

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 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 (Wicaksana & Rachman, 2018)

2.2.1 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.

Dalam praktiknya, menurut (Anam, Setioka & Aprilia, 2021) 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.

2.2 Jenis - jenis Hygiene

Jenis – jenis Hygiene dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu :

a. Hygiene perorangan

Hygiene perorangan mencakup semua segi kebersihan dari pribadi karyawan (perorangan pedagang jajanan) 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. (Kusuma Pasandan, Nugrraheni & Nissa, 2017).

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.

2.3 Kantin Sekolah

Kantin sekolah adalah ruang tempat penjualan makanan dan minuman baik di sekolah, kantor. Kantin ialah setiap bangunan yang menetap dengan segala peralatan yang dipergunakan untuk pembuatan dan penjualan atau penyajian makanan dan minuman di peruntukan bagi masyarakat tertentu. Kantin sekolah mempunyai peranan yang penting dalam mewujudkan pesan-pesan kesehatan yang dapat menentukan perilaku makan siswa sehari-hari melalui penyediaan makanan jajanan di sekolah. Kantin sekolah dapat menyediakan makanan sebagai pengganti makanan pagi dan makanan siang di rumah serta cemilan dan minuman yang sehat, aman dan bergizi.

2.4 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 terjadi kontaminasi makanan yang disajikan. Sehingga penjamah makanan hendaknya mengerti dan memahami hygiene dan sanitasi perorangan.

2.5 Personal Hygiene Penjamah Makanan

Penjamah makanan adalah orang yang secara langsung berhubungan dengan makanan dan peralatan mulai dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan, pengangkutan sampai penyajian. Dalam proses pengolahan makanan, peran dari penjamah makanan sangatlah besar peranannya. Penjamah makanan ini mempunyai peluang untuk menularkan penyakit.

Kebersihan penjamah makanan 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. Perilaku penjamah makanan dan kebiasaan-kebiasaan yang hygiene sangat penting pada setiap orang.

2.5.1 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.

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

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 yang kotor dapat mencemari makanan jika pakaiannya secara langsung menyentuh makanan.

d) Memakai celemek dan tutup kepala

Seorang penjamah makanan harus memperhatikan beberapa hal seperti menggunakan celemek atau apron yang bersih serta menutup selalu rambut dengan penutup rambut sehingga mencegah kerontokan rambut/ketombe. Sebisa mungkin, celemek, dan pakaian pelindung luar lainnya dipakai di area penanganan makanan. Celmek 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.

e) Mencuci tangan setiap kali hendak menangani makanan

bahwa untuk penyediaan makanan yang aman adalah menjaga kebersihan yang salah satunya dapat dilakukan dengan mencuci tangan dengan seksama menggunakan sabun dan air bersih sebelum memasak atau menyiapkan makanan. Tangan harus dicuci dan dikeringkan sebelum menangani makanan.

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

salah satu tindakan untuk menghindari kontaminasi makanan atau permukaan yang mungkin bersentuhan dengan makanan adalah memakai sarung tangan utuh dan bersih sewaktu menangani makanan. Peralatan yang dapat dipakai penjamah tersebut dapat berupa sarung tangan plastik sekali pakai, penjepit makanan, sendok dan garpu. Penjamah makanan harus berupaya untuk mencegah penyebaran penyakit bawaan makanan melalui tangan yang tidak bersih.

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, mengorek hidung dan meludah adalah aktivitas yang harus dihindari oleh pekerja kantin selama menangani pangan dan menyajikan makanan. Penanganan makanan tidak diperbolehkan untuk merokok atau mengunyah tembakau di area penanganan makanan. Banyak

peraturan yang melarang merokok pada jarak tertentu dari kegiatan penyiapan makanan.

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

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. Maka dari itu, mencuci tangan perlu dilakukan kembali setelah kontak dengan cairan tubuh ketika batuk atau bersin.

Syarat hygiene yang harus dilakukan pada perorangan pedagang jajanan 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.

Berikut ini adalah beberapa pedoman praktis, bilamana mencuci tangan harus melakukan yaitu : 1) sebelum memulai pekerjaan dan pada waktu menangani kebersihan tangan harus tetap dijaga; 2) sesudah waktu

istirahat; 3) sesudah melakukan kegiatan-kegiatan pribadi misalnya merokok, makan, minum, bersin, batuk, dan setelah menggunakan toilet (buang air kecil atau besar); 4) setelah menyentuh benda-benda yang dapat menjadi sumber kontaminan misalnya telepon, uang, kain, atau baju kotor, bahan makanan mentah ataupun segar, daging, cangkang telur, dan peralatan kotor; 5) setelah mengunyah permen karet atau setelah menggunakan tusuk gigi; 6) setelah menyentuh kepala, rambut, hidung, mulut, dan bagian-bagian tubuh yang terluka; 7) setelah menangani sampah serta kegiatan pembersihan, misalnya menyapu, atau memungut benda yang terjatuh dilantai; 8) sesudah menggunakan bahan-bahan pembersih dan atau handsanitaizer kimia dan sebelum; 9) sesudah menggunakan sarung tangan kerja.

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, disamping untuk mencegah terjadinya penyebaran penyakit melalui makanan terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan dan dilakukan oleh petugas 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 atau kamar kecil sebaiknya tangan dibersihkan dengan air hangat 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 beterbangan 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 saput 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 kalau 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 berganti pakaian di loker. Seragam harus diganti setiap hari karena pakaian yang kotor merupakan tempat bersarangnya bakteri. Pakaian di dapur dipilih 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 menggunakan pada waktu bekerja. Sepatu yang digunakan adalah sepatu kerja yang berhak pendek, tidak licin, ringan dan enak dipakai.

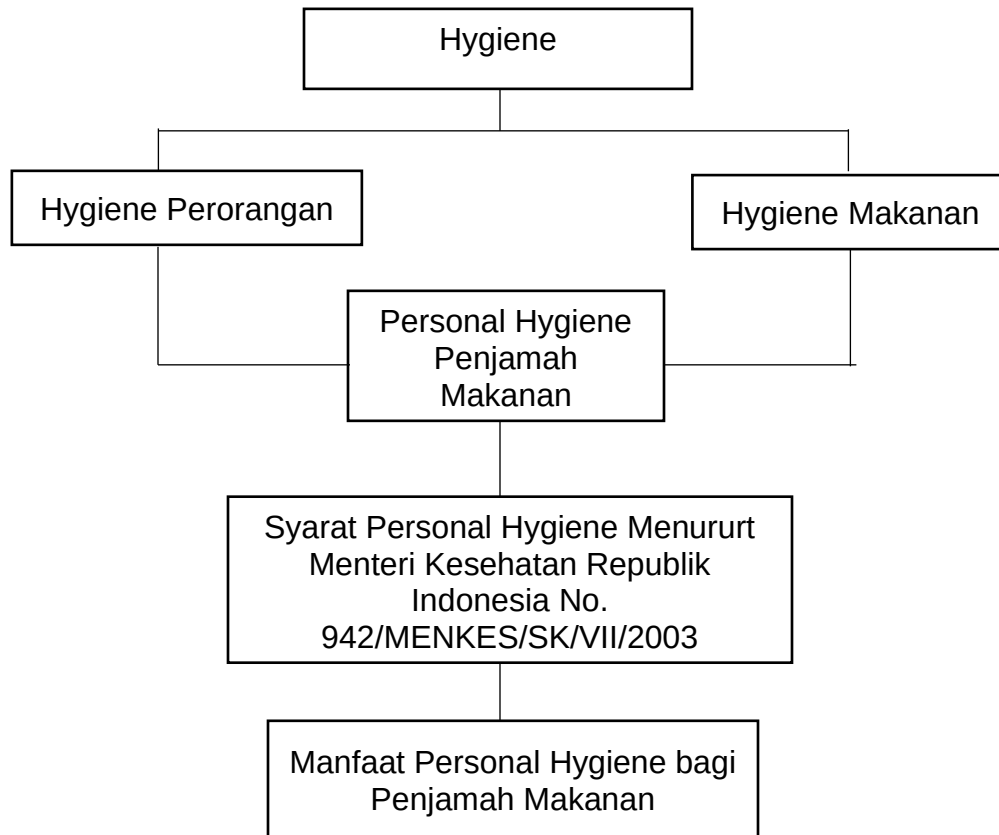
2.5.2 Manfaat Personal Hygiene

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

2.5.3 Akibat

Dalam proses pengolahan makanan, peran seorang penjamah makanan sangat besar peranannya. Penjamah makanan mempunyai peluang untuk menularkan penyakit sehingga makanan dapat terkontaminasi. Banyak infeksi yang ditularkan melalui penjamah makanan. Oleh sebab itu penjamah makanan harus selalu dalam keadaan sehat dan terampil.

2.6 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori