

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga. Pengetahuan merupakan bagian yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang.^{20,21}

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan yang mencakup dalam bagian kognitif mempunyai 6 tingkatan, yaitu:^{20,21}

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

2. Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan terhadap objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi sebenarnya seperti penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam situasi yang lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

2.1.3 Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan mengenai isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin diukur oleh peneliti dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatan pengetahuan.^{20,21}

2.2 Sikap

2.2.1 Pengertian Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap bukan merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan atau perilaku.^{20,21}

2.2.2 Komponen Pokok Sikap

Sikap mempunyai 3 komponen pokok, yaitu:^{20,21}

1. Kepercayaan (keyakinan), ide, dan konsep terhadap suatu objek.
2. Kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek.
3. Kecenderungan untuk bertindak.

Ketiga komponen ini bersama-sama membentuk sikap yang utuh. Dalam penentuan sikap yang utuh ini, pengetahuan, berpikir, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting.^{20,21}

2.2.3 Tingkatan Sikap

Sikap terdiri dari berbagai tingkatan, yakni:^{20,21}

1. Menerima (*Receiving*)

Menerima diartikan sebagai orang (subjek) yang mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).

2. Merespons (*Responding*)

Merespons adalah suatu indikasi sikap dimana memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan.

3. Menghargai (*Valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah.

4. Bertanggung jawab (*Responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko.

2.3 Perilaku

2.3.1 Pengertian Perilaku

Perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas dari subjek yang bersangkutan. Perilaku manusia adalah semua kegiatan manusia, baik yang dapat diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.^{20,21}

2.3.2 Klasifikasi Perilaku

Skinner mengemukakan bahwa perilaku terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap subjek dan kemudian subjek tersebut merespons, maka teori Skinner ini disebut teori "S-O-R" atau Stimulus-Organisme-Respon. Berdasarkan teori tersebut, maka perilaku dibedakan menjadi dua, yaitu:^{20,21}

1. Perilaku tertutup (*Covert behavior*)

Respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tertutup (*covert*). Respon atau reaksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan, dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut, dan belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.

2. Perilaku terbuka (*Overt behavior*)

Respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respon terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain.

2.4 Sanitasi makanan

2.4.1 Pengertian Sanitasi Makanan

Sanitasi makanan merupakan upaya-upaya yang ditujukan untuk kebersihan dan keamanan makanan agar tidak menimbulkan bahaya keracunan dan penyakit pada manusia.³ Sanitasi makanan dilakukan sejak proses penanganan bahan mentah sampai produk makanan siap untuk dikonsumsi. Sanitasi meliputi pengawasan mutu bahan makanan mentah, penyimpanan bahan, suplai air yang baik, pencegahan kontaminasi makanan dari lingkungan, peralatan, dan pekerja pada semua tahap proses.⁸ Berdasarkan hal tersebut, tujuan dari upaya sanitasi makanan, antara lain:³

1. Menjamin keamanan dan kebersihan makanan.
2. Mencegah penularan wabah penyakit.
3. Mencegah beredarnya produk makanan yang merugikan masyarakat.
4. Mengurangi tingkat kerusakan atau pembusukan makanan.

Dalam upaya sanitasi makanan, terdapat beberapa tahapan yang harus diperhatikan, yaitu:³

1. Keamanan dan kebersihan produk makanan yang diproduksi.
2. Kebersihan individu dalam pengolahan produk makanan.
3. Keamanan terhadap penyediaan air.
4. Pengolahan pembuangan air limbah dan kotoran.

5. Perlindungan makanan terhadap kontaminasi selama proses pengolahan, penyajian, dan penyimpanan.
6. Pencucian dan pembersihan alat perlengkapan.

2.4.2 Faktor yang Mempengaruhi Sanitasi Makanan

Ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan agar sanitasi makanan tetap terjaga, antara lain:³

1. Faktor Makanan

a. Sumber bahan makanan

Sumber bahan makanan tidak boleh terkontaminasi atau tercemar. Misalnya hasil pertanian tercemar dengan pupuk kotoran manusia atau tidak.

b. Pengangkutan bahan makanan

Pengangkutan makanan harus memenuhi persyaratan, yaitu suhu yang sesuai bahan makanan dan tertutup.

c. Penyimpanan bahan makanan

Makanan yang tidak langsung dikonsumsi, tetapi disimpan dalam skala kecil di rumah maupun skala besar di gudang harus memenuhi syarat tempat penyimpanan makanan, yaitu:

- 1) Tempat penyimpanan harus bebas dari sarang tikus atau serangga.
- 2) Jika menggunakan rak, harus disediakan kolong agar mudah dibersihkan.
- 3) Suhu udara dalam gedung tidak lembap untuk mencegah tumbuhnya jamur.
- 4) Memiliki sirkulasi udara yang cukup.
- 5) Memiliki pencahayaan yang cukup.
- 6) Dinding bagian bawah dari gudang harus dicat putih agar mempermudah melihat jejak tikus (jika ada).

d. Pemasaran bahan makanan

Tempat penjualan harus memenuhi persyaratan kebersihan, pencahayaan, sirkulasi udara, dan memiliki alat pendingin.

e. Pengolahan makanan

Proses pengolahan makanan harus memenuhi persyaratan, terutama berkaitan dengan kebersihan dapur dan alat-alat perlengkapan masak.

f. Penyajian makanan

Penyajian makanan harus bebas dari kontaminasi, bersih dan tertutup, serta dapat memenuhi selera makan pembeli.

g. Penyimpanan makanan

Makanan yang telah diolah disimpan dalam lemari atau alat pendingin.

2. Faktor Manusia

Orang yang bekerja pada tahapan pengolahan makanan harus memenuhi kesehatan individu. Orang yang menyajikan makanan juga harus menjaga kebersihan dan kerapian, memiliki etika dan sopan santun, memiliki keterampilan membawa makanan, serta ikut dalam program pemeriksaan berkala setiap 6 bulan atau 1 tahun.

3. Faktor Peralatan

Peralatan pengolahan makanan harus bersih dan disimpan dalam kondisi yang baik.

2.4.3 Penyimpanan Makanan

Bahan makanan yang tersedia tidak semua langsung dikonsumsi, sehingga bahan makanan yang tidak segera diolah perlu disimpan dengan baik, mengingat sifat bahan makanan yang berbeda-beda dan dapat membusuk. Adapun tata cara penyimpanan bahan makanan yang baik menurut higiene dan sanitasi makanan sebagai berikut:^{2,9,22,23}

1. Suhu penyimpanan

Setiap bahan makanan mempunyai spesifikasi dalam penyimpanan tergantung kepada besar dan banyaknya makanan dan tempat penyimpanannya. Sebagian besar dapat dikelompokkan menjadi (Tabel 2.1):

Tabel 2.1 Suhu Penyimpanan Menurut Jenis Bahan Makanan

Jenis Bahan Makanan	Digunakan Dalam Waktu		
	3 hari atau kurang	1 minggu atau kurang	1 minggu atau lebih
Daging, ikan, udang, dan produk olahannya	-5°C sampai 0°C	-10°C sampai -5°C	Kurang dari -10°C
Telur, susu, dan produk olahannya	-5°C sampai 7°C	-5°C sampai 0°C	Kurang dari -5°C
Sayur, buah, dan minuman	10°C	10°C	10°C
Tepung dan biji	25°C	25°C	25°C

Sumber: Sabaraguna, 2011

2. Cara Penyimpanan

- Setiap bahan makanan yang disimpan diatur ketebalannya, hal ini dimaksudkan agar suhu dengan merata ke seluruh bagian.
- Setiap bahan makanan ditempatkan secara terpisah menurut jenisnya, dalam wadah masing-masing. Wadah dapat berupa bak, kantong plastik, atau lemari yang berbeda.
- Makanan yang disimpan di dalam ruangan penyimpanan diatur hingga terjadi sirkulasi udara dengan baik agar suhu merata keseluruhan bagian. Pengisian lemari yang terlalu padat akan mengurangi manfaat penyimpanan karena suhunya tidak sesuai dengan kebutuhan.
- Penyimpanan di dalam lemari es.

Bahan mentah harus terpisah dari makanan siap santap. Makanan yang berbau tajam harus ditutup dalam kantong plastik yang rapat dan dipisahkan dari makanan lain, apabila dimungkinkan dalam lemari yang berbeda, ataupun letak bahan makanan harus berjauhan. Makanan yang disimpan sebaiknya dua atau tiga hari sesudah digunakan. Lemari tidak boleh terlalu

sering dibuka, maka dianjurkan lemari untuk keperluan sehari-hari dipisahkan dengan lemari untuk keperluan penyimpanan makanan.²

e. Penyimpanan pada suhu kamar

Untuk makanan kering dan makanan olahan yang disimpan dalam suhu kamar, maka cara penyimpanan harus diatur sebagai berikut:

- 1) Makanan diletakkan dalam rak-rak yang tidak menempel pada dinding, lantai, dan langit-langit dengan tujuan:
 - a) Untuk sirkulasi udara agar udara segar dapat masuk keseluruhan ruangan.
 - b) Mencegah kemungkinan sentuhan dan tempat persembunyian tikus.
 - c) Untuk memudahkan pembersihan lantai.
 - d) Untuk mempermudah dilakukan regulasi keluar masuk barang.
- 2) Setiap makanan ditempatkan dalam kelompoknya dan tidak bercampur.
- 3) Untuk bahan yang mudah tercecer seperti gula pasir dan tepung, ditempatkan dalam wadah penampungan sehingga tidak mengotori lantai.

Penempatan dan pengambilan barang diatur dengan sistem *First In First Out* (FIFO), artinya makanan yang masuk terlebih dahulu harus dikeluarkan terlebih dahulu.^{2,9,22}

2.4.4 Proses Pengolahan

Pada proses pengolahan makanan ada tiga hal penting yang perlu diperhatikan, yaitu:^{2,22,23,24}

1. Tempat pengolahan makanan

Tempat pengolahan makanan adalah suatu tempat dimana makanan diolah, yang disebut sebagai dapur. Dapur mempunyai peranan penting dalam proses pengolahan makanan, karena itu kebersihan dapur dan lingkungan sekitarnya harus selalu terjaga dan diperhatikan.

2. Penjamah makanan

Penjamah makanan adalah orang yang secara langsung berhubungan dengan makanan dan peralatan, mulai dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan, pengangkutan sampai dengan penyajian. Dalam proses pengolahan makanan, peran dari penjamah makanan sangatlah besar. Penjamah ini mempunyai peluang untuk menularkan penyakit. Oleh sebab itu, penjamah makanan harus selalu dalam keadaan sehat dan terampil.

3. Cara pengolahan makanan

Cara pengolahan makanan yang baik harus memenuhi prinsip *Good Manufacturing Practice* (GMP).

2.4.5 Cara Pengangkutan Makanan yang Telah Dimasak

Pengangkutan makanan dari tempat pengolahan ke tempat penyajian atau penyimpanan perlu mendapat perhatian agar tidak terjadi kontaminasi baik dari serangga, debu maupun bakteri. Wadah yang digunakan harus utuh, kuat, dan tidak berkarat atau bocor. Pengangkutan untuk waktu yang lama harus diatur suhunya dalam keadaan tetap panas 60°C atau tetap dingin 4°C.^{2,9}

2.4.6 Cara Penyimpanan Makanan Masak

Penyimpanan makanan masak dapat digolongkan menjadi dua, yaitu tempat penyimpanan makanan pada suhu biasa dan tempat penyimpanan pada suhu dingin. Makanan yang mudah membusuk sebaiknya disimpan pada suhu dingin <4°C. Untuk makanan yang disajikan lebih dari 6 jam, disimpan dalam suhu -5 s/d -1°C.^{2,3,9}

Makanan yang telah matang memiliki risiko pencemaran bakteriologis. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam penyimpanan makanan matang sebagai berikut:²

1. Makanan yang disajikan panas harus tetap disimpan dalam suhu di atas 60°C.
2. Makanan yang akan disajikan dingin disimpan dalam suhu di bawah 4°C.
3. Makanan yang disajikan dalam kondisi panas yang disimpan dengan suhu di bawah 4°C harus dipanaskan kembali sampai 60°C sebelum disajikan.

4. Suhu makanan yang diangkut dari tempat pengolahan ke tempat penyajian harus dipertahankan.
5. Makanan yang akan disajikan lebih dari enam jam dari waktu pengolahan harus diatur suhunya pada suhu di bawah 4°C atau dalam keadaan beku 0°C.
6. Makanan yang akan disajikan kurang dari enam jam dapat diatur suhunya dengan suhu kamar asal makanan segera dikonsumsi dan tidak menunggu.
7. Pemanasan kembali makanan beku (*reheating*) dengan pemanasan biasa atau *microwave* sampai suhu stabil terendah 60°C.
8. Setiap makanan mempunyai wadah masing-masing. Isi makanan tidak terlampau penuh untuk mencegah tumpah. Wadah harus mempunyai tutup yang rapat dan tersedia lubang ventilasi untuk makanan panas. Uap makanan harus dibiarkan terbuang agar tidak terjadi kondensasi. Air uap kondensasi merupakan media yang baik untuk pertumbuhan bakteri sehingga makanan menjadi basi.
9. Wadah selama perjalanan tidak dibuka sampai tempat penyajian.
10. Kendaraan pengangkut disediakan khusus dan tidak bercampur dengan keperluan mengangkut bahan lain.

2.4.7 Cara Penyajian Makanan Masak

Saat penyajian makanan yang perlu diperhatikan adalah makanan terhindar dari pencemaran, peralatan yang digunakan dalam kondisi baik dan bersih, petugas yang menyajikan harus sopan serta senantiasa menjaga kesehatan dan kebersihan pakaiannya.^{2,3,22} Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam penyajian makanan adalah sebagai berikut:^{2,9}

1. Wadah, setiap jenis makanan ditempatkan dalam wadah terpisah dan diusahakan tertutup.
2. Prinsip kadar air, penempatan makanan yang mengandung kadar air tinggi (kuah, susu) baru dicampur pada saat menjelang dihidangkan untuk mencegah makanan cepat rusak. Makanan yang disiapkan dalam kadar air tinggi (dalam kuah) lebih mudah menjadi rusak (basi).

3. Prinsip *edible part*, setiap bahan yang disajikan merupakan bahan makanan yang dapat dimakan. Hindari pemakaian bahan yang membahayakan kesehatan seperti staples besi dan tusuk gigi.
4. Prinsip pemisahan, makanan yang disajikan dalam kotak nasi atau rantang harus dipisahkan setiap jenis makanan agar tidak saling bercampur.
5. Prinsip panas, setiap penyajian makanan panas disajikan dalam keadaan panas seperti sup, gulai, dan sebagainya.
6. Prinsip alat bersih, setiap peralatan yang digunakan seperti wadah dan tutupnya, dus, piring, gelas, mangkuk harus bersih, dan dalam kondisi baik.
7. Prinsip *handling*, setiap penanganan makanan maupun alat makan tidak kontak langsung dengan anggota tubuh terutama tangan dan bibir.

2.4.8 Faktor Penyebab Kontaminasi Makanan

Kontaminasi pada makanan dapat disebabkan oleh:³

- a. Parasit, misalnya cacing dan amoeba.
- b. Golongan mikroorganisme, misalnya *Salmonella* dan *Shigella*.
- c. Zat kimia, misalnya bahan pengawet dan pewarna.
- d. Bahan-bahan radioaktif, misalnya kobalt dan uranium.
- e. Toksin yang dihasilkan oleh mikroorganisme, seperti *Staphylococcus* dan *Clostridium botulinum*.

2.5 Higiene

Keterlibatan manusia dalam proses pengolahan makanan sangat besar, penerapan sanitasi pada orang yang terlibat didalamnya juga perlu diperhatikan. Hal ini dikarenakan manusia berpotensi untuk menjadi salah satu mata rantai dalam penyebaran penyakit, terutama yang disebabkan oleh mikroorganisme melalui makanan. Dalam hal ini pemahaman mengenai higiene, terutama higiene perorangan yang terlibat dalam pengolahan makanan sangat penting untuk menjamin keamanan makanan, di samping untuk mencegah terjadinya penyebaran penyakit melalui makanan.⁸ Higiene adalah upaya kesehatan dengan cara memelihara dan melindungi kebersihan individu, misalnya mencuci tangan untuk

melindungi kebersihan tangan.^{2,22} Adapun prosedur yang penting bagi pekerja pengolah makanan adalah :²²⁻²⁴

1. Pencucian Tangan

Tangan yang kotor atau terkontaminasi dapat memindahkan bakteri dan virus patogen dari tubuh, feses, atau sumber lain ke makanan. Oleh karena itu, pencucian tangan merupakan hal pokok yang harus dilakukan oleh penjamah makanan. Pencucian tangan, meskipun tampaknya merupakan kegiatan ringan dan sering disepelekan, terbukti cukup efektif dalam upaya mencegah kontaminasi pada makanan. Pencucian tangan dengan sabun dan diikuti dengan pembilasan akan menghilangkan banyak mikroba yang terdapat pada tangan.

Langkah-langkah pencucian tangan yang memadai untuk menjamin kebersihan adalah sebagai berikut :

- a. Memasahi tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun.
- b. Menggosok tangan secara menyeluruh selama sekurang-kurangnya 20 detik, pada bagian-bagian meliputi punggung tangan, telapak tangan, sela-sela jari, dan bagian di bawah kuku.
- c. Menggunakan sikat kuku untuk membersihkan sekeliling dan bagian di bawah kuku.
- d. Pembilasan dengan air mengalir.
- e. Pengeringan tangan dengan *tissue* atau dengan alat pengering.
- f. Menggunakan *tissue* untuk mematikan tombol atau kran air dan membuka pintu ruangan.

Frekuensi pencucian tangan disesuaikan dengan kebutuhan. Pada prinsipnya pencucian tangan dilakukan setiap saat, setelah tangan menyentuh benda-benda yang dapat menjadi sumber kontaminan atau cemaran. Berikut ini adalah kondisi yang memerlukan pencucian tangan:

- a. Sebelum memulai pekerjaan dan pada waktu menangani bahan makanan.
- b. Setelah waktu istirahat.
- c. Setelah melakukan kegiatan-kegiatan pribadi misalnya merokok, makan, minum, bersin, batuk, dan setelah menggunakan toilet (buang air kecil atau besar).

- d. Setelah menyentuh benda-benda yang dapat menjadi sumber kontaminan misalnya telepon, uang, kain atau baju kotor, bahan makanan mentah atau pun segar, daging, cangkang telur, dan peralatan kotor.
- e. Setelah menyentuh kepala, rambut, hidung, mulut dan bagian-bagian tubuh, terutama yang terluka.
- f. Setelah menangani sampah serta kegiatan pembersihan. Misalnya, menyapu atau memungut benda yang terjatuh di lantai.
- g. Setelah menggunakan bahan-bahan pembersih dan sanitaiser kimia.
- h. Sebelum dan setelah menggunakan sarung tangan kerja.

Fasilitas yang diperlukan untuk pencucian tangan yang memadai adalah bak cuci tangan yang dilengkapi dengan saluran pembuangan tertutup, kran air panas, sabun, dan *tissue* atau mesin pengering. Bak air yang digunakan untuk pencucian tangan harus terpisah dari bak pencucian peralatan dan bak untuk preparasi makanan. Jumlah fasilitas cuci tangan disesuaikan dengan jumlah karyawan. Satu bak pencuci tangan disediakan maksimal untuk 10 karyawan. Tempat cuci tangan harus diletakkan sedekat mungkin dengan tempat kerja.

2. Kebersihan dan Kesehatan Diri

Syarat utama penjamah makanan adalah memiliki kesehatan yang baik. Disarankan pekerja melakukan tes kesehatan, terutama tes darah dan pemotretan Rontgen pada dada untuk melihat kesehatan paru-paru dan saluran pernapasannya. Tes kesehatan tersebut sebaiknya diulang setiap 6 bulan sekali, terutama bagi pengolah makanan di dapur rumah sakit.

Ada beberapa kebiasaan yang perlu diterapkan oleh para penjamah makanan untuk menjamin keamanan makanan yang diolahnya. Beberapa diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Pakaian

Pakaian penjamah makanan harus selalu bersih. Apabila tidak ada ketentuan pengguna seragam, pakaian sebaiknya dibedakan dari pakaian harian. Kuku penjamah makanan harus selalu bersih, dipotong pendek, dan sebaiknya tidak dicat. Perhiasan dan asesoris misalnya cincin, kalung, anting, dan jam tangan sebaiknya dilepas sebelum pekerja memasuki daerah pengolahan

makanan karena kulit di bagian bawah perhiasan seringkali menjadi tempat yang subur untuk tumbuh dan berkembang biak bakteri.

Celemek yang digunakan penjamah makanan harus bersih dan tidak boleh digunakan sebagai lap tangan. Penjamah makanan juga harus memakai sepatu yang tidak terbuka pada bagian jari-jari kakinya, misalnya sepatu boot.

b. Rambut

Rambut penjamah makanan harus selalu bersih. Selama mengolah atau menyajikan makanan harus diikat dan menggunakan tutup kepala.

c. Kondisi sakit

Penjamah makanan yang sedang flu, demam, atau diare sebaiknya tidak dilibatkan terlebih dahulu dalam proses pengolahan makanan, sampai gejala-gejala penyakit tersebut hilang. Penjamah makanan yang memiliki luka pada tubuhnya harus menutup luka tersebut dengan pelindung yang kedap air, misalnya plester, sarung tangan plastik atau karet, untuk menjamin tidak berpindahnya mikroba yang terdapat pada luka ke dalam makanan.

Selain hal-hal di atas, berikut ini ada beberapa hal yang harus diperhatikan oleh penjamah makanan yang terlibat dalam pengolahan makanan, sebagai berikut:

- 1) Tidak merokok, makan, atau mengunyah (misalnya permen karet, tembakau, dan lain-lain) selama melakukan aktivitas penanganan makanan.
- 2) Tidak meludah atau membuang ingus di dalam daerah pengolahan.
- 3) Selalu menutup mulut dan hidung pada waktu batuk atau bersin. Sedapat mungkin batuk dan bersin tidak di dekat makanan.
- 4) Tidak mencicipi atau menyentuh makanan dengan tangan atau jari. Gunakan sendok bersih, spatula, penjepit, atau peralatan lain yang sesuai.
- 5) Sedapat mungkin tidak sering menyentuh bagian tubuh misalnya mulut, hidung, telinga, atau menggaruk bagian-bagian tubuh pada waktu menangani makanan.

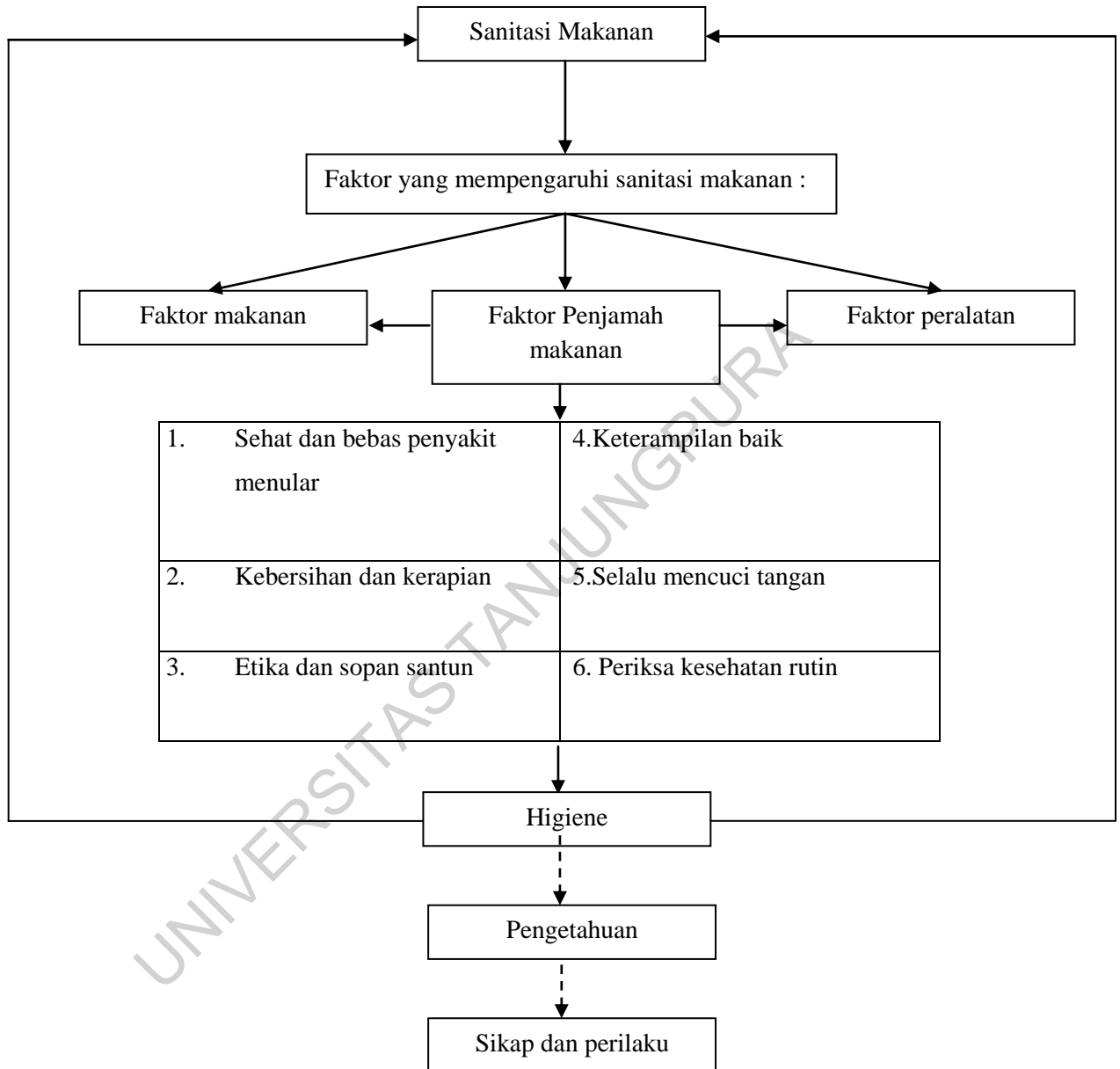
- 6) Semaksimal mungkin menyentuh makanan yang siap disajikan dengan menggunakan tangan. Pada waktu memegang gelas minum pun dilarang untuk menyentuh bibir gelas.
- 7) Jangan sekali-kali duduk di atas meja kerja.

Higiene perorangan yang terlibat dalam pengolahan makanan dapat dicapai apabila dalam diri penjamah makanan tertanam pengertian tentang pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan diri. Pada dasarnya higiene adalah penerapan kebiasaan yang baik untuk menjaga kesehatan.²²

Perilaku yang mendukung terciptanya higiene perorangan dapat pula ditanamkan dan diperbarui terus menerus melalui serangkaian pelatihan, kursus, atau pemasangan poster, tulisan dan gambar-gambar di lingkungan kerja. Hal ini diperlukan untuk selalu mengingatkan penjamah makanan tentang pentingnya peran higiene perorangan dalam menghasilkan makanan yang berkualitas, terutama dari aspek keamanannya.²²

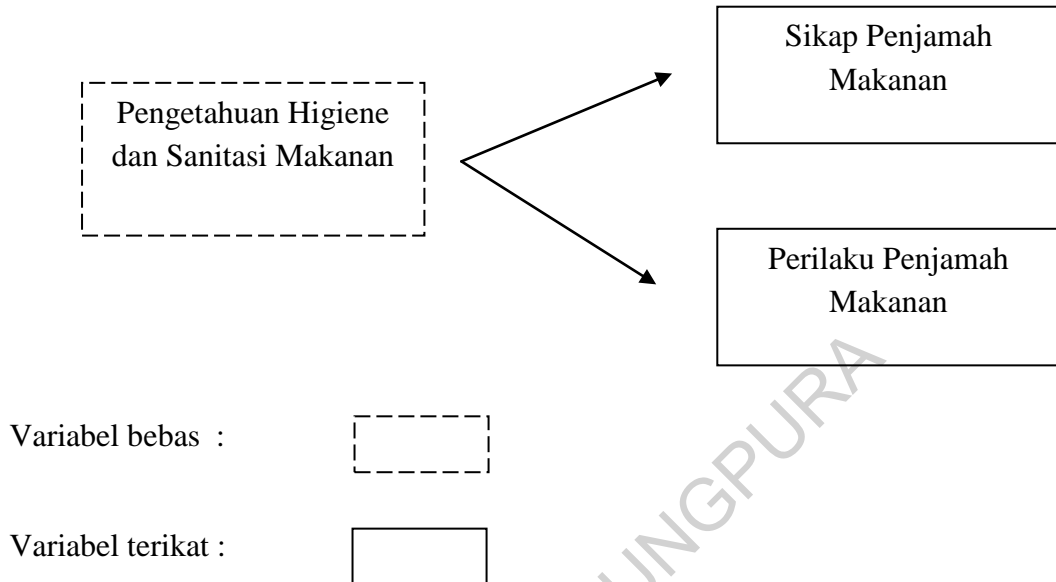
UNIVERSITAS TANJUNGPURA

2.6 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

2.7 Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

2.8 Hipotesis

1. Terdapat hubungan antara pengetahuan higiene dan sanitasi makanan terhadap sikap penjamah makanan di kantin Untan.
2. Terdapat hubungan antara pengetahuan higiene dan sanitasi makanan terhadap perilaku penjamah makanan di kantin Untan.