

PT GODEN ENERGI CEMERLANG LESTARI

Angsana Coal Project



PT BORNEO INDOBARA

PPO 4.1.52

Prosedur Pengendalian Operasi

Pengelolaan Makanan, Minuman, dan Gizi Kerja

Tanggal Terbit 29 Mei 2025

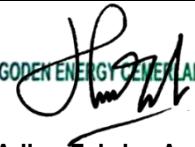
No. Revisi 0

Tanggal revisi -

Catatan: registerasi dan perubahan nomor revisi dokumen hanya dilakukan oleh pengendali dokumen yang telah ditunjuk

Catatan Revisi

| Code | Halaman | Point | Tanggal |
|------|---------|--|-------------|
| - | - | <p>Prosedur Baru</p> <ul style="list-style-type: none">- Menambahkan point terkait Petugas Penjamah Makanan (food handler)- Menambahkan point terkait persyaratan kompetensi tenaga pelaksana | 29 Mei 2025 |
| | | | |

| Dipersiapkan oleh | Disahkan oleh |
|---|---|
|  Danu Amaparian Safety Officer |  Ading Fahriza Amin PJO |

Dokumen tidak terkendali tanpa stempel "SALINAN TERKENDALI" disetiap lembar prosedur ini

GECL-HSE - PPO - 4.1.52 - R01 Pengelolaan Kesehatan Kerja

Page 1 of 5



DAFTAR ISI

1. TUJUAN
2. RUANG LINGKUP
3. PROSEDUR
4. AKUNTABILITAS
5. DEFISINI DAN ISTILAH
6. LAMPIRAN
7. REFERENSI

1. TUJUAN

Prosedur ini bertujuan untuk memastikan dan meningkatkan kondisi Kesehatan dan gizi pekerja sehingga dapat meningkatkan efisiensi dan produktivitas kerja. Prosedur ini juga bertujuan sebagai pedoman dalam pengelolaan makanan, minuman dan gizi kerja sesuai standart Kesehatan yang berlaku

2. RUANG LINGKUP

Prosedur ini berlaku bagi semua operasi PT Goden Energi Cemerlang Lestari di area operasi tambang PT Borneo Indobara.

3. PROSEDUR

3.1 Umum.

Pengelolaan makanan, minuman , dan gizi ditempat kerja adalah semua proses, dimulai dari merencanakan anggaran belanja sampai makanan dan minuman dikonsumsi oleh pekerja

- 3.1.1 Meningkatkan dan mempertahankan kemampuan kerja
- 3.1.2 Meningkatkan produktivitas
- 3.1.3 Meningkatkan derajat kesehatan
- 3.1.4 Menurunkan absensi
- 3.1.5 Terciptanya hubungan timbal balik pengusaha dan pekerja maupun antar pekerja
- 3.1.6 Suasana kerja menyenangkan dan meningkatkan motivasi dan gairah kerja
- 3.1.7 Mengatasi kelelahan dan kesiapan tenaga untuk kerja Kembali
- 3.1.8 Pengawasan relative lebih mudah

Pengelolaan makanan, minuman, dan gizi dapat dilakukan sendiri oleh Perusahaan atau cara Kerjasama/kontrak dengan Perusahaan catering pengelolaan makanan.

3.2 Persyaratan pengelolaan makanan dan minuman

3.2.1 Ruang tempat makan dan kantin

- a. Perusahaan yang mempunyai pekerja antara 50 sampai 200 orang harus menyediakan ruang tempat makan
- b. Perusahaan yang mempunyai pekerja lebih dari 200 orang harus menyediakan kantin

3.2.2 Pengelolaan makanan dan minuman

- a. Mempunyai dapur
- b. Mempunyai tenaga gizi atau bekerja sama dengan pihak ke tiga



- c. Mempunyai tenaga pelaksana
- d. Mempunyai petugas penjamah makanan (food handler)

3.2.3 Petugas Penjamah Makanan (food handler)

- a. Selalu menjaga kebersihan badannya nya
- b. Perusahaan harus menyediakan pakaian (schort) & tutup kepala yang bersih bagi petugas penjamah makanan untuk dipakai waktu melayani makanan
- c. Pegawai penjamah makanan tidak boleh melayani makanan selama menderita penyakit sampai dinyatakan sehat Kembali oleh dokter
- d. Memiliki sertifikat hygiene sanitasi makanan yang dikeluarkan oleh dinas Kesehatan

3.2.4 Pemilihan Bahan Makanan

- a. Bahan makanan mentah (segar) yaitu makanan yang perlu pengolahan sebelum dihidangkan
- b. Daging, susu, telor, ikan/udang, buah dan sayuran dalam keadaan baik, segar, dan tidak rusak atau berubah bentuk, warna dan rasa, serta sebaiknya berasal dari tempat resmi yang diawasi
- c. Jenis tepung dan biji bijian harus dalam keadaan baik, tidak berubah warna, tidak bernoda dan tidak berjamur
- d. Makanan fermentasi yaitu makanan yang diolah dengan bantuan mikroba seperti ragi atau cendawan, harus dalam keadaan baik, terciptanya aroma fermentasi, tidak berubah warna, aroma, rasa serta tidak bernoda dan berjamur
- e. Bahan tambahan pangan (BTP) yang dipakai harus memenuhi persyaratan sesuai peraturan yang berlaku

3.2.5 Penyediaan Minuman

- a. Air dalam keadaan terlindungi dari sumber pencemaran, Binatang pembawa penyakit, dan tempat perkembangbiakan vector
- b. Tidak menjadi tempat perkembangbiakan vector dan Binatang pembawa penyakit
- c. Jika tidak menggunakan container sebagai penampung air harus dibersihkan secara berkala 1 kali seminggu
- d. Aman dari kemungkinan kontaminasi

3.2.6 Tenaga Pelaksana

Persyaratan sebagai tenaga pelaksana adalah sebagai berikut :

- a. Bebas dari penyakit menular (seperti TBC, thypus,cacingan) dan harus selalu menjaga kebersihan badan
- b. Disediakan (schort) dan tutup kepala untuk digunakan sewaktu melayani makanan
- c. Telah mendapat pelatihan tentang kebersihan dan Kesehatan khusus yang berkaitan dengan penyelenggaraan makan bagi pekerja
- d. Tidak boleh melayani makanan selama menderita suatu penyakit sampai dinyatakan oleh dokter bahwa ia sudah sehat Kembali (khususnya infeksi pada kulit, mata, telinga, hidung dan tenggorokan)



- e. Mendapat pelatihan tentang cara menggunakan alat pemadam api ringan (APAR)
- f. Tidak mempunyai kebiasaan buruk yang tidak sehat dalam bekerja, misalnya : bicara waktu menyediakan makanan, bersin/batuk didepan makanan, menggaruk bagian tubuh tertentu, merokok, mabuk dll
- g. Tidak menggunakan perhiasan selama mengolah makanan
- h. Disiplin memakai alat pelindung diri(pakaian kerja, celemek, sarung tangan, tutup kepala, masker, topi)
- i. Segera melapor kepada First Aider apabila ada yang menderita diare dan muntah ditempat kerja, dirumah atau ditempat lain dan menderiksa infeksi.

3.3 Pengelolaan Gizi Kerja

3.3.1 Jenis-Jenis Gizi yang diperlukan

- a. Hidrat arang (kerbohidrat)
- b. Lemak
- c. Protein
- d. Vitamin
- e. Mineral
- f. air

3.3.2 Faktor-Faktor kebutuhan zat gizi kerja

- a. Ukuran tubuh (tinggi badan dan berat badan). Makin besar tubuh maka semakin besar juga kebutuhan protein dan kalorinya
- b. Usia yang dinyatakan dengan tahun, Dimana makin tua makin kurang kebutuhan kalori dan zat gizi
- c. Kondisi tubuh tertentu misalnya baru sembuh dari sakit, baru operasi, sedang hamil dan menyusui memerlukan gizi lebih besar disbanding kondisi biasa

4. DEFINISI DAN ISTILAH

- 4.1 **Perusahaan** adalah PT Goden Energi Cemerlang Lestari
- 4.2 **Higiene** adalah usaha kesehatan preventif yang menitikberatkan kegiatannya kepada usaha Kesehatan individu maupun usaha Kesehatan lingkungan hidup manusia
- 4.3 **Pengelolaan makanan** adalah rangkaian kegiatan yang meliputi penerimaan bahan mentah atau makanan terolah, pembuatan, pengubahan bentuk, pengemasan, pewadahan, pengangkutan dan penyajian
- 4.4 **Penjamah** makanan adalah orang yang secara langsung mengela makanan
- 4.5 **Gizi** adalah Kesehatan seseorang yang dihubungkan dengan makanan yang dikonsumsinya sehari-hari
- 4.6 **Gizi kerja** adalah penyediaan dan pemberian masukan zat gizi kepada pekerja sesuai dengan jenis pekerjaan yang dilakukan selama berada ditempat kerja guna mendapatkan Tingkat kebutuhan dan produktivitas kerja setinggi-tingginya

5. LAMPIRAN

- 5.1 N/A

6. REFERENSI



- 6.1 BIB – HSE – PPO – 005 – R01 Pengelolaan makanan minuman dan gizi kerja
- 6.2 PP nomor 88 tahun 2019 kesehatan kerja
- 6.3 Permenkes nomor 41 tahun 2014 pedoman gizi
- 6.4 ISO 14001:2015 sistem manajemen lingkungan
- 6.5 ISO 45001:2018 sistem manajemen kesehatan dan keselamatan kerja
- 6.6 BIB – HSE – MAN – 001 Manual SMPLH
- 6.7 MANUAL SMKP (GECL-MS-01-R01)