

Original Article

Penerapan Higiene Sanitasi dan Keselamatan Kerja Pengolah Makanan Pada Unit Gizi di RS X Tahun 2024

Ramandha Eka Gunaputri*, Rindu, Abdullah Syafei

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju

Jl. Harapan No. 50, Lenteng Agung, Kec. Jagakarsa, Kota Jakarta Selatan, DKI Jakarta

*Email: ramandhaekagunaputri@gmail.com

ABSTRACT

Editor: MH

Diterima: 2026/1/20

Direview: 2026/1/29

Publish: 2026/2/3

Hak Cipta:

©2026 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

Introduction: In Indonesia, it is estimated that more than 20 million cases of food poisoning occur each year, with a considerable portion linked to hospital kitchens. This alarming statistic underscores the critical need for strict adherence to hygiene and sanitation standards, as well as occupational safety protocols in food processing. Despite the presence of regulations, including the Indonesian Ministry of Health's guidelines on food hygiene and sanitation, challenges persist.

Method: This study employed a qualitative case study approach to provide an in-depth exploration of the phenomena associated with hygiene, sanitation, and occupational safety practices, emphasizing the perspectives and experiences of those involved.

Result: Food handlers demonstrated adequate knowledge; however, implementation of hygiene, sanitation, and occupational safety was inconsistent, particularly in PPE use and SOP adherence. Long working hours and kitchen conditions affected compliance. Food receiving procedures complied with Minister of Health Regulation No. 2 of 2023.

Conclusion: The study concludes that although employees in RS X's nutrition department are aware of hygiene, sanitation, and occupational safety, there are notable gaps in their implementation. This includes inconsistent use of personal protective equipment (PPE), incomplete adherence to standard operating procedures, and insufficient training on workplace safety.

Keyword: sanitation hygiene, work safety, food processing, hospitals, personal protective equipment, standard operating procedures

Pendahuluan

Rumah sakit memiliki peran yang sangat penting sebagai fasilitas kesehatan, menawarkan beragam layanan, termasuk penyediaan makanan yang bergizi dan aman. Unit gizi di rumah sakit bertanggung jawab untuk mengelola makanan yang disajikan kepada pasien, agar dapat memenuhi kebutuhan gizi mereka dan mendukung proses penyembuhan. Pengelolaan makanan yang kurang memadai berpotensi meningkatkan risiko kontaminasi, yang dapat mengakibatkan penyakit yang ditularkan melalui makanan atau infeksi yang berasal dari rumah sakit. Menurut Claudia Fazriyanti dan Ernyasih (2022), Rumah sakit seringkali menggunakan sistem manajemen makanan Kelas B guna memastikan bahwa pengelolaan makanan yang dilakukan memenuhi standar kesehatan yang berlaku. Makanan adalah salah satu kebutuhan dasar bagi manusia, sehingga penting bagi kita untuk memastikan

bahwa makanan yang dikonsumsi aman dan berkualitas tinggi. Sayangnya, jika makanan tidak memenuhi standar keamanan yang ditetapkan, hal ini dapat menyebabkan berbagai penyakit akibat konsumsi makanan yang tidak layak. Menurut Novita Fajarwati et al. (2023), Makanan yang aman dan higienis bisa diproduksi di berbagai lokasi, termasuk rumah sakit, asalkan prinsip-prinsip kebersihan diperhatikan selama proses pengolahan.

Prinsip hygiene dan sanitasi memiliki peranan yang sangat penting dalam mencegah kontaminasi makanan serta memperpanjang proses perawatan pasien. Penerapan prinsip-prinsip ini di rumah sakit bertujuan untuk menghindari terjadinya keracunan makanan, infeksi silang, dan infeksi nosokomial yang dapat disebabkan oleh makanan yang tidak memenuhi standar kebersihan. Selain itu, pengelolaan makanan yang tidak sesuai dengan standar kesehatan dapat berdampak negatif pada kualitas layanan rumah sakit secara keseluruhan. (Fajarwati et al., 2023).

Keracunan makanan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia. Menurut data dari WHO pada tahun 2019, lebih dari 200 jenis penyakit dapat ditularkan melalui makanan yang terkontaminasi. Di Indonesia, Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) mencatat sebanyak 6.205 kasus keracunan makanan yang dirawat di rumah sakit pada tahun tersebut. Angka ini menunjukkan bahwa penerapan hygiene dan sanitasi dalam pengolahan makanan di rumah sakit masih perlu mendapat perhatian lebih untuk mengurangi risiko keracunan. Sebagian besar kasus tersebut disebabkan oleh praktik pengolahan makanan yang tidak sesuai dengan standar hygiene yang ditetapkan. Lebih lanjut, sebuah investigasi awal di Rumah Sakit X mengungkapkan bahwa meskipun sebagian besar staf bagian gizi menyadari pentingnya hygiene dan keselamatan kerja, implementasi teknisnya sering kali tidak konsisten. Situasi ini menekankan perlunya penilaian yang komprehensif guna meningkatkan penerapan standar di unit gizi rumah sakit.

Prinsip dasar kebersihan sanitasi melibatkan berbagai aspek, termasuk kebersihan pribadi, lingkungan kerja, dan peralatan dapur. Penelitian Dion Pardameian Hutasoit (2020) menekankan pentingnya keberadaan fasilitas pendukung seperti akses air bersih, tempat cuci tangan, dan tempat sampah yang sesuai standar sangatlah krusial. Fasilitas-fasilitas ini berperan penting dalam memastikan bahwa makanan olahan memenuhi kebutuhan kesehatan yang ditetapkan. Meskipun terdapat peraturan, seperti Keputusan Menteri Kesehatan RI No. 1098/MENKES/SK/VII/2003, implementasi di lapangan masih belum menunjukkan konsistensi yang diharapkan. Di Rumah Sakit X, sebagian besar petugas dapur telah menggunakan alat pelindung diri (APD) seperti sarung tangan dan celemek, namun penerapan ini masih sering tidak konsisten. Selain itu, pelatihan yang tidak teratur menyebabkan banyak petugas belum sepenuhnya memahami prosedur operasional standar (SOP) dalam pengolahan makanan (Dela dan Saepudin, 2024).

Di RS X, penerapan hygiene dan keselamatan kerja di bagian gizi masih menjadi salah satu tantangan utama. Walaupun sebagian besar petugas telah memiliki pemahaman yang baik, praktik di lapangan sering kali menunjukkan inkonsistensi, terutama dalam penggunaan APD dan kepatuhan terhadap SOP. Faktor-faktor seperti lingkungan kerja, kualitas pelatihan, dan jam kerja juga berperan penting dalam memengaruhi kepatuhan petugas terhadap praktik yang aman dan higienis.

Lingkungan kerja yang tidak mendukung, seperti ventilasi dan pencahayaan yang buruk, dapat mengganggu kualitas kerja. Begitu juga, jam kerja yang panjang dapat menyebabkan kelelahan dan berpotensi mengurangi kepatuhan terhadap prosedur operasi standar. Selain itu, kurangnya pelatihan menjadi kendala tambahan dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para pekerja. Penerapan sanitasi dan keselamatan kerja dalam pengolahan pangan merupakan langkah penting untuk mencegah risiko yang ada. Aspek hygiene kesehatan bertujuan untuk menjaga kebersihan individu, peralatan, dan lingkungan kerja, sementara keselamatan kerja lebih berfokus pada perlindungan pekerja dari potensi bahaya di area kerja. Kedua elemen ini saling melengkapi dalam memastikan bahwa produk pangan yang dihasilkan tidak hanya aman untuk dikonsumsi, tetapi juga diolah dalam lingkungan yang aman.

Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa kondisi tempat kerja, seperti ventilasi yang buruk dan pencahayaan yang tidak memadai turut berkontribusi pada penerapan langkah-langkah sanitasi yang kurang optimal. Selain itu, beban kerja yang tinggi dan keterbatasan waktu sering kali menjadi alasan bagi staf dapur untuk mengabaikan prosedur keselamatan kerja. Di bagian gizi Rumah Sakit X,

beberapa kekurangan yang ditemukan meliputi ketidakpatuhan dalam penggunaan alat pelindung diri (APD), penerapan SOP yang tidak konsisten, serta kurangnya pengawasan rutin. Beban kerja yang berat seringkali mendorong pekerja untuk mengesampingkan prosedur keselamatan demi menyelesaikan tugas dengan lebih cepat. Oleh karena itu, faktor-faktor ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk melaksanakan langkah-langkah komprehensif guna meningkatkan penerapan standar di bagian gizi rumah sakit.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk meneliti penerapan hygiene, sanitasi, dan keselamatan kerja oleh petugas pengolah makanan di Unit Gizi RS X pada tahun 2024. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2024. Populasi yang menjadi fokus penelitian mencakup seluruh petugas pelayanan makanan di unit gizi tersebut. Sampel penelitian ditentukan dengan teknik purposive sampling, yang memilih berdasarkan kriteria tertentu, dan terdiri dari empat orang: dua petugas pengolah makanan dan dua pramusaji yang terlibat langsung dalam proses pengolahan dan penyajian makanan.

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga metode utama, yaitu observasi, wawancara mendalam, dan analisis dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati langsung penerapan hygiene, sanitasi, dan keselamatan kerja oleh petugas pengolah makanan dan pramusaji saat mereka beraktivitas. Wawancara mendalam menggunakan panduan semi terstruktur bertujuan untuk menggali pemahaman, pengalaman, serta kendala yang dialami petugas pengolah makanan dalam menerapkan prosedur hygiene dan keselamatan kerja. Selain itu, dokumentasi meliputi pengumpulan dan analisis dokumen pendukung seperti SOP, materi pelatihan, dan laporan hasil pemantauan.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis melalui teknik reduksi data, penyajian data, dan inferensi untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai tema yang diteliti. Dalam penelitian ini, prioritas utama adalah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik RS X. Sebelum pengumpulan data dilakukan, setiap responden akan dijelaskan mengenai tujuan penelitian dan diminta untuk menandatangani lembar persetujuan. Instrumen penelitian yang digunakan mencakup pedoman observasi, angket wawancara, dan lembar evaluasi dokumen. Untuk memastikan keabsahan data, dilakukan triangulasi metode dengan membandingkan hasil dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian kemudian akan dievaluasi dengan analisis tematik, untuk mengidentifikasi pola dan tema utama yang berkaitan dengan penerapan hygiene dan keselamatan kerja.

Hasil

Tabel 1. Gambaran dari aspek dan temuan utama

ASPEK	TEMUAN UTAMA
Higiene Sanitasi dan Keselamatan Kerja	Kebersihan merupakan hal yang sangat penting bagi sebagian besar pengolah makanan. Meskipun begitu, mereka menyadari hal tersebut, penggunaan alat pelindung diri (APD) sering kali tidak konsisten. Kondisi kebersihan dapur umumnya baik, namun masih terdapat beberapa aspek yang perlu ditingkatkan. Banyak pekerja yang memahamai pentingnya keselamatan kerja, tetapi penerapan protokol kesehatan seringkali terbatas, terutama pada saat periode puncak atau jam sibuk. Selain itu, kelelahan akibat jam kerja yang
Pelatihan	Pelatihan bagi pengolah makanan tidak dilaksanakan secara rutin, sehingga beberapa di antara mereka cenderung melupakan, menyepelekan atau tidak sepenuhnya mengingaat dan memahami prosedur keselamatan yang ada.
Penerapan SOP	Sebagian besar Standar Operating Procedures (SOP) umumnya dilaksanakan, namun terdapat beberapa penyimpangan terutama dalam hal pengolahan makanan dan penyimpanan makanan.

Jam Kerja	Sebagian besar pekerja di RS X bekerja dengan durasi jam kerja yang panjang, sering kali mengakibatkan kelelahan. Kondisi ini sangat memengaruhi kepatuhan terhadap SOP dan keselamatan kerja. Pada saat periode puncak jam sibuk atau beban kerja meningkat, pengolah makan dan pramusaji seringkali mengabaikan beberapa prosedur hygiene dan keselamatan untuk menyelesaikan tugas lebih cepat.
Penggunaan APD	Penggunaan APD seperti sarung tangan, celemek, dan penutup rambut sering diabaikan pada kondisi tertentu.
Lingkungan Kerja	Lingkungan kerja didapur sangat intens. Dapur sering kali terasa panas karena penggunaan peralatan seperti oven, dan kompor yang terus digunakan sementara ruang gerak kami sangat terbatas saat jam makan

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa hasil pada gambaran aspek dan temuan utama. Secara keseluruhan, menunjukkan bahwa meskipun pengolah makanan di unit gizi memiliki pemahaman yang cukup baik tentang hygiene sanitasi dan keselamatan kerja, implementasi di lapangan masih menghadapi berbagai kendala. Faktor seperti kurangnya pelatihan berkelanjutan, jam kerja yang tidak konsisten, kondisi lingkungan kerja, dan penggunaan APD yang tidak konsisten menjadi tantangan utama yang perlu diperbaiki.

Tabel 2. Pemilahan/penerimaan bahan pangan yang dilakukan unit gizi di RS X dibandingkan dengan standar Permenkes Nomor 2 Tahun 2023.

No	Kategori	Hasil	Standar Permenakes No 2 Tahun 2023
1.	Pengemasan bahan pangan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pangan yang diperoleh berasal dari sumber yang jelas dan dapat dipercaya, serta memiliki kualitas yang baik, utuh, dan tidak rusak.	Hal ini sejalan dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2023 yang mengatur bahwa produk pangan yang dikemas atau di beri label harus berasal dari sumber yang jelas dan terpercaya, memiliki mutu yang baik, serta dalam keadaan utuh dan tidak rusak.
2.	Pelabelan Kemas bahan pangan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa makanan kemasan yang diterima telah dilengkapi dengan dan tidak kedaluwarsa atau tanggal kedaluwarsa masih berlaku. Penerima melakukan pemeriksaan tanggal kedaluwarsa pada tiap paket makanan, dan kemasan makanan kaleng yang diterima tidak mengalami kerusakan.	Selaras dengan Peraturam Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2023 yang mengatur bahwa pangan yang dikemas mesti memiliki label, terdaftar, atau memiliki izin edar dan tidak dalam kondisi terbatas. Kemasan makanan kaleng tersebut tidak mengalami masalah seperti melepuh, bocor, penyok, atau karatan.
3.	Tanggal penerimaan dan disimpan sesuai dengan jenis pangan.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa makanan yang diterima, namun tidak segera dikonsumsi, diberi tanda berupa tanggal penerimaan dan disimpan sesuai dengan jenisnya.	Hal ini sesuai dengan Peraturam Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2023 yang menyatakan bahwa pangan yang tidak langsung digunakan wajib diberi tanggal penerimaan dan disimpan berdasarkan jenisnya.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa. Pemilahan/penerimaan bahan pangan yang dilakukan unit gizi di RS X dibandingkan dengan standar Permenkes Nomor 2 Tahun 2023. Secara keseluruhan, proses ini menunjukkan bahwa RS X telah menjalankan prosedur pemilahan dan penerimaan bahan pangan secara sistematis untuk memastikan keamanan dan kualitas pangan yang diolah di unit gizi.

Pembahasan

1. Higiene Sanitasi dan Keselamatan Kerja pada Pengolah Makanan

Berlandaskan dari hasil wawancara dengan 5 informan, 2 diantaranya pengolah makanan adalah keselamatan kerja pada pengolah makanan sangat penting agar pengolah bekerja dalam kondisi yang aman sehat dan produktif, kondisi yang tidak aman akan menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang, sedangkan higiene sanitasi merupakan rangkaian penting.

Menurut Kusmayadi dalam Agustina, dkk (Ena Juhaina, 2020) Prinsip higiene dan sanitasi pangan melibatkan empat aspek penting. Pertama, perilaku sehat dan bersih dari individu yang terlibat dalam penanganan pangan. Kedua, kualitas higiene dari pangan itu sendiri. Ketiga, kebersihan peralatan yang digunakan dalam proses pengolahan. Terakhir, higiene di lokasi pengolahan pangan. Pangan bisa terkontaminasi mikroba akibat berbagai faktor, seperti pemakaian kain lap yang kotor untuk membersihkan meja dan peralatan, penyimpanan pangan yang tidak tertutup sehingga rentan terhadap serangan serangga dan tikus, serta individu yang menangani pangan dalam keadaan sakit atau berpotensi menularkan penyakit.

Penelitian ini sejalan dengan (Mochammad Musafa'ul Anam¹, 2021) Dalam praktiknya, petani perorangan sering kali menghadapi pola makan yang berisiko tinggi, terutama dalam konteks industri kuliner. Proses penilaian risiko dapat dilakukan dengan cara yang terkontrol, meskipun tanpa adanya campur tangan dari tim spesialis berpengalaman yang memahami prosedur operasi standar (SOP) dokter. Meskipun terdapat batasan dalam mempengaruhi faktor-faktor yang terlibat, pengobatan terhadap penyakit tersebut tetap mungkin dilakukan dengan pendekatan yang tepat dan kekuatan tertentu (Devy Normalita Putri dan Fatma Lestari, 2023). Oleh karena itu, penerapan higiene, sanitasi, dan keselamatan kerja menjadi aspek yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan. Ada beberapa prinsip yang perlu diperhatikan dalam menjamin keselamatan kerja, sesuai dengan ketentuan yang ditetapkan dalam Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Nomor 5 Tahun 2018 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja, khususnya pada Pasal 9 ayat 5.

2. Pelatihan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan bagi petugas pengelola makanan memiliki peranan yang sangat penting dalam menjamin kualitas dan keamanan makanan. Tujuan dari pelatihan ini adalah untuk membangun serta memelihara perilaku yang esensial bagi keberlangsungan program, sekaligus memastikan bahwa makanan yang disajikan kepada pasien memenuhi standar keamanan, kebersihan, dan kualitas yang tinggi, serta memungkinkan penguasaan keterampilan yang diperlukan. Selain itu, pelatihan ini juga memberikan perlindungan kepada staf dari risiko kecelakaan kerja dan mendukung operasi dapur yang efisien serta higienis. Dengan pelatihan yang dilakukan secara teratur dan merata, kepatuhan terhadap standar kesehatan dan keselamatan kerja dapat terjaga secara berkelanjutan.

Penelitian ini sejalan (Syahputra & Nainggolan, 2022) Pelatihan bukan hanya sekadar proses pengajaran keterampilan, tetapi juga berfungsi untuk mengubah pola pikir dan perilaku karyawan demi mencapai tujuan organisasi (Pamulang dan Selatan, 2021: 224). Agar pelatihan dapat berjalan efektif, penting bagi setiap program yang diselenggarakan untuk diimplementasikan secara merata kepada semua karyawan, baik yang telah berpengalaman maupun yang baru bergabung. Hal ini bertujuan untuk memastikan kelangsungan tenaga kerja organisasi di masa depan. Menurut Hartono dan Siagian (2020: 223), pelatihan adalah salah satu cara untuk mengembangkan keterampilan karyawan melalui umpan balik yang konstruktif, sehingga tujuan organisasi bisa dicapai dengan lebih optimal. Meidita (2019: 229) menambahkan bahwa tujuan pelatihan adalah membekali karyawan dengan keterampilan, pengetahuan, dan perilaku yang selaras dengan ekspektasi

organisasi. Selain itu, Deky Prasetyo dan M. Thamrin Noor (2024: 72) menegaskan bahwa pelatihan termasuk dalam pendidikan berkelanjutan yang fokus pada peningkatan keterampilan karyawan, perolehan kompetensi, pengembangan sikap kewirausahaan, serta pembentukan kepribadian yang profesional. Dengan demikian, pendidikan berkelanjutan tidak hanya bermanfaat bagi individu, tetapi juga memberikan kontribusi signifikan terhadap kemajuan organisasi secara keseluruhan.

3. SOP (Standar Operasional Prosedur)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keracunan makanan dapat terjadi akibat penerapan Prosedur Operasi Standar (SOP) yang tidak tepat. SOP berfungsi untuk memastikan bahwa setiap tahapan dalam pengolahan makanan dilakukan secara konsisten, sehingga kualitas makanan yang dihasilkan tetap terjaga. SOP dianggap sebagai fondasi penting dalam menjamin bahwa semua aspek pengolahan makanan dilakukan dengan standar yang tinggi dan benar, yang pada gilirannya mendukung kesehatan dan kesejahteraan pasien. Di lingkungan rumah sakit, penerapan SOP sangat krusial untuk menjaga kualitas, keamanan, dan kesesuaian makanan sesuai dengan kebutuhan pasien. Para tenaga penanganan makanan dan pelayan menyadari betapa pentingnya mengikuti SOP untuk mempertahankan standar kerja mereka, meskipun mereka menghadapi berbagai tantangan dalam penerapannya secara konsisten.

Penelitian ini sejalan dengan (Maya, 2023) Penyakit yang ditularkan melalui makanan bisa bervariasi dari yang ringan hingga yang berat, bahkan berpotensi menyebabkan kematian. Hal ini sering kali disebabkan oleh penerapan prosedur operasi standar (SOP) yang buruk atau tidak tepat. Oleh karena itu, menjaga kebersihan makanan menjadi hal yang sangat penting untuk mencegah pencemaran mikroorganisme pada makanan yang akan disajikan kepada pasien. Salah satu faktor kunci dalam menjaga kebersihan makanan adalah pemeliharaan peralatan serta perilaku pramusaji dalam mencuci peralatan tersebut. Pramusaji adalah karyawan yang berinteraksi langsung dengan pasien, bertanggung jawab untuk menyajikan makanan dan minuman, serta menangani peralatan makan. Tugas mereka mencakup mulai dari penyajian makanan hingga pembersihan dan pencucian peralatan makan yang telah digunakan.

Dengan demikian, penting bagi mereka untuk mematuhi SOP yang ketat saat mencuci peralatan makan. Kebersihan peralatan makan ini memainkan peran besar dalam kualitas makanan yang disajikan. Peralatan makan yang tidak bersih dapat menjadi sumber kontaminasi mikroorganisme yang dapat menimbulkan berbagai penyakit. Penelitian ini sejalan dengan (Dora et al., 2023) menjelaskan bahwa SOP, atau *Standard Operating Procedure*, sangat penting untuk menjalankan berbagai kegiatan secara efektif dan efisien. Dengan SOP, proses dapat dipercepat dan dijamin aman. Penerapan SOP mengurangi kesalahan, meningkatkan kinerja perusahaan, dan menjaga konsistensi kualitas. Terutama dalam industri pangan, SOP memastikan keamanan dan kualitas produk. Secara keseluruhan, SOP meningkatkan produktivitas karyawan melalui prosedur kerja yang jelas.

4. Jam Kerja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa informan terkadang melakukan pekerjaannya lebih dari jam yang telah ditentukan (lembur), dengan konsumsi makanan bergizi konsumsi suplemen tiap hari dan istirahat membantu kesehatan tubuhnya akan tetap stabil meski sering kerja lembur.

Penelitian ini sejalan dengan (Sari et al., 2023) Ketentuan mengenai jam kerja diatur dalam Pasal 77 Undang-Undang Ketenagakerjaan Republik Indonesia No. 13 Tahun 2003. Menurut pasal tersebut, pekerja yang bekerja enam hari dalam seminggu memiliki jam kerja 7 jam per hari dan 40 jam per minggu. Sementara itu, karyawan yang bekerja lima hari dalam seminggu, jam kerjanya adalah 8 jam per hari dengan total 40 jam per minggu. Dengan demikian, jam kerja normal seorang pekerja berkisar antara 6 hingga 8 jam sehari. Sisa waktu sekitar 14 hingga 18 jam seharusnya dimanfaatkan untuk kehidupan keluarga dan berinteraksi dalam masyarakat. Apabila seseorang bekerja lebih dari 8 jam sehari atau 40 sampai 50 jam dalam seminggu, hal tersebut dapat berdampak negatif pada kinerja serta keseimbangan kehidupan kerja mereka.

5. Penggunaan APD

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa hampir semua informan menyadari manfaat penggunaan alat pelindung diri (APD). APD memiliki peranan yang sangat penting dalam menjamin bahwa makanan diolah dengan aman dan higienis, serta memenuhi standar kesehatan yang ditetapkan. Meskipun ada beberapa tantangan, seperti ketidaknyamanan saat menggunakan APD, terutama di dapur yang panas atau dalam situasi kerja yang cepat, baik petugas penanganan makanan maupun pramusaji tetap memahami pentingnya penggunaan APD demi keselamatan pekerja dan kebersihan makanan untuk pasien.

Penelitian ini sejalan dengan (Diah, 2023) Alat Pelindung Diri (APD) memiliki peranan yang sangat vital dalam menjaga kualitas dan keamanan pangan. Para pengolah makan yang tidak menggunakan APD seperti celemek, tutup kepala, dan sarung tangan berisiko tinggi terhadap kontaminasi yang bersifat fisik, kimia, maupun biologis. Sesuai dengan Peraturan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi Nomor 8 Tahun 2010, APD adalah sarana yang dirancang untuk melindungi individu dari potensi bahaya di lingkungan kerja dengan cara mengisolasi sebagian atau seluruh tubuh. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2003) menyatakan bahwa penggunaan masker berfungsi untuk melindungi mulut dan hidung, sedangkan tutup kepala berperan penting untuk mencegah mikroorganisme dari rambut dan kulit kepala jatuh ke area yang harus tetap steril. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan masker tidak boleh diabaikan dalam situasi apapun, karena adanya potensi penularan virus atau bakteri yang dapat mencemari pangan. Selain itu, tutup kepala harus mampu menutupi seluruh bagian kepala, termasuk rambut, untuk mengurangi risiko kontaminasi.

6. Lingkungan Kerja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir semua informan merasa sangat tidak nyaman dan cepat lelah dalam suhu ekstrem, yang berpotensi memengaruhi kinerja mereka secara keseluruhan. Oleh karena itu, pengendalian suhu di lingkungan kerja menjadi sangat penting dalam industri makanan untuk memastikan kesehatan pekerja, keamanan pangan, dan kualitas produk. Meskipun mereka menghadapi berbagai tantangan di tempat kerja, para pengolah makanan dan pramusaji tetap menyadari betapa pentingnya menjaga kebersihan dan keselamatan dalam setiap aspek tugas yang mereka jalankan.

Penelitian ini sejalan dengan (Reinita Aulia, 2023) Tekanan panas di lingkungan kerja dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti suhu dan kelembaban udara, keberadaan alat atau material yang menghasilkan panas, serta pergerakan udara yang disebabkan oleh ventilasi dan angin. Selain itu, beban kerja yang tinggi dan pemilihan pakaian kerja juga memiliki peran penting. Ketika suhu meningkat dan tubuh mengalami dehidrasi akibat paparan panas, kondisi ini dapat menyebabkan kelelahan fisik, perubahan emosi, gangguan konsentrasi, serta berbagai masalah kesehatan lainnya, yang pada gilirannya dapat meningkatkan risiko penyakit terkait pekerjaan. Umumnya, tekanan panas yang melebihi batas fisiologis terjadi pada suhu di atas 26 °C, meskipun hal ini juga tergantung pada kelembaban udara, kecepatan angin, dan radiasi termal yang ada. Kombinasi antara tingkat kerja yang tinggi dan tekanan panas yang signifikan di tempat kerja dapat menimbulkan konsekuensi kesehatan yang serius bagi para pekerja.

Penelitian ini sejalan dengan (Lestantyo et al., 2020) Suhu yang tinggi di dapur memiliki dampak signifikan terhadap kualitas makanan. Pertumbuhan kuman patogen pada bahan makanan dapat meningkatkan risiko keracunan dan infeksi saluran pencernaan. Oleh karena itu, proses produksi makanan memerlukan suhu lingkungan yang ideal agar pertumbuhan kuman tersebut dapat dicegah. Fasilitas dapur yang tidak memadai juga turut meningkatkan risiko kontaminasi makanan. Salah satu faktor pengendalian yang paling penting dalam menjaga keamanan pangan adalah suhu ruangan. Selain itu, bahan makanan, terutama daging hewan dan produk olahannya, sangat sensitif terhadap perubahan suhu.

Kesimpulan

Pada hasil penelitian yang dilaksanakan di RS X tentang penerapan higiene sanitasi dan keselamatan kerja pengolah makanan pada unit gizi di RS X tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa penerapan higiene sanitasi dan keselamatan kerja pengolah makanan pada unit gizi di RS X. Keselamatan kerja sangatlah krusial, keselamatan kerja tidak hanya melindungi pekerjanya tetapi juga memastikan lingkungan aman dan produktif, memastikan lingkungan kerja yang aman juga harus proaktif. Pengolah makanan harus menjalani pelatihan, menggunakan alat pelindung diri (APD) secara konsisten, mengikuti jam kerja yang teratur, dan bekerja di lingkungan yang mendukung. Kebersihan dan keselamatan makanan sangat bergantung pada pemahaman dan implementasi standar operasional prosedur (SOP) yang baik untuk mencegah kontaminasi.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi membantu proses penelitian ini.

Pendanaan

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti.

References

- Claudia Fazriyanti, T. S. S., & Ernyasih, D. H. (2022). Gambaran Penerapan Higiene Pengelolaan Makanan Di Rumah Sakit Dr. H. Marzoeqi Mahdi (Rsmm) Bogor Tahun 2021. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 2(2), 147. <https://doi.org/10.24853/eohjs.2.2.147-154>
- Diah, K. I. (2023). Studi Kualitatif: Praktik Penggunaan Alat Pelindung Diri Pada Penjamah Makanan di Instalasi Gizi RSUD Bangil. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 254–266. <https://doi.org/https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.204>
- Dion Pardameian Hutasoit. (2020). Pengaruh Sanitasi Makanan dan Kontaminasi Bakteri Escherichia coli Terhadap Penyakit Diare Pendahuluan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9, 779–786. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.399>
- Dora, Y. M., Sari, O. Y., Saefudin, N., Sudrajat, A., & Widuri, I. (2023). PELATIHAN PENYUSUNAN STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) UNTUK MENINGKATKAN PRODUKTIVITAS USAHA KATERING DAPUR. *Jurnal ADIMAS*, 7(1), 27–32. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24269/adi.v7i1.6654>
- Elisa Dela, Malik Saepudin, M. M. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Higiene Sanitasi Pada Penjamah Makanan Di Instalasi Gizi RSUD Pemangkat. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 22–26. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2024.22138>
- Ena Juhaina. (2020). Keamanan makanan ditinjau dari aspek higiene dan sanitasi pada penjamah makanan di sekolah, warung makan dan rumah sakit. *Scientific of Environmental Health and Diseases (e-SEHAD)*, 1, 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/esehad.v1i1.10763>
- Lestantyo, D., Shaluhiyah, Z., Jayanti, S., Departemen, K., Prodi, S., Masyarakat, K., & Masyarakat, F. K. (2020). Studi Kualitatif Perilaku Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Petugas Instalasi Gizi Rumah Sakit pada Program Pencegahan Infeksi Qualitative Study of Safety and Health Behavior of Hospital Food Handler Towards Infection Prevention and Control Program. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12, 3. <https://doi.org/https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.74>

- Maya, I. (2023). Analisis penerapan Standard Operating Procedure (SOP) sanitasi peralatan makan dengan angka kuman di Instalasi Gizi RSUD Meuraxa Banda Aceh. *Sago Gizi Dan Kesehatan*, 4, 2. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v4i2.1076>
- Meidita, A. (2019). Pengaruh Pelatihan dan Kompetensi Terhadap Kepuasan Kerja Melalui Motivasi Kerja. *Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, 2(2), 226–237. <https://doi.org/https://doi.org/10.30596/maneggio.v2i2.3772>
- Mochammad Musafa'ul Anam1, M. D. S. dan A. R. (2021). PENERAPAN HIGIENE, SANITASI DAN KESELAMATAN KERJA DI DAPUR. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Waradin*, Vol.1, No. <http://www.stiepari.org/index.php/wrd/article/view/180>
- Novita Fajarwati, Ellyani Abadi, Habib Ihsan M, Jenny Qlifianti Demmalewa, Desiderius Bela Dhesa, Siti Hadrayanti Ananda, et al. (2023). Jurnal Gizi Ilmiah. *Analisis Penerapan Hygiene Sanitasi Pada Penyelenggaraan Makanan Di Rumah Sakit Umum Daerah Konawe Kepulauan*, 10(89), 17–21. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JGI/article/view/210/396>
- Pamulang, U., & Selatan, T. (2021). *Jurnal Ilmiah, Manajemen Sumber Daya Manusia*. 5(1), 220–237. <https://doi.org/https://doi.org/10.32493/JJSDM.v5i1.13156>
- Reinita Aulia. (2023). Dampak Paparan Panas di Lingkungan Kerja Terhadap Kesehatan Pekerja The Impact of Heat Exposure in the Work Environment on Workers ' Health. *Medula*, 13(3), 239–246. <https://www.journalofmedula.com/index.php/medula/article/download/660/498/3497>
- Sari, K. I., Paskarini, I., & Kes, M. (2023). Hubungan Antara Shift Kerja dan Durasi Kerja dengan Keluhan Kelelahan Pada Perawat di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember Tahun 2021. *PREVENTIF :JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 14, 47–55. <https://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/preventif/article/download/413/309/>
- Syahputra, Y., & Nainggolan, N. P. (2022). *TERHADAP KINERJA KARYAWAN DI PT VASAN MANDIRI INDONESIA*. https://forum.upbatam.ac.id/index.php/scientia_journal/article/download/4724/2621