

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Makanan**

Menurut Depkes RI (2004), makanan adalah kebutuhan pokok manusia yang diperlukan setiap saat dan harus ditangani dan dikelola dengan baik dan benar agar bermanfaat bagi tubuh. Pengolahan yang baik dan benar pada dasarnya adalah mengolah makanan berdasarkan kaidah-kaidah dari prinsip hygiene dan sanitasi makanan.

Makanan diperlukan untuk kehidupan karena makanan merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi kehidupan manusia. Makanan berfungsi untuk memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan atau perkembangan serta mengganti jaringan tubuh yang rusak, memperoleh energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari, mengatur metabolisme dan berbagai keseimbangan air, mineral dan cairan tubuh yang lain, meningkatkan mood dan konsentrasi, mengurangi stres dan kecemasan, juga berperan di dalam mekanisme pertahanan tubuh terhadap berbagai penyakit.

#### **2.2 Hygiene dan Sanitasi**

Hygiene sanitasi adalah upaya untuk mengendalikan faktor risiko terjadinya kontaminasi pada makanan, baik yang berasal dari bahan makanan, orang, tempat dan peralatan agar aman dikonsumsi (Permenkes RI, 2011).

Hygiene sanitasi makanan adalah kebersihan individu terutama penjamah makanan yang bekerja langsung dalam pengolahan pangan karena penjamah makanan dapat mencemari bahan pangan (Anwar, Navianti, & Rusilah, 2020). Makanan harus diperhatikan hygiene sanitasinya karena apabila tidak diperhatikan dalam pengolahan, penyimpanan, maupun penyajiannya, maka dapat menjadi media penularan penyakit (Sari & Suyasa, 2021).

### **2.3 Pengertian Hygiene**

Hygiene adalah upaya kesehatan dengan cara memelihara dan melindungi kebersihan subyeknya. Misalnya mencuci tangan untuk melindungi kebersihan tangan, cuci piring untuk melindungi kebersihan piring, membuang bagian makanan yang rusak untuk melindungi keutuhan makanan secara keseluruhan (Marsanti & Retno, 2020).

Penerapan hygiene di area dapur dapat dilakukan dengan memperhatikan prinsip-prinsip sebagai berikut : 1) memperhatikan kebersihan badan dengan mengenakan pakaian/seragam yang bersih; 2) tidak mengenakan aksesoris yang berlebihan seperti jam tangan, kalung, gelang, atau benda lain yang mudah putus ataupun hilang; 3) mengenakan pakaian/seragam dengan ukuran yang pas (tidak terlalu besar/tidak terlalu kecil) serta pastikan bahwa kancing bajunya tidak mudah putus/copot sehingga tidak rawan terjatuh dan tercampur dengan bahan makanan yang sedang diolah; 4) mengenakan penutup kepala/rambut untuk menghindari kemungkinan jatuhnya rambut maupun ketombe ke alat dan makanan yang

sedang diolah; 5) selain itu, kebersihan kuku tangan dan kaki harus tetap dijaga agar selalu pendek, rapi, dan bersih (Anam, Setioka, Aprilia, 2021).

#### **2.4 Jenis - Jenis Hygiene**

Jenis – jenis Hygiene dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu :

##### **a. Hygiene perorangan**

Hygiene perorangan mencakup semua segi kebersihan dari pribadi karyawan (penjamah makanan) tersebut. Menjaga hygiene perorangan berarti menjaga kebiasaan hidup bersih dan menjaga kebersihan seluruh anggota tubuh. Penerapan Hygiene perorangan dapat dipengaruhi oleh pengetahuan penjamah makanan tentang Hygiene perorangan saat bekerja.

##### **b. Hygiene Makanan**

Penyelenggaraan makanan yang hygiene dan sehat menjadi prinsip dasar penyelenggaraan makanan institusi. Makanan yang tidak dikelola dengan baik dan benar oleh penjamah makanan dapat menimbulkan dampak negatif seperti penyakit dan keracunan makanan yang diakibatkan oleh bahan kimia, mikroorganisme, tumbuhan dan hewan, serta dapat menimbulkan alergi.

#### **2.5 Kantin Sekolah**

Kantin sekolah adalah tempat di sekolah yang dimana segenap warga sekolah dapat membeli pangan jajanan, baik berupa pangan siap saji maupun pangan olahan. Sebagai bagian dari lingkungan sekolah, kantin

berada dalam posisi unik karena dapat memberikan kontribusi positif bagi pemenuhan kebutuhan pangan yang aman dan bermutu, terutama bagi anak sekolah (BPOM, 2012). Kantin atau warung sekolah merupakan salah satu tempat jajan anak sekolah selain penjaja makanan jajanan di sekolah. Kantin sekolah mempunyai peranan yang penting dalam mewujudkan pesan-pesan kesehatan dan dapat menentukan perilaku makan siswa sehari-hari melalui penyediaan makanan jajanan di sekolah. Kantin sekolah dapat menyediakan makanan sebagai pengganti makan pagi dan makan siang di rumah serta camilan dan minuman yang sehat, aman dan bergizi (Nuraida et al. 2011).

Kantin sekolah harus dapat menyediakan pangan jajanan yang aman, bermutu, dan bergizi. Agar kantin sekolah dapat menyajikan pangan yang aman, maka semua syarat-syarat keamanan pangan harus dipenuhi. Syarat-syarat keamanan pangan untuk kantin sekolah pada prinsipnya dapat terpenuhi bila penerapan praktik pengolahan pangan yang baik dilaksanakan di setiap tahapan proses. Proses yang ada pada kantin sekolah adalah mulai dari pembelian bahan baku hingga penyajian. Peran pengelola dan karyawan kantin sangat penting untuk penjaminan keamanan dan mutu pangan yang dijual di kantin tersebut (BPOM, 2012).

## **2.6 Penjamah Makanan**

Penjamah Makanan menurut Permenkes Nomor 1096/MENKES/PER/VI/2011 adalah orang yang secara langsung mengelola makanan mulai dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan,

pengangkutan sampai penyajian. Pengetahuan dan sikap penjamah makanan dapat mempengaruhi kualitas makanan yang dihasilkan. Tenaga penjamah makanan mempunyai peran yang sangat besar terhadap kemungkinan terjadinya kontaminasi makanan yang disajikan. Sehingga penjamah makanan hendaknya mengerti dan memahami hygiene dan sanitasi perorangan dan hygiene sanitasi makanan.

## **2.7 Personal Hygiene Penjamah Makanan**

Kebersihan penjamah makanan dalam istilah populernya hygiene perorangan atau dalam istilah asingnya disebut personal hygiene, merupakan kunci kebersihan dalam pengolahan makanan yang aman dan sehat. Betapa ketatnya peralatan yang telah dibuat dan dikeluarkan oleh suatu usaha di tambah peralatan kerja dan fasilitas yang memadai, semua itu akan sia-sia saja bila manusia yang menggunakannya berperilaku tidak mendukung. Seperti misalnya pakaian kerja yang dibiarkan kotor, tangan yang dibiarkan tidak bersih, meludah di sembarang tempat. Dapat di mengerti kiranya bahwa perilaku penjamah makanan dan kebiasaan-kebiasaan yang tidak hygiene setiap penjamah makanan perlu diperhatikan oleh para pengusaha untuk menciptakan keadaan lingkungan kerja yang hygiene baik secara individu maupun kelompok tenaga penjamah yang bekerja di perusahaan pengelola makanan.

### **2.7.1 Syarat-Syarat Personal Hygiene**

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/MENKES/SK/VII/2003 tentang pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan, penjamah makanan jajanan dalam melakukan kegiatan pelayanan penanganan makanan jajanan harus memenuhi persyaratan antara lain sebagai berikut:

**a) Tidak menderita penyakit mudah menular**

Menurut Kepmenkes RI No. 942/MENKES/SK/VII/2003, salah satu syarat penjamah makanan adalah tidak menderita penyakit menular misalnya batuk, pilek, influenza, diare, penyakit perut sejenisnya. Penjamah makanan yang menderita atau diduga menderita penyakit bawaan makanan atau penyakit tertentu dapat menyebabkan kontaminasi makanan (FSANZ, 2016).

**b) Menutup luka (pada luka terbuka/bisul atau luka lainnya)**

Menurut Food Standard Australia New Zealand (2016), seorang penjamah makanan yang mengalami luka pada kulit dan terinfeksi seperti bisul, jerawat, luka atau abrasi dapat menimbulkan resiko tambahan kontaminasi makanan dengan patogen bawaan makanan seperti *Staphylococcus aureus*.

**c) Menjaga kebersihan tangan, rambut, kuku, dan pakaian**

Dalam menjaga kebersihan, penjamah makanan perlu memperhatikan beberapa hal seperti kuku sebaiknya dijaga agar tetap pendek sehingga mudah dibersihkan dan untuk menghindari adanya patahan kuku pada makanan. Penjamah makanan perlu menjaga rambut agar tetap rapi dan bersih. Rambut yang panjang harus diikat menggunakan tali rambut atau lebih baik menggunakan penutup kepala berupa topi bersih. Pakaian kotor dapat mencemari makanan jika pakaianya secara langsung menyentuh pakaian kotor mereka (misalnya menyeka tangan mereka) dan kemudian menyentuh makanan.

**d) Memakai celemek dan tutup kepala**

Penjamah makanan harus memperhatikan beberapa hal seperti menggunakan celemek atau apron yang bersih dan menutup selalu rambut dengan penutup rambut sehingga mencegah kerontokan rambut/ketombe. Sebisa mungkin, celemek, dan pakaian pelindung luar lainnya hanya dipakai di area penanganan makanan. Celemek harus dilepaskan ketika pergi ke toilet dan ketika beristirahat. Pakaian, celemek, atau kain yang digunakan untuk mengelap bangku atau mengeringkan piring tidak boleh digunakan untuk mengeringkan tangan (FSANZ,2016).

**e) Mencuci tangan setiap kali hendak menangani makanan**

Untuk penyediaan pangan yang aman penjamah makanan harus menjaga kebersihan tangan dengan mencuci tangan menggunakan sabun dan air yang mengalir sebelum memasak atau menyiapkan makanan.

**f) Menjamah makanan harus memakai alat/perlengkapan atau dengan alas tangan**

Menurut Food Standard Australia New Zealand (2016), salah satu tindakan untuk menghindari kontaminasi makanan atau permukaan yang mungkin bersentuhan dengan makanan adalah memakai sarung tangan utuh dan bersih sewaktu menangani makanan. Untuk menghindari adanya kontak dengan makanan yang tidak perlu menggunakan peralatan. Peralatan yang dapat dipakai penjamah tersebut dapat berupa sarung tangan plastik sekali pakai, penjepit makanan, sendok dan garpu (Wijayanti et al,2016).

**g) Tidak sambil merokok, menggaruk anggota badan (telinga, hidung, mulut atau bagian lainnya)**

Terdapat beberapa hal yang perlu dihindari oleh penjamah makanan saat menjamah makanan. Menggaruk-garuk badan, menggorek hidung dan meludah adalah aktivitas yang harus dihindari oleh penjamah makanan selama menangani makanan dan menyajikan makanan. Penjamah makanan tidak diperbolehkan untuk merokok atau mengunyah tembakau di area penanganan makanan.

**h) Tidak batuk atau bersin di hadapan makanan jajanan yang disajikan atau tanpa menutup mulut atau hidung**

Menurut Food Standard Australia New Zealand (2016), penjamah makanan tidak diperbolehkan bersin, meniup atau batuk di atas makanan dan permukaan benda apapun yang tidak terlindungi dan kemungkinan akan bersentuhan dengan makanan. Batuk atau bersin pada seseorang dapat membuat tangannya terkontaminasi oleh hasil ekskresi tubuh yang mengandung patogen dan dapat menyebabkan penyakit bawaan makanan jika pindah ke makanan (FSANZ, 2016). Maka dari itu, mencuci tangan perlu dilakukan kembali setelah kontak dengan cairan tubuh ketika batuk atau bersin (Irawan, 2016).

