizi dalam makanan dapat menimbulkan masalah kesehatan yang fatal. Agar tubuh tetap tumbuh dengan kuat dan sehat diperlukan makanan yang cukup dan bergizi. Makanan yang bergizi dapat diperoleh dari berbagai jenis makanan (Kus Irianto, 2004: 20).

2. Penyelenggaraan makanan

Pangan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang pemenuhannya menjadi hak asasi setiap rakyat Indonesia dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas untuk melaksanakan pembangunan

nasional. Menurut UU RI no. 18 tahun 2012 tentang Pangan, pengertian Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati produk pertanian, perkebunan, kehutanan, perikanan, peternakan, perairan, dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan Pangan, bahan baku Pangan, dan bahan lainnya yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan/atau pembuatan makanan atau minuman. Makanan adalah bahan selain obat yang mengandung zat-zat gizi oleh tubuh, yang berguna bila dimasukkan oleh tubuh (Sunita Almatsier, 2002: 3).

Penyelenggaraan makanan merupakan salah satu kebutuhan utama manusia. Oleh karena itu penyelenggaraan makanan merupakan suatu keharusan, baik di lingkungan keluarga maupun di luar lingkungan keluarga. Penyelenggaraan makanan dilingkungan keluarga diperlukan oleh sekelompok konsumen karena berbagai hal tidak dapat makan bersama dengan keluarga di rumah. Mereka terdiri dari para karyawan pabrik atau perusahaan, pekerja perkebunan, para prajurit, orang sakit, penghuni asrama atau panti asuhan, narapidana, dan sebagainya. Mereka ini merupakan pelayanan makanan di luar rumah yang diselenggarakan secara khusus untuk mereka.

a. Waktu Penyelenggaraan

Menurut Sjahmien Moehyi (1992:4), waktu penyelenggaraan makanan kelompok dapat dibedakan sebagai berikut:

- i. Penyelenggaraan untuk satu kali makan, baik berupa makanan lengkap atau hanya berupa makanan kecil (snack food). Termasuk dalam jenis makanan untuk pesta atau jamuan makan atau snack pada acara tertentu.
- ii. Penyelenggaraan makanan secara tetap untuk jangka waktu tidak terbatas. Pada penyelenggaraan makanan seperti ini

makanan disediakan umumnya adalah makanan untuk asrama, panti asuhan, atau rumah misalnya penyelenggaraan makanan untuk asrama, panti asuhan, atau rumah sakit, lembaga permasyarakatan, pusat industri, dan kampus mahasiswa.

- iii. Penyelenggaraan makanan dalam keadaan darurat. Penyediaan makanan dilakukan untuk jangka waktu tertentu berupa makanan lengkap, yang diperuntukkan bagi para pengungsi korban bencana alam, korban kebakaran, atau korban bencana lain yang melibatkan orang dalam jumlah yang cukup banyak.

Waktu Penyelenggaraan di STPI adalah :
Yaitu penyelenggaraan makanan jangka waktu lama untuk Taruna / Taruni di asrama.

b. Sifat penyelenggaraan

- i. Sifat penyelenggaraan makanan kelompok dapat dibedakan sebagai berikut Komersial, meliputi restoran, rumah makan, dan sebagainya,
- ii. Sosial, terdiri atas panti asuhan, panti jompo, dan rumah sakit.
- iii. Semi komersial, terdiri dari asrama, kantin suatu industry (Marwanti, 2000 : 24).

Penyelenggaraan makanan di STPI merupakan penyelenggaraan makanan yang bersifat semi komersial karena diselenggarakan berdasarkan jumlah keuangan yang tersedia.

c. Tempat penyelenggaraan

Menurut Sjahmien Moehyi (1992: 5), Penyelenggaraan makanan kelompok dapat dibedakan berdasarkan tempat memasak dan menyajikan makanan seperti berikut :

- Jasa boga (catering) adalah jenis penyelenggaraan makanan yang tempat memasak makanan berbeda dengan tempat

menghidangkan makanan. Bentuk penyelenggaraan makanan seperti biasanya bersifat komersial. Makanan jadi diangkut ke tempat lain untuk dihidangkan, misalnya ketempat penyelenggaraan pesta, jamuan makan, rapat, pertemuan, kantin atau kafetaria pada pusat industri. Jasa boga yang melayani keluarga biasanya mengantarkan makanan dengan menggunakan rantang yang lebih dikenal dengan sebutan makanan rantang.

- Makanan institusi (institutional food service) adalah bentuk penyelenggaraan makanan yang tempat memasak dan menyajikan makanan berada disuatu tempat. Jenis penyelenggaraan makanan ini biasanya bersifat non komersial, seperti asrama, rumah sakit, panti asuhan, dan lembaga permasyarakatan. Karena asrama, panti asuhan dan lembaga permasyarakatan itu disebut penyelenggaraan makanan institusi dapat diartikan sebagai penyelenggaraan makanan yang dikelola oleh pemerintah maupun oleh badan swasta, atau yayasan sosial.

Penyelenggaraan makanan institusi memperlihatkan ciri-ciri berikut :

- Penyelenggaraan makanan dilakukan oleh institusi itu sendiri dan tidak bertujuan untuk mencari keuntungan.
- Dana yang diperlukan untuk penyelenggaraan sudah ditetapkan jumlahnya sehingga penyelenggaraan makanan harus menyesuaikan pelaksanaan dengan cara yang tersedia.
- Makanan diolah dan dimasak di dapur yang berbeda dengan hidangan yang biasa disajikan di lingkungan keluarga. Tempat penyelenggaraan makan untuk taruna di STPI termasuk dalam kelompok makanan institusi (institutional food service). Perencanaan sampai penyajian makanan dilakukan di STPI.

d. Menu

Menu adalah susunan hidangan yang disusun dalam variasi yang serasi untuk memenuhi kebutuhan gizi. Siklus menu adalah perputaran menu atau hidangan yang akan disajikan dalam jangka waktu tertentu, misalnya siklus menu 3 hari, 5 hari, 7 hari atau 10 hari dan dilaksanakan untuk kurun waktu tertentu misalnya 3 bulan, 6 bulan atau 12 bulan. Setiap siklus menu yang akan digunakan kembali perlu dilakukan evaluasi untuk mengetahui hidangan yang tidak disukai sehingga bisa dilakukan pergantian menu.

Diantara pilihan siklus menu terdapat kelebihan dan kekurangan, namun siklus menu 10 hari dianggap lebih baik karena dapat mencegah kebosanan. Selain itu juga siklus menu 10 hari sesuai dengan jumlah hari dalam satu bulan yaitu rata-rata 30 hari dalam 1 bulan.

III. METODOLOGI PENELITIAN

Dalam penelitian ini tim peneliti menggunakan metode penelitian dan pengumpulan data sesuai kondisi yang sebenarnya ada di lokasi baik di ATKP Surabaya maupun Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia Curug Tangerang dan dijelaskan sebagai berikut :

a. Metode Penelitian

Untuk memperoleh data yang diperlukan, metode yang digunakan adalah metode deskriptif analisis yaitu membuat penjelasan atau mengungkapkan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta yang terjadi di Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia Curug Tangerang.

b. Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang diperlukan, penulis melakukan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara langsung ke obyek penelitian yaitu ke Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia Curug Tangerang dan ATKP Surabaya sebagai bahan perbandingan.

Teknik pengumpulan data dengan cara yaitu :

1. Observasi (Pengamatan)

Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengadakan pencatatan langsung secara sistimatis dari pengelola permakanan, serta taruna baik di tingkat senior maupun yunior pada saat mereka melakukan kegiatan makan pagi, siang maupun malam sehingga penulis mendapatkan data yang diperlukan.

2. Wawancara

Mengadakan wawancara langsung kepada personil baik di tingkat pimpinan maupun staf dan petugas di lapangan guna melengkapi data-data yang diperlukan selama penelitian.

3. Kepustakaan

Mengumpulkan data melalui literature yang relevan dengan topic diperpustakaan, internet maupun sumber-sumber kepustakaan lainnya. Untuk memperoleh hasil penelitian dibuat gap analisis yaitu membandingkan kondisi saat ini dengan keadaan yang diinginkan.

4. Dokumentasi

Mengumpulkan bahan-bahan yakni mencari data-data mengenai hal-hal berupa catatan, buku, majalah dan lain sebagainya yang berkaitan dengan permakanan.

5. Kuesioner

Mengumpulkan informasi berupa pertanyaan yang diberikan kepada Taruna/Taruni sebagai responden.

c. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi Penelitian :

- Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia (STPI) Curug Tangerang, untuk mendapatkan data mengenai fasilitas dan tata cara penyajian permakanan taruna yang telah dilaksanakan.

- ATKP Surabaya untuk membandingkan mengenai fasilitas yang dimiliki dan tata cara penyajian permakanan taruna.

Waktu Penelitian :

- Pelaksanaan penelitian, pengumpulan data, pengolahan data dan penyusunan data dari tanggal 15 September 2016 sampai dengan 15 Desember 2016.

IV. PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Hasil penelitian diperoleh berdasarkan proses perolehan data melalui . Data penelitian diperoleh dari hasil kuesioner yang diperoleh dari kuesioner kepada taruna dengan jumlah pada Oktober 2016 sebanyak 1016 orang taruna/i dan sebagai responden 287 orang taruna/i yang dihitung dengan rumus Slovin.

Data juga diperoleh dari pihak Catering taruna yang dikelola oleh catering PT. WALUYA SARANA SEJATI, dan dari berbagai pihak yang terkait dengan penyelenggaraan permakanan taruna STPI.

Berikut adalah hasil kuesioner yang telah disebar ke berbagai program studi di STPI.

PERTANYAAN	JAWABAN			KETERANGAN
	A	B	C	
1	181	106	-	*Kondisi makan : Kurang baik
2	199	73	15	*Rasa : kurang enak
3	208	78	1	Warna : kurang menarik
4	167	117	3	Tekstur : kurang sesuai
5	181	100	6	*Bumbu : kurang
6	191	92	4	Aroma : kurang harum
7	124	157	6	Suhu : sesuai
8	145	34	8	Nasi boleh tambah
9	21	228	38	Porsi : cukup
10	75	204	8	Waktu makan : tepat waktu
11	193	90	4	*Kebersihan Alat : kurang
12	90	192	5	*Kebersihan ruang : kurang
13	41	223	23	Sikap Penyaji : sopan
14	18	250	19	Jumlah Pengasuh : cukup
15	21	246	20	Sikap Pengasuh : baik
16	159	92	36	Menu sesuai jadwal : kadang2
17	35	244	8	*Menu khusus taruna sakit : tidak ada
18	52	225	10	Tingkat kematangan : cukup
19	30	32	225	Extra fooding : ada setiap hari
20	3	60	224	*Buah : ada setiap hari

Catatan : Di dalam kolom Keterangan, pernyataan yang bertanda bintang (*) adalah adanya pernyataan tambahan dari taruna ketika dilakukan wawancara langsung.

Dari hasil kuesioner yang sudah disebar, diperoleh data bahwa kondisi permakanaan taruna STPI adalah sebagai berikut :

1. Pertanyaan nomor satu tentang kondisi permakanaan pada 3 (tiga) bulan terakhir adalah sebanyak 181 orang taruna menjawab kurang baik, dan 106 orang menjawab baik dan tidak ada yang menjawab sangat baik.
2. Pertanyaan nomor dua tentang rasa masakan yang disajikan pihak Catering adalah sebanyak 199 orang taruna menjawab rasa masakannya kurang enak, dan sebanyak 73 orang taruna menjawab enak, serta 15 sangat enak.
3. Pertanyaan nomor tiga tentang warna masakan yang disajikan, ada sebanyak 208 orang taruna menjawab bahwa warna masakannya kurang menarik, sebanyak 78 orang taruna menjawab warna masakan menarik, serta sebanyak 1 orang menjawab sangat menarik.
4. Pertanyaan nomor empat tentang tekstur masakan yang disajikan sesuai atau tidak dengan jenis masakannya, sebanyak 167 orang taruna menjawab kurang sesuai, sebanyak 117 orang taruna menjawab sesuai dan 3 orang menjawab sangat sesuai.
5. Pertanyaan nomor lima tentang bumbu dalam masakan, sebanyak 181 orang taruna menjawab kurang bumbu dan sebanyak 100 orang menjawab bumbunya cukup, dan 6 orang menjawab bumbunya lebih.
6. Pertanyaan nomor enam tentang aroma masakan yang disajikan, sebanyak 191 orang taruna menjawab aroma masakan kurang harum, sebanyak 92 orang taruna menjawab masakan harum, sebanyak 4 orang menjawab sangat harum.
7. Pertanyaan nomor tujuh tentang suhu atau temperatur masakan yang disajikan sebanyak 157 orang taruna menjawab suhu masakan sudah sesuai, dan sebanyak 124 orang taruna menjawab suhu masakan kurang sesuai, dan 6 orang taruna menjawab suhu masakannya sangat sesuai.
8. Pertanyaan nomor delapan tentang jenis menu yang diizinkan menambah bila dirasa kurang, sebanyak 145 orang taruna menjawab nasi boleh tambah, dan sebanyak 34 orang taruna menjawab lauk dan 8 orang menjawab sayur.
9. Pertanyaan nomor sembilan tentang porosi makan taruna, sebanyak 228 orang taruna menjawab cukup, dan sebanyak 38 orang taruna menjawab banyak dan 21 orang taruna menjawab sedikit.
10. Pertanyaan nomor sepuluh tentang jadwal waktu makan, sebanyak 204 orang menjawab tepat waktu, 75 orang menjawab kadang terlambat dan 8 orang menjawab sering terlambat.
11. Pertanyaan nomor sebelas tentang kondisi kebersihan peralatan makan taruna, sebanyak 193 orang taruna menjawab kurang bersih, 90 orang taruna menjawab bersih, dan 4 orang taruna menjawab sangat bersih.
12. Pertanyaan nomor dua belas tentang kondisi kebersihan ruang makan taruna, sebanyak 192 orang taruna menjawab kurang bersih, 90 orang taruna menjawab bersih dan 5 orang taruna menjawab sangat bersih.

Pembahasan

Dari hasil pengumpulan data permakanaan sebanyak 287 Taruna/Taruni maka tahap selanjutnya adalah pembahasan berdasarkan identifikasi masalah yaitu :

1. Kondisi permakanaan taruna Sekolah Tinggi Penerbangan Indonesia.

- a. Bentuk penyelenggaraan permakanan taruna STPI adalah Institusional food service adalah bentuk penyelenggaraan makanan yang tempat memasak dan menyajikan makanan berada disuatu tempat. Jenis penyelenggaraan makanan ini biasanya bersifat non komersial, seperti asrama, rumah sakit, panti asuhan, dan lembaga permasyarakatan. Karena asrama, panti asuhan dan lembaga permasyarakatan itu disebut penyelenggaraan makanan institusi dapat diartikan sebagai penyelenggaraan makanan yang dikelola oleh pemerintah maupun oleh badan swasta, atau yayasan sosial.

Penyelenggaraan makanan institusi memperlihatkan ciri-ciri berikut :

- i. Penyelenggaraan makanan dilakukan oleh institusi itu sendiri dan tidak bertujuan untuk mencari keuntungan.
 - ii. Dana yang diperlukan untuk penyelenggaraan sudah ditetapkan jumlahnya (Rp 34.000,- perorang perhari) sehingga penyelenggaraan makanan harus menyesuaikan pelaksanaan dengan dana yang tersedia.
 - iii. Makanan diolah dan dimasak di dapur yang berbeda dengan hidangan yang biasa disajikan di lingkungan keluarga.
- b. Siklus menu permakanan taruna STPI mempunyai siklus menu 10 hari dianggap lebih baik karena dapat mencegah kebosanan. Selain itu juga siklus menu 10 hari sesuai dengan jumlah hari dalam satu bulan yaitu rata-rata 30 hari dalam 1 bulan.
 - c. Permakanan taruna kurang baik karena berbagai hal seperti : masakannya tidak ada rasanya karena kurang bumbu sehingga rasanya hambar, sebanyak 199 orang taruna menjawab rasa masakannya kurang enak dan sebanyak 181 orang taruna menjawab kurang bumbu, serta ada sebanyak 208 orang taruna menyatakan warna masakannya kurang menarik, aroma masakan yang disajikan, sebanyak 191 orang taruna menjawab aroma masakan kurang harum, dan dari hasil kuesioner tersedia buah setiap hari tapi hanya buah pepaya setiap hari.
 - d. Kebersihan masakan kurang karena sering ditemukan ada ulat di sayur, dan kebersihan tempat makan piring / ompreng yang kurang bersih / masih basah ketika akan digunakan,
 - e. Untuk taruna yang sakit, Jenis makan disesuaikan dengan kondisi pasien karena sebanyak 224 orang taruna menyatakan tidak ada menu khusus untuk taruna yang sakit, kemasan / Tempat makannya terbuat dari styrofoam yang tidak sehat, paasien taruna membutuhkan air minum panas dari Dispenser atau air panas dalam thermos,
 - f. Air pembuangan dari dapur catering dibuang ke got / saluran air sebelah jalan raya depan perumahan. Dari pengamatan selama ini, sering tercium bau tak sedap dari tempat got pembuangan catering tersebut,
 - g. Ada beberapa hal yang cukup baik yaitu dalam hal Pengasuh, baik jumlah pengasuh yang sudah memadai, maupun sikap Pengasuh yang sudah cukup baik, demikian juga Petugas pelayanan permakanan pun cukup sopan.
2. Bagaimana mewujudkan permakanan taruna yang ideal ?
 - a. Permakanan taruna STPI perlu perbaikan terutama dalam hal rasa, warna dan aroma masakan,
 - b. Kebersihan (masakan, piring, got) harus ditingkatkan karena dapat berakibat fatal bagi kesehatan,
 - c. Taruna sakit yang menginap, permakanan perlu disesuaikan dengan kondisi pasien,

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penyajian dan analisis hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- a. Permakanaan taruna STPI kurang terutama dalam hal rasa, warna dan aroma masakan,
- b. Kebersihan kurang (masakan, piring, got) karena dapat berakibat fatal bagi kesehatan,
- c. Taruna sakit yang menginap, permakanaan sama dengan taruna yang sehat.

B. Saran

- a. Permakanaan taruna STPI perlu perbaikan terutama dalam hal rasa, warna dan aroma masakan,
- b. Kebersihan (masakan, piring, got) harus ditingkatkan karena dapat berakibat fatal bagi kesehatan,
- c. Taruna sakit yang menginap, permakanaan perlu disesuaikan dengan kondisi pasien.

DAFTAR PUSTAKA

1. Marwati, (2000). Pengetahuan Masakan Indonesia. Yogyakarta :Adi Cita Karya Nusa
2. Rizqie Auliana. (1999). Gizi dan Pengolahan Pangan. Yogyakarta : Adi Cita Karya Nusa
3. Sjahmien Moehyi. (1992). Penyelenggaraan Makanan Institusi dan Jasa Boga. Jakarta : Bhatara.
4. Kuslianto dan Kusno Waluyo. (2004). Gizi dan Pola Hidup Sehat. Bandung : Yrama Widya
5. Sunita Atmasier.(2002). Prinsip Dasar Ilmu Gizi.Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
6. Sunita Atmasier.(2007).Penuntun Diet. Jakarta :Gramedia Pustaka Utama
7. Sugiyono.(2012). Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan kuantitatif, Kualitatif, dan R & D). Bandung :Alfabeta
8. Undang – Undang RI nomor 18 Tahun 2012.