

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Tentang Hygiene Sanitasi Makanan**

##### **1. Pengertian Hygiene Sanitasi Makanan**

Pada dasarnya “hygiene” dan “sanitasi” memiliki arti dan tujuan yang sama, yaitu untuk mencapai Kesehatan yang prima. Menurut Depkes RI (2004), hygiene adalah upaya Kesehatan dengan menjaga dan melindungi kebersihan perorangan. Misalnya mencuci tangan pakai sabun, mencuci piring untuk menjaga kebersihan piring, membuang bagian makanan yang rusak untuk menjaga makanan secara keseluruhan. Sedangkan menurut Richard Sihite (2009), sanitasi makanan adalah suatu pencegahan untuk membebaskan makanan dan minuman dari segala bahaya yang mengganggu Kesehatan, mulai dari makanan itu sebelum diproduksi, selama dalam proses pengolahan, pengangkutan, penyimpanan, sampai kepada penyajian/pendistribusian sehingga makanan dan minuman tersebut siap dikonsumsi kepada konsumen.

##### **2. Penjamah Makanan**

Menurut Depkes RI (2006), penjamah makanan adalah orang yang bersentuhan langsung dengan makanan dan peralatannya, mulai dari tahap persiapan, pembersihan, penanganan, dan pengangkutan hingga penyajian. Dalam proses makanan, peran penjamah sangat penting. Penjamah makanan yang mengolah bahan makanan sering menyebabkan kontaminasi mikrobiologis. Mikroorganisme yang hidup di dalam atau pada tubuh

manusia dapat menyebabkan penyakit bawaan makanan yang muncul pada kulit, hidung, mulut, saluran pencernaan, rambut, kuku, dan tangan. Selain itu, penjamah makanan juga dapat menjadi pembawa penyakit menular seperti tifus, hepatitis A dan diare (Fathonah, 2005).

Penjamah makanan harus memenuhi syarat Kesehatan diantaranya harus berbadan sehat dengan mempunyai surat keterangan Kesehatan. Dalam surat tersebut bahwa seorang penjamah makanan harus bebas dari penyakit kulit, bebas dari penyakit menular, bukan pembawa kuman, bebas dari penyakit pernafasan yang berbahaya seperti TBC dan memiliki pengetahuan tentang hygiene perorangan dan sanitasi makanan. Persyaratan hygiene dan sanitasi makanan, sesuai Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1098/MENKES/SK/VII/2003 meliputi, antara lain :

- a. Semua kegiatan pengolahan makanan harus dilakukan dengan cara terlindung dari kontak langsung dengan tubuh.
- b. Perlindungan kontak langsung dengan makanan dilakukan dengan sarung tangan plastic, penjepit makanan, sendok garpu, dan sejenisnya.
- c. Setiap tenaga pengolah makanan pada saat bekerja harus memakai celemek dan penutup kepala.
- d. Setiap tenaga penjamah makanan pada saat bekerja harus berperilaku, tidak makan atau mengunyah, tidak memakai perhiasan perhiasan (cincin), tidak bercakap-cakap, selalu mencuci tangan sebelum

bekerja dan setelah keluar dari kamar kecil, tidak memanjangkan kuku, selalu memakai pakaian yang bersih.

### 3. Makanan

Makanan merupakan kebutuhan pokok manusia, selalu dibutuhkan dan perlu diolah dengan baik dan benar agar membawa manfaat bagi tubuh. Kebutuhan makanan tentunya memiliki nilai gizi yang baik. Selain nilai gizi, hal lain juga akan diperhatikan, seperti cara mengolah, kebersihan penjamah makanan, dan bagaimana makanan tersebut disajikan (Apriyani A, Yusmidiarti Y, Kermelita D, 2021). Menurut Permenkes No. 329 Tahun 1976, makanan adalah produk yang dimaksudkan untuk dikonsumsi manusia, termasuk permen karet dan sejenisnya, tetapi bukan obat. Makanan penting untuk pertumbuhan karena sebagai bahan yang diperlukan untuk membangun dan mengganti jaringan tubuh, untuk memelihara pertahanan tubuh terhadap penyakit dan memberikan energi untuk bekerja.

#### **B. Prinsip Hygiene Sanitasi Makanan**

Prinsip hygiene dan sanitasi makanan mengendalikan empat factor untuk menjamin Kesehatan pangan, yaitu lokasi/konstruksi, peralatan, manusia, dan bahan makanan. Hygiene Sanitasi makanan adalah upaya pengendalian empat factor tersebut untuk menghindari timbulnya gangguan Kesehatan atau keracunan makanan. Sanitasi makanan adalah upaya pencegahan yang menitikberatkan pada kegiatan dan yang diperlukan untuk membebaskan makanan dan minuman dari segala kemungkinan bahaya Kesehatan, mulai dari sebelum makanan di produksi,

selama proses pengolahan, penyimpanan, pengangkutan hingga makanan tersebut dikonsumsi oleh konsumen (Sri Rejeki, 2015).

#### 1. Prinsip hygiene dan sanitasi makanan

Prinsip hygiene sanitasi makanan yang diperlukan untuk mengendalikan kontaminasi makanan, antara lain pemilihan bahan baku makanan, penyimpanan bahan baku makanan, pengolahan makanan, penyimpanan makanan jadi, pengangkutan makanan serta penyajian makanan (Indonesian Public Health, 2016).

##### a. Pemilihan bahan makanan

Bahan makanan perlu dipilih yang sebaik-baiknya dilihat dari segi kebersihan, penampilan, dan Kesehatan. Beberapa hal yang harus diperhatikan penjamah makanan dalam pemilihan bahan makanan :

- 1) Hindari penggunaan bahan baku makanan yang berasal dari sumber yang tidak jelas;
- 2) Gunakan catatan tempat pembelian bahan makanan;
- 3) Mintalah informasi atau keterangan asal usul bahan makanan yang dibeli;
- 4) Belilah bahan makanan di tempat penjual resmi;
- 5) Perhatikan tanggal kadaluwarsa bahan makanan;
- 6) Membeli daging atau unggas yang tidak terlalu lama disimpan dan tidak terkontaminasi dengan racun atau toksin bakteri pada makanan.

b. Penyimpanan bahan baku makanan

Menurut Depkes RI (2004), dalam penyimpanan bahan makanan hal-hal yang perlu diperhatikan adalah sebagai berikut :

- 1) Penyimpanan harus dilakukan di tempat yang khusus yang bersih dan memenuhi syarat;
- 2) Barang-barang harus diatur dan disusun dengan baik, sehingga mudah untuk mengambilnya, tidak menjadi tempat bersarangnya atau bersembunyiya serangga dan tikus, agar tidak mudah membusuk dan rusak harus disediakan lemari pendingin;
- 3) Setiap bahan makanan mempunyai label agar mempermudah mengetahui Riwayat keluar masuk barang dengan system FIFO (*First In First Out*).

c. Pengolahan makanan

Hal-hal yang harus diperhatikan penjamah makanan dalam pengolahan makanan adalah sebagai berikut:

- 1) Cara menjamah makanan yang baik;
- 2) Nilai nutrisi atau gizi memenuhi syarat;
- 3) Menerapkan dasar-dasar hygiene dan sanitasi makanan;
- 4) Menerapkan dasar-dasar hygiene perorangan;
- 5) Tidak bekerja dalam kondisi sakit/luka, baik dalam proses mencuci, meracik, maupun memasak. Dalam mencuci bahan makanan perlu memperhatikan air, cara pencucian, dan alat pencucian.

d. Penyimpanan makanan jadi

Penyimpanan makanan jadi harus benar-benar diperhatikan. Pada bagian ini makanan yang telah jadi diusahakan jangan sampai terkontaminasi dan mencemari makanan. Kontaminasi dapat terjadi sewaktu proses pengolahan makanan maupun melalui wadah dan atau penjamah makanan yang membiarkan makanan pada suhu ruangan. Kondisi optimum mikroorganisme patogen dalam makanan siap saji adalah 1-2 jam. Beberapa karakteristik lingkungan yang sesuai dengan pertumbuhan bakteri antara lain; makanan banyak protein dan banyak air (*moisture*), pH normal (6,8 – 7,5), serta suhu optimum ( $10^0 - 60^0$  C). Sementara beberapa penelitian menyimpulkan bahwa faktor risiko kejadian *foodborne disease* terjadi pada saat pembersihan alat makan, ketidaksesuaian dengan temperatur waktu penyimpanan dan rendahnya personal hygiene.

Berikut hal hal yang harus dilakukan:

- 1) Menyimpan dalam wadah tertutup rapat;
- 2) Wadah penyimpanan bebas dari gangguan hewan atau serangga.

e. Pengangkutan makanan

Pengangkutan makanan yang sehat akan sangat berperan dalam mencegah terjadinya pencemaran makanan. Pencemaran pada makanan masak lebih tinggi risikonya daripada pencemaran bahan makanan pada saat pengangkutan makanan.

f. Penyajian makanan

Prinsip penyajian makanan adalah wadah untuk setiap jenis makanan harus ditempatkan dalam wadah terpisah dan diusahakan tertutup. Tujuannya agar makanan tidak terkontaminasi silang.

### C. Hygiene Perorangan

Hygiene perorangan adalah usaha membimbing, membiasakan diri dalam kehidupan Sehari-hari agar terhindar dari penularan kuman penyakit, pencemaran, dan lain-lain (Entjang, 2001). Menurut Warthona (2003), personal hygiene berasal dari bahasa Yunani personal yang artinya perorangan dan hygiene berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah satu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang kesejahteraan fisik dan psikis. Personal hygiene meliputi;

1. Pemeriksaan Kesehatan

Sebelum seseorang diterima sebagai karyawan, sebaiknya diadakan pemeriksaan Kesehatan orang tersebut. Pemeriksaan Kesehatan bagi seluruh karyawan sebaiknya dilakukan minimal sekali setiap tahun.

2. Kebersihan tangan

Tangan merupakan salah satu anggota tubuh yang vital untuk mengerjakan sesuatu dalam penyelenggaraan makanan, dan melalui tangan pula makanan banyak terkontaminasi. Oleh karena itu kebersihan tangan perlu mendapatkan prioritas tinggi.

3. Kesehatan rambut

Pencucian rambut dilaksanakan secara teratur karena rambut yang kotor akan menimbulkan rasa gatal pada kulit kepala yang dapat mendorong

penjamah makanan untuk menggarruknya dan dapat mengakibatkan kotoran-kotoran jatuh ke dalam makanan serta kuku menjadi kotor. Pada saat bekerja penjamh makanan diharuskan menggunakan penutup kepala (hair cap).

#### 4. Kebersihan hidung

Selama bekerja usahakan penjamh makanan jangan menggorek hidung karena pada hidung manusia terdapt banyak sekali bakteri. Dalam keadaan terpaksa gunakan sapu tangan atau tisu yang lansung dapat dibuang setelah itu, tangan harus dicuci. Apabila bersin hidung dan mulut harus ditutup dengan sapu tangan sambil wajah dipalingkan dari makanan yang sedang dipersiapkan, untuk menghindari bakteri-bakteri yang berasal dari hidung.

#### 5. Kebersihan mulut dan gigi

Dalam rongga mulut terdapat banyak sekali bakteri terutama pada gigi yang berlubang. Apabila ada makanan yang terselip diantara gigi, jangan sekali-kali membersihkan dengan jari tangan, tetapi pergunakan tusuk gigi. Membersihkan gigi jangan pada saat sedang menyiapkan makanan. Pada saat batuk mulut harus ditutup dengan tisu dan wajah dipalingkan dari arah makanan.

#### 6. Kebersihan telinga

Lubang telinga sebaiknya dibersihkan secara teratur karena kalau kotor akan membuat telinga menjadi kotor dan gatal serta mendorong seseorang memasukkan jari- jari tangannya ke lubang telinga.

Tujuan personal hygiene meliputi :

- a. Meningkatkan derajat seseorang

- b. Memelihara kebersihan diri seseorang
- c. Memperbaiki personal hygiene yang kurang
- d. Pencegahan penyakit
- e. Meningkatkan percaya diri seseorang
- f. Menciptakan keindahan

Faktor-faktor yang mempengaruhi hygiene perorangan adalah sebagai berikut:

1) Body image

Gambaran individu terhadap dirinya sangat mempengaruhi kebersihan diri, misalnya karena ada perubahan diri, maka kemungkinan akan terjadi perubahan pola kebersihan dirinya.

2) Status social ekonomi

Hygiene memerlukan biaya untuk membeli bahan-bahan untuk membersihkan diri, sehingga pada masyarakat dengan sosial ekonomi yang rendah mungkin akan mengesampingkan perawatan dirinya sehingga personal hygiene mereka kurang.

3) Pengetahuan

Pengetahuan yang baik tentang personal hygiene sangat penting karena dapat meningkatkan kesehatan. Misalnya penderita diabetes militus harus selalu menjaga kebersihan dirinya agar kesehatannya dapat terjaga.

#### **D. Perilaku Manusia**

Perilaku manusia merupakan hasil dari segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk

pengetahuan, sikap dan tindakan. Dengan kata lain perilaku merupakan respon/reaksi seorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dalam dirinya respon ini dapat bersifat pasif maupun aktif. Sesuai dengan ini perilaku kesehatan dapat dirumuskan sebagai bentuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungan, khususnya yang menyangkut pengetahuan dan sikap tentang kesehatan, serta tindakan yang berhubungan dengan kesehatan (Notoatmodjo,2005). Berikut merupakan tiga bagian penting dalam perilaku manusia :

1. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*) (Notoatmodjo 2007). Dalam domain kognitif ada enam tingkat pengetahuan, yaitu :

- a. Tahu (*knows*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang sudah di pelajari sebelumnya.

- b. Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

- c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi

yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya.

d. Analisis (*analysis*)

Adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis yaitu merujuk kepada suatu kemampuan untuk melakukan atau menghubungkan bagian-bagian suatu keseluruhan yang baru.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi yaitu berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek untuk mengukur pengetahuan. Ini dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoatmodjo 2007).

2. Sikap

Sikap (*attitude*) adalah evaluasi atau reaksi perasaan. Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau memihak maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak pada objek tersebut. Sikap merupakan perasaan, keyakinan, dan kecenderungan perilaku yang relative mantap. Dalam penelitian sikap adalah reaksi suatu respon stimuli yang terkondisikan. Sikap merupakan perasaan, keyakinan dan kecenderungan perilaku yang relative.

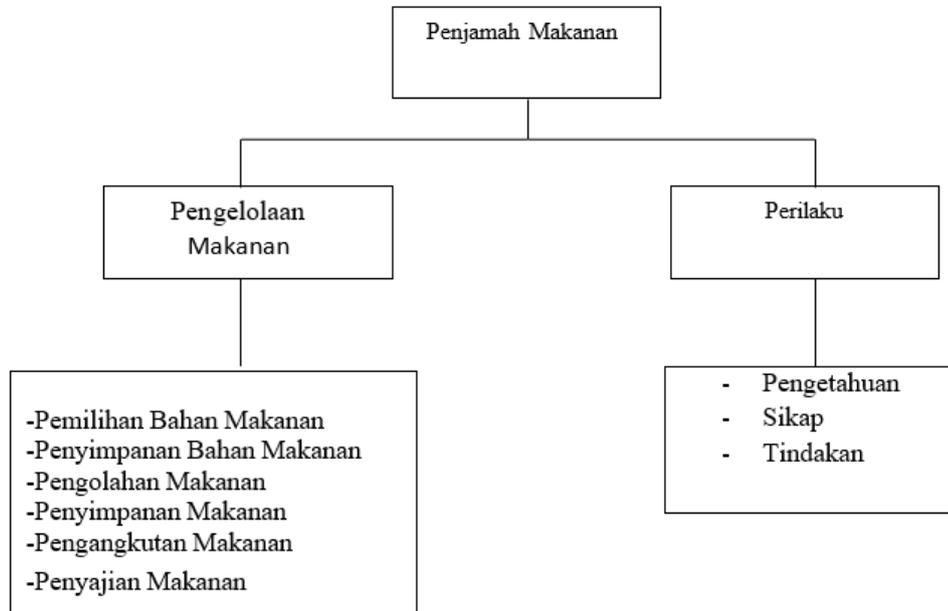
### 3. Tindakan (*practice*)

Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan. Untuk terwujudnya sikap agar menjadi suatu perbuatan nyata di perlukan pendukung atau kondisi yang diinginkan. Terbentuknya perilaku baru, terutama pada orang dewasa dimulai pada domain kognitif. Dalam arti subjek dahulu tahu terhadap stimulus berupa materi atau objek diluarnya, sehingga menimbulkan respon batin dalam bentuk sikap terhadap objek yang diketahuinya. Akhirnya objek atau rangsangan yang telah diketahui atau disadari sepenuhnya tersebut akan menimbulkan respon lebih jauh lagi berupa (*action*). Namun seseorang dapat pula bertindak tanpa disadari oleh pengetahuan dan sikap, atau seseorang dapat bertindak langsung tanpa memakai stimulus terlebih dahulu (Mahmudah, N., 2016).

### **E. Pengertian Rumah makan**

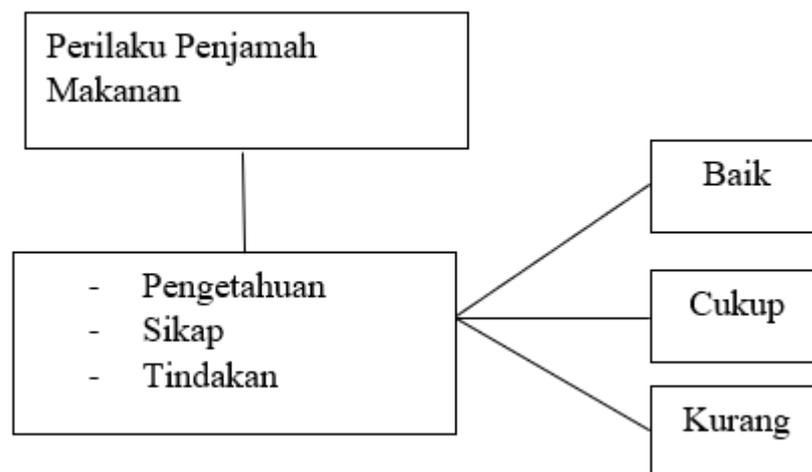
Rumah Makan adalah suatu tempat atau bangunan yang di organisasi secara komersial yang menyelenggarakan pelayanan dengan baik kepada semua tamunya berupa makanan atau minuman dari definisi tersebut, di simpulkan bahwa rumah makan merupakan tempat usaha yang melayani tamu dengan ruang lingkup kegiatannya menyediakan makanan dan minuman yang bersifat komersial.

## F. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

## G. Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep