



KUNCI KEAMANAN PANGAN

Keluarga Kita





World Health
Organization

“ Lebih dari 200 penyakit ditularkan melalui makanan “

Penyakit Bawaan Pangan (*Food Borne Diseases*) :

Penyakit yang menular atau keracunan yang disebabkan oleh mikroba atau agen yang masuk ke dalam badan melalui makanan yang dikonsumsi

KLB Keracunan Pangan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat



TAMBAH FOTO: 3 bulan lalu

Usai Buka Bersama, 7 Anak di Tulungagung Diduga Keracunan

Mereka diduga keracunan makanan usai buka bersama di sebuah

Sport

SEA Games: 16 Malaysian athletes hit by food poisoning



Puluhan santri Temanggung keracunan makanan

Onkoma, 11 Oktober 2018 (13:33 WIB)

Sejumlah makanan sebanyak 50 dus sudah habis dimakan para santri setelah berolahraga sehingga tidak ada makanan yang bisa diperiksa di laboratorium

Temanggung (Antarajawa Jateng) - Puluhan santri Pondok Pesantren Darul Muttaqien di Dusun Bakong, Desa Ngaditini, Kabupaten Temanggung, Jawa Tengah, dirawat di Puskesmas Selimpang dan RSUD Temanggung karena diduga keracunan makanan.

Rapala Sekeloa Surveilans dan Inspeksi Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung, Suhaimi, di Temanggung, Rabu, mengatakan sebanyak 54 santri di ponpes tersebut dibawa ke Puskesmas Selimpang dan RSUD Temanggung karena mengalami diare.

Ia menyebutkan sebanyak 22 santri dirawat di RSUD Temanggung, 16 santri dirawat di Puskesmas Selimpang, dan lainnya mengalami ruwet jalan.

petarage, were attacked by a mosquito bug.

One of them had to be hospitalised as a precautionary measure and swimmer Daniel Bego had to miss his event on Wednesday.

detiknews

Home Berita Sepakbola Hukum & Kriminal

96 Warga Desa Sukamaju Labak Keracunan Makanan



Labak - Sebanyak 96 warga Desa Sukamaju, Kecamatan Labak, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, dirawat di Puskesmas Sukoharjo dan RSUD Sukoharjo karena diduga keracunan makanan.

Sebanyak 96 warga Desa Sukamaju di kecamatan Labak, pada Rabu (13/10/2018) dibawa ke Puskesmas Sukoharjo dan RSUD Sukoharjo karena mengalami diare.

detikjateng

Home Berita Sepakbola Hukum & Kriminal

detikJateng / Berita

55 Warga Munggur Karanganyar Diduga Keracunan Usai Santap Menu Hajatan

Agil Triestiwana Putra - detikJateng

Bersin, 15 Mei 2023 17:47 WIB

BAGIKAN



Komentar



Ilustrasi. Foto: Dok.Detikcom

Karanganyar - Sejumlah warga Desa Munggur, Kecamatan Mojogedang, Kabupaten Karanganyar, diduga mengalami keracunan massal usai menyantap hidangan dalam hajatan.

Q

PUSAT KRISIS KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN RI

Kejadian-Luar-Biasa-(KLB)--- Keracunan- di SRAGEN, JAWA- TENGAH, 11-05- 2023

Saturday, 13 May 2023



Informasi Awal Kejadian-Luar-Biasa-



**Beli Pangan
Yang Aman**



**Simpan
Pangan Yang
Aman**



**Siapkan
Pangan Yang
Aman**



**Sajikan
Pangan Yang
Aman**



**BERSIH
SELALU**

5 KUNCI KEAMANAN PANGAN



KUNCI 1

Beli Pangan yang Aman

Hal-hal yang perlu diperhatikan:



TEMPAT PEMBELIAN /PEMILIHAN

- Beli pangan di tempat bersih dan penjual yang bersih
- Pilih pemasok yang dapat memberikan bahan pangan yang berkualitas dan aman



DAFTAR PANGAN YANG DIBELI

- Buat daftar pangan agar jumlah yang dibeli sesuai kebutuhan



KEMAMPUAN PENYIMANAN DI RUMAH

- Kapasitas Ruang/tempat penyimpanan
- Kapasitas Lemari Pendingin

URUTAN MEMBELI BAHAN PANGAN



Pangan Kemasan



Pangan Kering



Roti



Susu



Pangan Segar



Pangan Dingin & Beku




Pangan siap saji



KRITERIA MEMBELI PANGAN SEGAR :

- Belilah pangan segar sesuai dengan kriteria pangan segar yang dapat diterima melalui panca indera kita
- Pangan segar seperti daging, unggas, dan ikan harus diperhatikan kondisi kebersihan dan kesegarannya dengan cara dilihat (visual)

KRITERIA DAGING

BISA DIBELI	DAGING SEGAR	JANGAN DIBELI
<p>SAPI : merah ceri,cerah KAMBING : merah jambu, cerah BABI : merah muda keabuan</p>	WARNA	Kecoklat - coklatan atau agak kehijau - hijauan
<p>Keras dan elastis bila disentuh, permukaan daging lembab (tidak kering dan tidak basah), bersih dan tidak ada darah SAPI : serabut daging relatif kasar KAMBING : serabut daging relatif halus BABI : serabut daging relatif halus</p>	TEKSTUR	Lengket atau kering
<p>Bau tidak menyimpang (tidak berbau amis, menyengat, dan asam)</p>	BAU	Asam
 <p>Sapi Kambing Babi</p>	TAMPAK	

KRITERIA UNGGAS

BISA DIBELI	UNGGAS	JANGAN DIBELI
Putih kemerahan dan cerah	WARNA	Sayap berwarna biru kehitaman, daging terdapat warna kemerahan seperti memar, pembeuluh darah caliper merah kehitaman (ayam bangkai) Pembuluh darah terisi darah dan berwarna kehitaman/gelap (ayam berformalin)
Permukaan daging lembab (tidak kering dan tidak basah), bersih, tidak ada darah, serabut daging relative halus, kadang daging Bersatu dengan kulit.	TEKSTUR	Jika dicubit bagian kulitnya, maka tidak akan kembali ke semula dan kulit terlihat kaku, kulit ayam meregang dan ada bekas suntikan (disuntik air)
Bau tidak menyimpang (tidak berbau amis, menyengat dan asam)	BAU	Menyimpang dari normal
 <p>AYAM SEGAR</p>	TAMPAK	 <p>AYAM BANGKAI</p>  <p>AYAM BERFORMALIN</p>  <p>AYAM SUNTIK</p>

KRITERIA IKAN

BISA DIBELI	IKAN	JANGAN DIBELI
<p>INSANG : merah cerah</p> <p>KULIT : cerah</p> <p>SISIK : utuh</p> <p>MATA : menonjol, pupil hitam cerah mengkilap, selaput mata jernih</p>	<p>WARNA</p>	<p>INSANG : keabu-abuan. Jika pucat, kusam, agak keputihan (mengandung formalin)</p> <p>KULIT : kering kusam</p> <p>SISIK : banyak yang lepas</p> <p>MATA : berembun merah, cekung. Jika bola mata dan pupilnya tenggelam, keruh, dan tampak berlendir kuning tebal (mengandung formalin)</p>
<p>Elastis bila disentuh dan jika dipegang lemas lunglai</p>	<p>TEKSTUR</p>	<p>Lembut dan tidak kembali jika disentuh</p> <p>Jika dipegang keras, kaku dan tegang (mengandung formalin)</p>
<p>Tidak berbau</p>	<p>BAU</p>	<p>Amis sekali dan bau amoniak</p>
	<p>TAMPAK</p>	

KRITERIA KERANG

BISA DIBELI	IKAN	JANGAN DIBELI
Tertutup dan tidak pecah	WARNA	Terbuka (kerang sudah mati) cangkang pecah
Tidak berlendir dan tidak lengket	TEKSTUR	Berlendir , lengket , atau kering
Bau laut tidak tajam	BAU	Amis yang kuat
	TAMPAK	

KRITERIA BUAH DAN SAYURAN

BISA DIBELI	BUAH DAN SAYURAN	JANGAN DIBELI
Cerah dan tidak ada tanda kerusakan	WARNA	Kotor, kusam, ada tanda kerusakan
Bersih, kencang, segar dan mulus	TEKSTUR	Berjamur, lembek, pucat, tanda bekas serangga
Tidak berbau	BAU	Asam
	TAMPAK	

KRITERIA TELUR

BISA DIBELI	TELUR	JANGAN DIBELI
Permukaan halus, mengkilap, bersih, tidak ada kotoran (kotoran ayam, noda hitam dan pengapuran) dan tidak pecah	CANGKANG	Ada kotoran ayam atau bercak darah yang menempel dikulit telur, ada bagian warna putih di permukaan kulit telur, retak dan pecah
Tenggelam	DIMASUKKAN AIR	Melayang atau mengapung
Batas antara putih telur tipis dan tebal terlihat jelas, tidak terdapat bercak darah atau benda asing pada putih telur; bentuk kuning telur bulat dan posisi di tengah dari putih telur yang tebal	PUTIH DAN KUNING TELUR	Batas antara putih telur tipis dan tebal tidak jelas, terdapat bercak darah atau benda asing pada putih telur; bentuk kuning telur tidak bulat dan posisi agak ke pinggir
	TAMPAK	

Kriteria Membeli Pangan Siap Saji dan Pangan Olahan

- Belilah pangan siap saji :
 - dari pengolah yang sehat dan bersih
 - menggunakan wadah atau pembungkus yang bersih dan aman.
- Belilah produk pangan olahan (CEK KLIK) :
 - Cek Kemasan
 - Cek Label
 - Cek Ijin Edar
 - Cek Kedaluwarsa

MENGENAL BAHAYA PADA PANGAN



**bakteri, kapang,
kamir, parasit,
virus dan ganggang**



- **Dari dalam pangan (ikan buntal,dll)**
- **Bahan kimia dari lingkungan (sisa pestisida dll)**
- **Penggunaan bahan tambahan pangan yang melebihi takaran**
- **Bahan berbahaya yang dilarang pada pangan**



**rambut, kuku,
staples, serangga
mati, batu atau
kerikil, pecahan
gelas atau kaca,
logam dan lain-lain**

- **Air** – bakteri membutuhkan air untuk tumbuh, sehingga bakteri tidak dapat tumbuh dengan baik pada produk pangan yang kering, seperti kerupuk. Meskipun bakteri tersebut tidak berkembang biak namun tetap ada dan dapat mencemari produk pangan.



- **Tingkat keasaman** – sebagian besar bakteri tidak dapat tumbuh dengan baik pada pangan yang memiliki keasaman yang tinggi. Meskipun bakteri tersebut tidak berkembang biak namun tetap ada dan dapat mencemari produk pangan.



- **Waktu Penyimpanan** – bakteri dapat berkembang biak dengan sangat cepat dan membelah diri setiap 20 menit.



Apa saja yang membuat bakteri tumbuh?

Bagaimana mencegah bahaya biologis?

- ▶ **Beli bahan mentah dan pangan di tempat yang bersih**
- ▶ **Beli dari penjual yang sehat dan bersih**
- ▶ **Pilih makanan yang telah dimasak**
- ▶ **Beli pangan yang dipajang, disimpan dan disajikan dengan baik**
- ▶ **Konsumsi pangan secara benar**
- ▶ **Kemasan tidak rusak**
- ▶ **Tidak basi (tekstur lunak, bau tidak menyimpang seperti bau asam atau busuk)**
- ▶ **Jangan sayang membuang pangan dengan rasa menyimpang**

BAHAYA KIMIA

PENYALAHGUNAAN BAHAN BERBAHAYA

FORMALIN

- Disalahgunakan untuk mie basah, tahu, ikan, dll.
- Kegunaan sebetulnya: kayu, tekstil, lem, mengawetkan mayat dan organ tubuh.
- Bila dikonsumsi secara terus menerus dalam jangka panjang, dapat menyebabkan gangguan kesehatan.



BORAKS / BLENG / PIJER / AIR KI

- Disalahgunakan untuk baso, mie basah, pisang molen, lempur, buras, siomay, lontong, ketupat, pangsit, dll agar tekstur lebih kompak (kenyal) dan memperbaiki penampakan
- Kegunaan sebetulnya: antiseptik dan pembunuh kuman
- Bila dikonsumsi secara terus menerus dalam jangka panjang, dapat mengakibatkan gangguan kesehatan



**Alternatif Pengganti Boraks :
BTP SODIUM TRI POLY PHOSPHAT
(STPP) Food Grade**

RHODAMIN B

- Disalahgunakan untuk kerupuk, terasi dan pangan jajanan yang berwarna **MERAH**
- Kegunaan sebetulnya: Pewarna sintetis pada industri tekstil dan kertas.
- Bila dikonsumsi secara terus menerus dalam jangka panjang, dapat mengakibatkan



METHANIL YELLOW

- Disalahgunakan untuk kerupuk, mie dan pangan jajanan yang berwarna **KUNING**
- Kegunaan sebetulnya: Pewarna sintetis pada industri tekstil
- Bila dikonsumsi secara terus menerus dalam jangka panjang, dapat mengakibatkan kanker = wantek / sepuhan / sumbo / naftol / teres.



- **Memilih bahan pangan yang baik**
- **Mencuci sayuran dan buah-buahan dengan bersih sebelum diolah atau dimakan**
- **Menggunakan air bersih (tidak tercemar) untuk menangani dan mengolah pangan**
- **Tidak menggunakan bahan tambahan yang dilarang**
- **Menggunakan Bahan Tambahan Pangan yang dibutuhkan seperlunya dan tidak melebihi takaran yang diijinkan**
- **Bahan berbahaya (pestisida dan bahan kimia lainnya) :**
 - **Tidak disimpan bersama-sama dengan bahan pangan**
 - **Tidak disimpan dalam wadah makanan/botol minuman, dan sebaliknya**
 - **Wadah bahan berbahaya diberi label yang jelas**



Bagaimana mencegah bahaya kimia?

Bagaimana mencegah bahaya kimia?

- Tidak menggunakan peralatan/pengemas yang bukan untuk pangan
- Tidak menggunakan pengemas bekas, kertas koran untuk membungkus pangan
- Jangan menggunakan wadah sterofoam atau plastik kresek (non food grade) untuk mewadahi pangan terutama pangan yang panas, berlemak, dan asam karena berpeluang terjadi perpindahan komponen kimia dari wadah ke pangan (migrasi).





**Berbahaya Karena
Dapat Melukai
dan atau Menutup
Jalan Nafas dan
Pencernaan**

BAHAYA FISIK



KUNCI 2

SIMPAN PANGAN SECARA AMAN

Agar diperhatikan dalam menyimpan

- Pangan dingin atau beku segera disimpan di lemari pendingin/*freezer*.
- Pastikan termostat (pengatur suhu) berfungsi dengan baik.
- Pisahkan tempat penyimpanan antara :
 - Bahan pangan dan nonpangan dan
 - pangan mentah dan pangan matang.

Freezer

Es, es lilin, daging beku (sapi, ayam, ikan) dan olahannya seperti sosis, ham, nuggets, bakso, surimi, dll.



Freezer

Es krim, sayuran beku

Rak Atas

Pangan siap saji, bumbu, acar, dan buah-buahan



Rak Atas

Telur, mentega, butter, keju

Rak Tengah

Sisa pangan siap saji, Pangan siap saji, keju, telur dalam karton, roti



Rak Tengah

Bumbu, mayonnaise dan *salad dressing* lainnya

Rak Bawah

Daging sapi, ayam, ikan (dalam proses pelelehan/thawing). Susu dan produk olahannya.



Rak Bawah

Semua minuman

Rak Sayuran (Crisper)

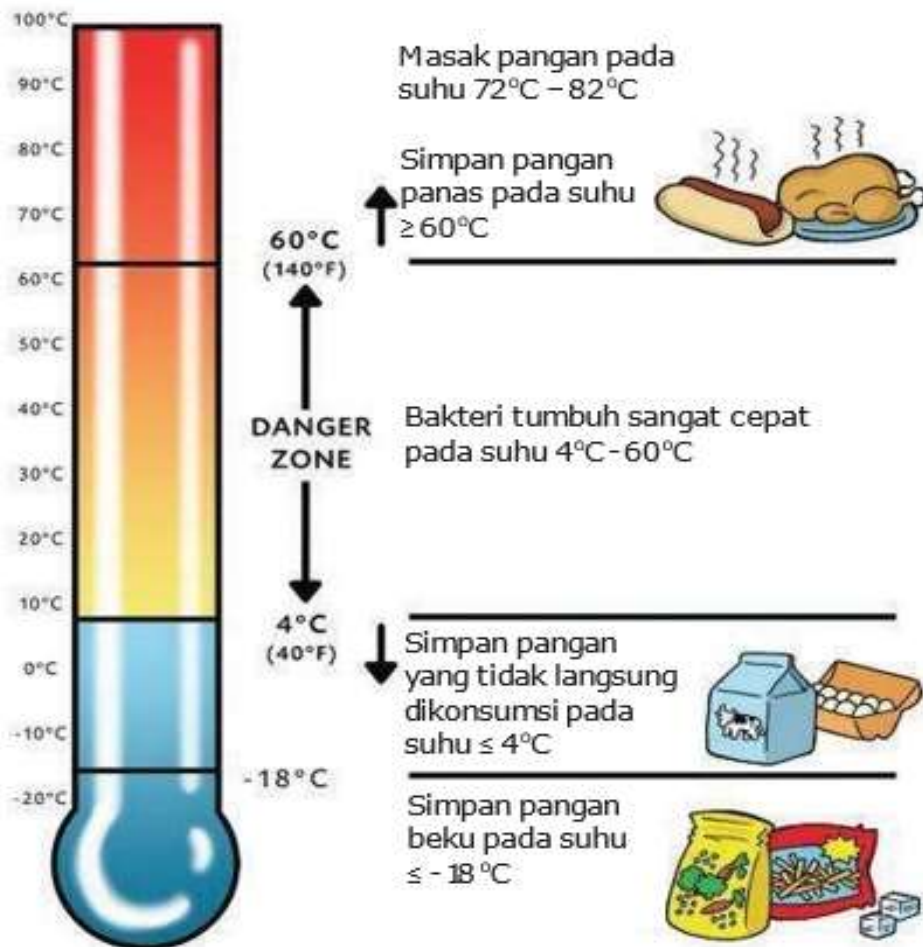
Sayuran dan rempah



Agar diperhatikan dalam menyimpan

- **Jauhkan tempat penyimpanan pangan dari bahan kimia berbahaya.**
- **Gunakan prinsip *FIFO/First In First Out* atau *FEFO/First Expired First Out* - yaitu gunakan bahan yang disimpan terlebih dahulu atau yang masa kedaluwarsanya paling cepat berakhir.**
- **Pisahkan pangan mentah dengan pangan matang.**

Suhu Optimum Pertumbuhan Bakteri





KUNCI 3

SIAPKAN PANGAN SECARA SEKSAMA

MENGOLAH BAHAN PANGAN :

Bahan Pangan Segar

- Sebelum dimasak harus dalam keadaan segar, aman, bermutu, dan bersih.
- Cuci terlebih dahulu dengan air mengalir sebelum diolah lebih lanjut.
- Sayuran berupa lembaran seperti kol, sawi, dan lain-lain dicuci masing-masing lembarannya.
- Bagian yang sudah rusak atau busuk, segera dibuang.



MENGOLAH BAHAN BEKU

Cara melelehkan Bahan Pangan Beku

- Lakukan pelelehan (thawing) terlebih dahulu dan
- Segera dicuci sebelum diolah.
- Hindari pembekuan kembali setelah dilelehkan (karena kemungkinan bakteri masih ada).



Pindahkan dari *freezer* ke bagian bawah lemari pendingin



Tempatkan pada air mengalir dalam keadaan terbungkus



Gunakan *microwave* dengan waktu yang disesuaikan

MENGOLAH BAHAN PANGAN SIAP SAJI

Bahan Pangan Siap Saji

- Pastikan tidak basi (berbau dan berlendir) dan berubah warna.

Pangan olahan (seperti kecap, bumbu, daging kaleng dan lain-lain)

- Pastikan belum melewati tanggal kedaluwarsa.
- Kemasan utuh dan tidak rusak.
- Cermati (baca) label produk pangan olahan secara seksama.

PERALATAN MENGOLAH/MEMASAK :

- Peralatan dapur : seperti pisau, talenan, sendok atau blender.
- Sebaiknya menggunakan peralatan yang terbuat dari bahan stainless steel
- Selalu gunakan peralatan dapur yang bersih, kering dan berfungsi dengan baik.
- Cuci terlebih dahulu sebelum disimpan.
- Biasakan selalu menggunakan peralatan yang berbeda untuk menangani jenis pangan yang berbeda atau mencuci terlebih dahulu semua peralatan sebelum digunakan.
 - Dalam penyiapan pangan, cecaran silang sangat mungkin terjadi
- Sendok untuk mengambil makanan harus dibedakan dengan sendok untuk mencicipi makanan.

MEMASAK BAHAN PANGAN

- Memasak adalah salah satu cara untuk mengurangi jumlah mikroba hingga mencapai tingkat yang aman dan menghasilkan cita rasa yang diinginkan.
- Dua hal penting yang harus diperhatikan dalam memasak adalah ***suhu dan waktu pemasakan***.
- ***Suhu dan waktu pemasakan*** yang tepat (matang sempurna) berbeda untuk setiap jenis pangan.
- Beberapa cara memasak yaitu : merebus, mengukus, menggoreng, dan memanggang.

MENGOLAH BAHAN PANGAN SIAP SAJI

- Pemanasan kembali
Pemanasan kembali harus sempurna sehingga dapat mematikan mikroba pada pangan.
- Hindari penggunaan minyak goreng secara berulang karena dapat mengganggu kesehatan dan pangan menjadi tengik.
Ciri-ciri minyak goreng yang sudah tidak layak digunakan antara lain warna coklat kehitaman dan agak kental.
- Pangan panas jangan langsung disimpan ke lemari pendingin karena dapat memanaskan lingkungan di sekitarnya dan memicu pertumbuhan mikroba.



TIPS MENCEGAH CEMARAN SILANG

- Cuci tangan sebelum dan setelah memasak
- Gunakan celemek yang sesuai dan bersih
- Cuci dan bersihkan peralatan dan permukaan meja kerja
- Pisahkan pangan mentah dengan pangan matang
- Jaga dapur selalu bersih dan kering



KUNCI 4

SAJIKAN PANGAN SECARA AMAN



- Jenis pangan segar yang langsung dikonsumsi seperti lalapan atau karedok, dicuci dengan air bersih dan dibilas dengan air matang..



- Bahan pangan yang digunakan untuk hiasan (*garnish*), harus bahan pangan segar yang bersih dan dapat dikonsumsi



- Sajikan makanan panas dalam keadaan panas, misalnya sup, gulai, dan soto.



- Sajikan pangan dingin dalam keadaan dingin, misalnya es buah.



- Sajikan pangan beku dalam keadaan beku, misalnya es krim.

- Jika makanan tidak akan segera dikonsumsi maka harus disimpan pada suhu dingin yaitu di lemari pendingin (kurang dari 4°C) atau dipertahankan pada suhu lebih dari 60°C .



KUNCI 5 BERSIH SELALU

CUCI TANGAN PAKAI SABUN DENGAN AIR MENGALIR

1.

Basahi seluruh tangan
dengan air bersih dan
mengalir



2.

Tuangkan sabun ke
telapak tangan



3.

Gosok bagian telapak tangan,
punggung tangan, sela-sela jari,
dan ujung kuku hingga berbusa
selama 20 detik



4.

Bilas tangan dengan air
bersih dan mengalir



5.

Keringkan tangan dengan
lap bersih yang kering atau
diangin-anginkan





Kapan Kita Harus Mencuci Tangan ?



SEBELUM
MEMEGANG
PANGAN



SETELAH
MEMEGANG
UANG



SETELAH DARI
KAMAR MANDI



SETELAH
MEMBUANG
SAMPAH



SETELAH MEMEGANG
TELEFON GENGAM/
HP



SETELAH MENANGANI
PANGAN SEGAR
(TELUR, DAGING)



SETELAH BERSIN
DAN BATUK



SETELAH
MENYENTUH
BINATANG

MENJAGA DAPUR YANG BERSIH

- Permukaan bagian-bagian dapur (dinding, meja, lemari, rak, kompor, dan lain-lain) semua bersih
- Bersihkan permukaan dengan bahan pembersih yang sesuai terutama pada permukaan yang kontak dengan pangan.
- Peralatan mengolah dan memasak (pisau, talenan, panci, wajan, dan lain-lain) semua bersih
- Peralatan dapur tertata dan tersimpan rapih sehingga terhindar dari kotoran.
- Tidak ada sampah dan bau tak sedap sehingga mengundang serangga
- Sampah dipisah menurut jenisnya dan dibuang pada tempatnya.
- Tidak ada tumpukan barang , ceceran pangan, dan genangan air

MENJAGA DAPUR YANG BERSIH

- Barang, bahan dan air berceceran menjadi sarang hama.
- Tidak ada tumpahan atau terkena semprotan bahan pembersih atau pembasmi hama
- Bahan pangan dan peralatan yang sudah bersih harus terhindar dari semprotan bahan pembersih atau pembasmi hama.
- Saluran pembuangan air lancar dan tertutup, sehingga tidak memungkinkan hama masuk dan bersarang.

KESIMPULAN

1. Pangan aman dan bermutu sangat penting dalam menunjang kebutuhan hidup sehari-hari
2. Praktek keamanan pangan yang baik harus menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan kita, terutama di dapur keluarga
3. Keamanan pangan di tingkat rumah tangga manjadi tonggak kemandirian masyarakat di bidang keamanan pangan
4. Kita bisa MEMBELI, MENYIMPAN, MENGOLAH dan MENYAJIKAN pangan yang aman, serta MENJAGA KEBERSIHAN untuk mewujudkan keamanan pangan

TERIMA KASIH

Aman pangannya, Sehat keluarganya

**DINAS
KESEHATAN
KABUPATEN
KARANGANYAR**



dinkeskaranganyar



www.dinkes.karanganyarkab.go.id



dinkes@karanganyarkab.go.id



(0271) 495059