Syarat hygiene yang harus dilakukan seorang penjamah makanan antara lain yaitu :

**a. Mencuci Tangan**

Tangan yang kotor atau terkontaminasi dapat memindahkan bakteri dan virus patogen dari tubuh, feces, atau sumber lain ke makanan. Oleh karena itu mencuci tangan merupakan hal pokok yang harus dilakukan oleh pekerja yang terlibat dalam penanganan makanan. Pada prinsipnya mencuci tangan dilakukan setiap saat, setelah tangan menyentuh benda-benda yang dapat menjadi sumber kontaminasi atau cemaran (Pasanda, 2016).

**b. Kebersihan dan Kesehatan Diri**

Syarat utama pengolah makanan adalah memiliki kesehatan yang baik. Kesehatan pengolah makanan yang terlibat dalam pengolahan makanan

sangat perlu mendapatkan perhatian khusus untuk menjamin keamanan makanan, untuk mencegah terjadinya penyebaran penyakit melalui makanan. Terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan dan dilakukan oleh penjamah makanan dalam menangani makanan adalah sebagai berikut :

a) Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan sebaiknya dilakukan minimal sekali setiap tahun agar dari hasil pemeriksaan tersebut, karyawan yang terkena penyakit dapat diobati terlebih dahulu sebelum dipekerjakan kembali.

b) Kebersihan Tangan dan Jari Tangan

Tangan merupakan salah satu anggota tubuh yang vital untuk mengerjakan sesuatu dalam penyelenggaraan makanan, dan melalui tangan juga makanan banyak terkontaminasi. Oleh karena itu, kebersihan tangan sangat penting dalam penyelenggaraan makanan. Dianjurkan agar setiap kali keluar dari kamar mandi sebaiknya tangan dibersihkan dengan air yang mengalir dan sabun, lalu dikeringkan dengan serbet kertas (tisu) untuk tangan atau dengan menggunakan alat mesin pengering tangan (*hand dryer*) dan di dekat wastafel diletakan tempat sampah untuk pembuangan tisu dan kotoran lainnya.

Petugas yang menyelenggarakan makanan secara langsung tidak diperbolehkan menggunakan cincin dan jam tangan karena dapat menjadi

sarang bagi bakteri sehingga makanan yang ditangani dapat terkontaminasi.

Kuku harus dipotong pendek karena kuku termasuk sumber kotoran/penyakit, serta tidak diperbolehkan menggunakan cat kuku/kutek yang kemungkinan besar dapat mengelupas dan jatuh ke dalam makanan.

c) Kesehatan Rambut

Pencucian rambut dilakukan secara teratur karena rambut yang kotor akan menimbulkan rasa gatal pada kulit kepala yang dapat mendorong seseorang untuk menggaruknya dan dapat mengakibatkan kotoran-kotoran dari kepala jatuh benerbangan ke dalam makanan serta kuku menjadi kotor.

Pada saat bekerja diharuskan menggunakan penutup kepala (hair cap).

d) Kebersihan hidung

Selama bekerja usahakan jangan mengorek hidung karena pada hidung manusia terdapat banyak sekali bakteri. Dalam keadaan terpaksa dapat menggunakan tisu yang langsung dapat dibuang. Setelah itu, tangan harus dicuci. Apabila bersin, hidung harus ditutup dengan sapu tangan atau tisu serta wajah dialihkan dari arah makan yang sedang dipersiapkan, untuk menghindari bakteri-bakteri yang berasal dari hidung.

e) Kebersihan Mulut dan Gigi

Dalam rongga mulut terdapat banyak sekali bakteri terutama pada gigi yang berlubang. Apabila ada makanan yang terselip di antara gigi, jangan

sesekali membersihkannya dengan jari tangan, tetapi pergunakan tusuk gigi. Pada saat batuk mulut harus ditutup dengan tisu dan wajah dialihkan dari arah makanan.

f) Kebersihan telinga

Lubang telinga sebaiknya dibersihkan secara teratur, karena jika telinga kotor akan membuat telinga menjadi gatal serta dapat mendorong seseorang memasukan jari-jari tangannya ke lubang telinga.

g) Berpakaian

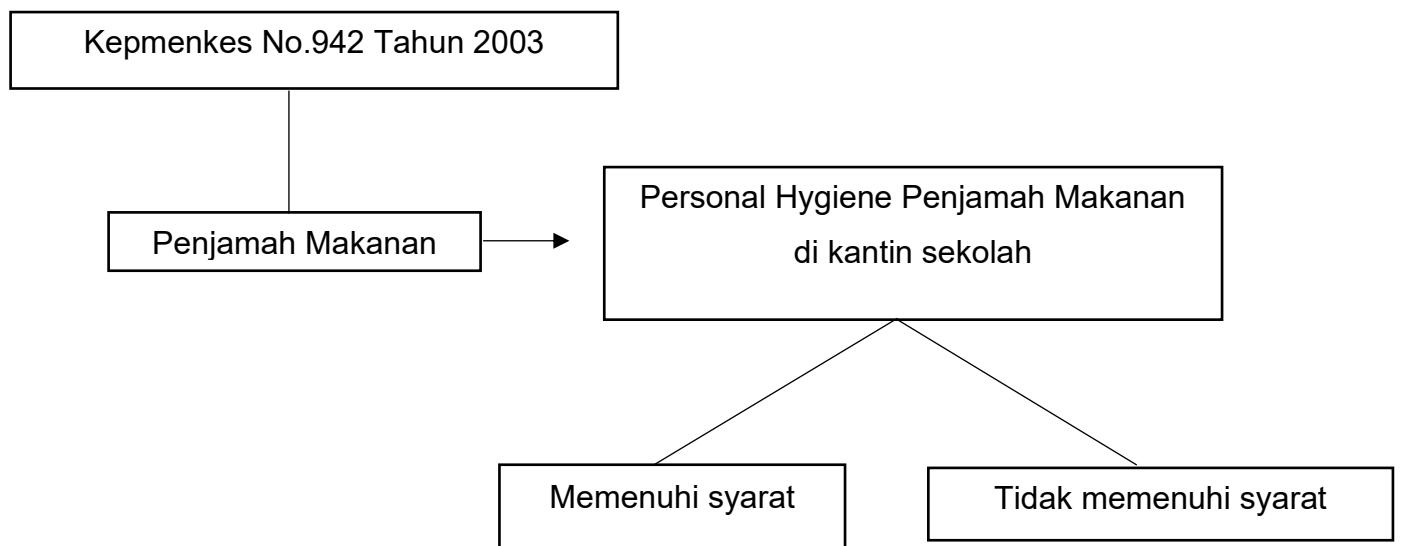
Pakaian yang digunakan di dapur harus pakaian khusus, biasanya karyawan mengganti pakaianya di loker. Seragam harus diganti setiap hari karena pakaian yang kotor merupakan tempat bersarangnya bakteri. Pakaian di dapur dipilih sesuai model yang melindungi tubuh pada waktu memasak, mudah dicuci, berwarna terang, terbuat dari bahan yang kuat, menyerap keringat, tidak panas, dan ukurannya tidak begitu ketat sehingga dapat digunakan pada waktu bekerja. Sepatu yang digunakan adalah sepatu kerja yang berhak pendek, tidak licin, ringan dan enak dipakai.

Mewujudkan Personal Hygiene tentu ada tujuan yang hendak dicapai, yaitu : 1) Meningkatkan derajat kesehatan seseorang; 2) Memelihara kebersihan diri sendiri; 3) Memperbaiki kekurangan pada personal hygiene; 4) Melakukan pencegahan timbulnya penyakit; 5) Menumbuhkan kepercayaan diri seseorang; 6) Menciptakan ada kesan keindahan (Yulianto, Hadi, & Nurcahyo, 2020).

### 2.7.2 Manfaat Personal Hygiene

Manfaat personal hygiene bagi penjamah makanan yaitu dapat meningkatkan kualitas makanan yang diolah, menghindari terjadinya kontaminasi silang, menjaga kebersihan dan kesehatan makanan serta mematuhi prosedur wajib bagi penjamah makanan.

### 2.8 Kerangka Teori



**Gambar 1.1 Kerangka Teori**

*Sumber : Kepmenkes No.942/Menkes/SK/VII/2003 Tentang Pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan*