

101 ALASAN

FOOD SAFETY

MENAIKKAN KEUNTUNGAN



**Meningkatnya
Keuntungan, Saat
Food Safety Diperhatikan**

www.ufs.com



101 ALASAN
FOOD SAFETY
MENAIKKAN KEUNTUNGAN



DAFTAR ISI

101 ALASAN FOOD SAFETY MENAIKKAN KEUNTUNGAN

4

Meningkatnya Keuntungan, Saat *Food Safety* Diperhatikan

- 6 Penilaian pelanggan dimulai dari kondisi restoran
- 8 Kerugian jika *food safety* diremehkan
- 9 Data risiko jika mengabaikan *food safety*
- 10 Bahaya di seputar dapur
- 12 Bahaya saat menyimpan bahan, memasak, menyajikan, hingga membersihkan alat masak di dapur
- 14 Aman berkat FATTOM
- 17 HACCP untuk cegah masalah
- 18 Audit 5S

20

Dari Mana Ancaman Kerugian Berawal?

- 22 Prosedur pemilihan bahan dari penjual
- 24 Hal penting saat menerima barang
- 26 Bahaya bahan makanan pemicu alergi
- 28 Tahap penyimpanan yang aman
- 29 First In First Out (FIFO)
- 30 Aman dengan kode makanan
- 33 Penerapan 7 prinsip dasar HACCP pada masa penyimpanan

34

Benarkah Chef Sudah Siap Memasak?

- 38 Keselamatan dan keamanan, -- bagian tak terpisahkan
- 40 Prinsip dasar menjaga keselamatan di dapur
- 41 Standar kebersihan dan kerapian diri
- 42 Prinsip cuci tangan yang baik dan benar
- 44 Menjauhkan makanan dari kontaminasi
- 45 Jangan anggap remeh kontaminasi
- 47 Hal penting lainnya yang perlu diingat -- agar tidak mudah terjadi kontaminasi
- 48 Pentingnya memasak yang -- baik dan benar
- 49 Cara memotong yang baik
- 50 Cara mencuci sayuran yang benar
- 52 Proses memanaskan
- 53 Cara menggoreng yang benar
- 54 Memasak saat jam sibuk
- 55 Menjaga keamanan masakan -- siap hidang
- 56 Memanaskan masakan siap hidang
- 57 Penyajian yang tepat untuk pelanggan

60

Bersih-bersih yang Menaikkan Keuntungan

- 62 Membersihkan piring dan peralatan -- makan
- 63 Mengelola sampah
- 64 Apa yang harus selalu dibersihkan?
- 66 Solusi praktis jika ada kasus keracunan
- 67 Mengatasi tantangan *food safety*, agar usaha makin profit



MENINGKATNYA KEUNTUNGAN, SAAT FOOD SAFETY DIPERHATIKAN

Sebagai chef, rasa enak dan kualitas masakan selalu jadi hal utama. Namun ternyata bukan itu saja. Kesehatan dan keamanan makanan (*food safety*) harus jadi prioritas juga. Dari menyimpan bahan, memasak, hingga menyajikan pada pelanggan.

Mengapa? Saat konsumen puas dengan rasa, nyaman dengan pelayanan, betah dengan kebersihan yang terjaga, hampir pasti mereka tak ragu untuk datang lagi. Bahkan, tak segan berbagi rekomendasi. Ujungnya, reputasi baik tentang usaha mudah tersebar. Jika ini terus dijaga, usaha makin punya nama, keuntungan pun jadi berlipat ganda.

Penilaian pelanggan dimulai dari kondisi restoran



Kondisi dapur berantakan, sayur dan bahan masakan diletakkan sembarangan. Kotor dan terlihat alat beterbangan.

Kondisi dapur cenderung rapi. Chef memasak dengan baju bersih, sayur dan bahan masakan ditata sesuai bagian yang akan dimasak.



Sudah tentu pelanggan akan memilih suasana dapur yang lebih rapi, bersih, dan tertata. Bisa jadi, pengalaman baik tentang tempat makan tersebut lalu ditularkan kepada teman dan relasi pelanggan. Ujungnya, tersebar luas ke media sosial. Maka reputasi yang baik, akibat menjaga *food safety* yang apik, bisa membuat usaha gampang naik.

Bagaimana *food safety* bisa berpengaruh langsung pada keuntungan?

1. Pengaruh rating aplikasi *online* pencari restoran dan makanan

Beberapa aplikasi memberikan rekomendasi berdasar penilaian konsumen, seperti GoFood atau GrabFood. Makin tinggi nilai, makin baik untuk reputasi perusahaan.

2. Pengaruh penilaian di *website* rating makanan

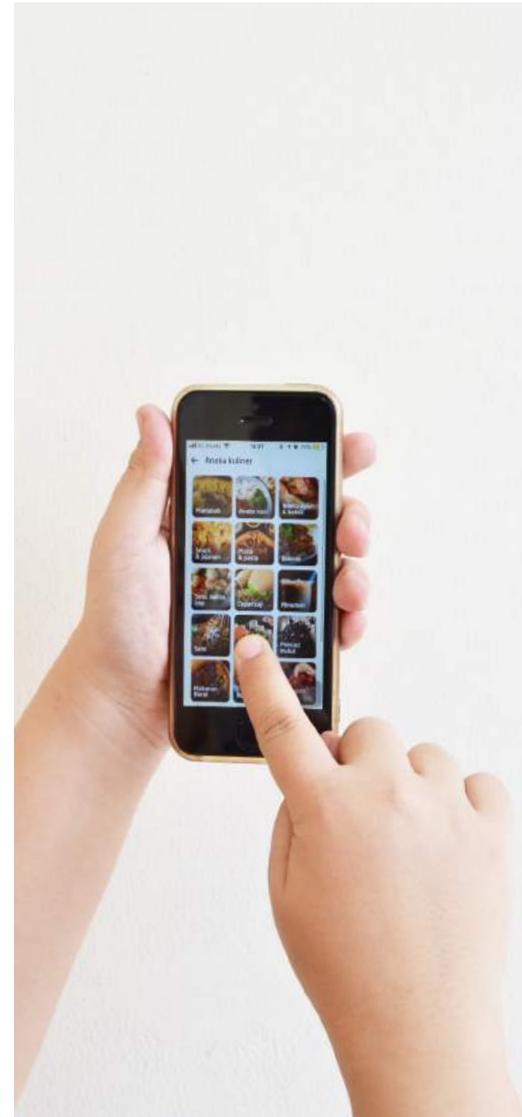
Melalui *website* penilai--seperti Zomato atau TripAdvisor--pelanggan bisa memberikan testimoni yang sering kali jadi acuan baik tidaknya restoran.

3. Pengaruh testimoni langsung pelanggan

Jangan remehkan apa pun komentar pelanggan. Jika bagus, ucapkan terima kasih. Jika kurang bagus, minta maaf dan tanya saran untuk perbaikan.

4. Pengaruh hubungan dengan media sosial pelanggan

Komunikasi langsung melalui media sosial dengan pelanggan bisa menjaga citra usaha yang sedang Anda kembangkan.



NEWS

14 Orang Keracunan Makanan Usai Bersantap di Restoran Berbintang Michelin

Odilia Winneke Setiawati - detikFood Kamis, 23 Jun 2016 07:16 WIB



Jakarta - Restoran yang dikenal dengan sajian berkualitas di Kamakura ditutup sementara. Karena 14 orang alami keracunan setelah bersantap di situ.

Restoran *fine dining* terletak di Kamakura, selatan Tokyo dikenal sebagai restoran papan atas. Sajian kaiseki dengan suasana khas Jepang yang tenang jadi andalannya.

Home / Lifestyle / Food

Keracunan Makanan Lebih Sering di Restoran?

UNOVIANA KARTIKA

Kompas.com - 12/04/2014, 14:17 WIB



KOMPAS.com - Para penggemar wisata kuliner perlu mewaspadaai risiko keracunan makanan. Sebuah laporan di Amerika Serikat menunjukkan, orang yang gemar makan di restoran dua kali lebih besar menghadapi risiko keracunan makanan dibandingkan dengan yang makan makanan yang dimasak di rumah.

Dalam studi baru asal Center for Science in the Public Interest (CSPI), para peneliti menganalisa kasus 10.408 keracunan makanan dari data Pusat Pengawasan dan Pencegahan Penyakit AS (CDC). Data meliputi kasus dari 2002 hingga 2011.

Kerugian jika *food safety* diremehkan

Tahukah Anda, restoran ternama pun bisa terkena masalah keamanan makanan?

Sadarkah Anda kasus keracunan paling banyak terjadi di restoran?

Banyak kejadian di masyarakat, restoran ternama jadi tercoreng reputasinya akibat kasus masakan yang menimpa. Apalagi, jika tersebar luas melalui media massa dan media sosial. Hal ini bisa diantisipasi sedini mungkin dengan menjaga keamanan makanan.

Data risiko jika mengabaikan *food safety*



- World Health Organization (WHO) atau Badan Kesehatan Dunia PBB mengeluarkan laporan bahwa lebih dari 200 jenis penyakit tersebar melalui makanan.

- Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) tahun 2017 menemukan fakta bahwa 13,21% keracunan makanan berasal dari makanan olahan jasa boga.

- Penelitian Johns Hopkins School of Public Health menunjukkan setiap tahun 3,2 juta anak balita terjangkit diare di Asia Tenggara.

Bagaimana mencegahnya?

Buku ini akan menjelaskan beberapa tahapan praktis dan taktis yang bisa Anda lakukan, agar *food safety* bisa menjadi kebiasaan. Harapannya, dengan meningkatkan *food safety*, keuntungan akan lebih banyak datang.

Bahaya di seputar dapur



1. Infeksi atau kontaminasi makanan

Bahan masakan atau makanan tertentu yang mengandung bakteri atau mikroorganisme yang menyebabkan sakit masuk melalui masakan yang diolah. Bakteri lalu tumbuh dalam tubuh penderita dan dalam waktu sekitar 8-48 jam membuat seseorang mengalami sakit.

Beberapa jenis makanan yang biasanya mudah terkontaminasi adalah:

- Unggas, telur, salad, sayur mentah, daging olahan, susu dan turunannya, susu yang belum disterilkan, *seafood*, daging mentah, makanan siap saji beku, ayam mentah, ikan dan kerang yang dimasak setengah matang serta berasal dari air yang tercemar.

Bagaimana ciri orang yang terkena makanan yang terkontaminasi?

- Demam, muntah, diare, mual.

2. Keracunan atau intoksifikasi makanan

Masalah akibat makanan yang mengandung racun, kotoran, atau feces. Bahan masakan biasanya sudah berubah warna dan bentuknya sudah tidak seperti semula. Baunya cenderung busuk dan menyengat. Lalu, saat disentuh lembek dan agak lengket.

Beberapa penyebab makanan berubah menjadi sumber racun di antaranya adalah:

- Sentuhan pada makanan menggunakan tangan sehabis menyentuh hidung, telinga, mulut, jerawat.
- Air ludah yang tak sengaja tersedut karena tak memakai masker.
- Makanan kaleng yang kondisinya sudah tidak baik (sayur dan daging yang diawetkan).
- Nasi dan makanan dari tepung yang berada pada suhu ruangan terlalu lama.

Gejala apa yang biasanya terjadi pada orang yang terkena keracunan makanan?

- Lemas, pandangan kabur, muntah, mual, diare, demam, kram perut.

3. Bawaan racun pada makanan

Racun masuk langsung pada bahan makanan yang hendak dimasak. Biasanya, baru terdeteksi saat seseorang sakit setelah makan. Jadi, hampir mustahil mencegah potensinya karena tidak bisa dideteksi dari bau dan tampilannya.

Bahan jenis apa saja yang biasanya mengandung racun seperti ini?

- Makanan olahan dengan kandungan protein tinggi seperti saus atau lemak daging.
- Susu yang belum disterilisasi.
- Masakan setengah matang dan salad atau buah.

Apa saja gejala yang biasanya terjadi pada penderita?

- Perut kembung, diare berdarah, dehidrasi, kram perut, demam, muntah, mual.

Bahaya saat menyimpan bahan, memasak, menyajikan, hingga membersihkan alat masak di dapur

1. Bahaya biologis



• Bakteri

Berkembang cepat, khususnya di tempat-tempat yang lembap dan hangat. Makanan yang terkontaminasi bisa menyebabkan sakit perut, diare, muntah, dan nyeri perut.



• Jamur

Ini bisa menyebabkan muntah, diare, sakit perut, kejang otot, pusing, hingga berkhayal (halusinasi). Dalam kasus yang parah dapat menyebabkan kerusakan ginjal, hati, bahkan sampai meninggal.



• Parasit

Biasa ditemukan pada ikan, daging, dan air yang tercemar. Bentuknya berupa amuba dalam air yang dapat menyebabkan disentri; cacing gelang pada ikan yang dapat menyebabkan sakit perut parah dan mual.



• Virus

Ditularkan dari satu orang ke lainnya, bisa dari sentuhan pada makanan atau dari hewan terkontaminasi yang dimasak. Ini misalnya berupa sakit flu burung, flu babi, atau SARS.

2. Bahaya fisik

Bahaya yang berasal dari benda asing apa pun yang tercampur dalam makanan. Misalnya potongan rambut, kuku, pecahan gelas, logam, pasir, bulu, batu, kotoran, karatan, staples, potongan lidi pengait daun pisang, dan masih banyak lainnya. Beberapa benda tersebut dapat membawa bakteri, virus, atau parasit yang dapat ditransfer ke makanan. Selain itu, benda padat yang tidak bisa diuraikan tubuh, misalnya pecahan gelas atau logam, bisa merusak pencernaan.

3. Bahaya kimiawi

Ancaman yang berasal dari bahan kimia yang terpapar pada makanan tertentu. Misalnya tambahan pewarna makanan tertentu, pengawet, pengenyal. Beberapa yang dikenal di antaranya seperti formalin dan boraks. Selain itu, tempat saji dan mengolah masakan kadang juga mengandung bahan tertentu yang tidak tahan panas sehingga mengontaminasi masakan.



FACT

Tahukah Anda, pada suhu sangat tinggi (350°C atau lebih) wajan atau panci antilengket dapat mengeluarkan gas/uap yang bisa mengakibatkan sakit kepala atau demam.

Aman berkat FATTOM



Bahan masakan busuk lebih cepat, makanan kaleng belum kedaluwarsa sudah berbau, atau daging beku tak layak masak ternyata akibat salah menyimpan. Bagaimana mencegahnya?

Perhatikan prosedur FATTOM (*FOOD, ACIDITY, TEMPERATURE, TIME, OXYGEN, dan MOISTURE*).



FOOD (Jenis Makanan)

Banyak mikroorganisme dapat tumbuh pada makanan yang kaya protein seperti unggas, ikan, susu, telur, daging, serta makanan berkarbohidrat seperti nasi dan pasta.

Saran: jika menggunakan bahan ini untuk memasak, perhatikan betul apakah ada yang berubah dari kondisi semula, misalnya bau, bentuk, atau rasanya.



ACIDITY (Keasaman)

Makanan dengan kadar asam yang rendah hingga netral (pH 4,6 hingga 7,5) seperti unggas, ikan, susu, telur, dan daging, dianggap punya potensi bahaya. Selain itu, makanan berkadar asam rendah yang dikalengkan dalam kondisi kurang baik, seperti daging kalengan dan kacang-kacangan juga bisa berbahaya.

Saran:

- Masak makanan tersebut pada suhu tinggi, misalnya dengan suhu 121°C selama 3 menit.
- Selalu periksa tanggal kedaluwarsa pada kemasan makanan, perhatikan jika ada yang penyok, kembung, ujung menggelembung, bocor, atau karat pada kaleng.



TEMPERATURE (Suhu)

Ada istilah *Temperature Danger Zone* (TDZ/Zona Suhu Bahaya) di mana mikroorganisme tumbuh paling cepat pada suhu 5°C hingga 56,7°C. Kisaran TDZ ini adalah suhu kamar atau suhu normal ruangan terbuka.

Saran: Jangan meninggalkan makanan pada suhu kamar terlalu lama (seperti nasi dan makanan bertepung). Simpan makanan pada suhu yang sesuai dengan jenis makanannya.



TIME (Waktu)

Ukuran standar waktu aman makanan dalam suhu ruangan maksimal adalah 4 jam. Jika lebih dari itu, mikroorganisme pada makanan dapat menghasilkan racun yang membuat makanan tidak aman untuk dikonsumsi.

Saran: makanan tidak boleh disimpan pada TDZ selama lebih dari 4 jam.



OXYGEN

Mikroorganisme yang membahayakan bisa tumbuh jika ada oksigen yang cukup.

Saran: selalu tutup rapat makanan atau bahan masakan dengan wadah kedap udara.



MOISTURE (Kelembapan)

Mikroorganisme tumbuh lebih cepat dalam makanan dengan kadar air tinggi atau lembap.

Saran: pastikan makanan disimpan pada suhu yang tepat dengan kadar air yang sedikit (kering).



HACCP untuk cegah masalah

HACCP (*Hazard Analysis Critical Control Point*) adalah titik kontrol kritis untuk menganalisis bahaya. Sederhananya, ini adalah rekam jejak semua proses memasak. Sehingga, saat ada masalah, bisa segera diketahui di mana bagian yang harus segera diperbaiki. Ada 7 Prinsip Dasar HACCP dalam proses kontrol ini.

1 Identifikasi semua potensi bahaya

Dalam langkah-langkah atau proses manakah makanan dapat terpapar bahaya? Misalnya saat pengiriman ikan segar untuk penjualan sup ikan.

2 Tentukan titik kontrol yang potensi mengundang bahaya

Pada titik (proses) apa makanan dapat mengundang bahaya? Misalnya bagaimana proses penyimpanan ikan segar ternyata tidak tepat untuk penjual sup ikan.

3 Penentuan batasan kritis untuk dievaluasi

Apa aturan yang harus diikuti untuk melindungi makanan dari bahaya? Misalnya memonitor suhu yang tepat untuk menyimpan ikan segar.

4 Mengembangkan rencana pemantauan (evaluasi) titik kritis

Bagaimana kita bisa memantau prosesnya? Misalnya bagaimana bekerja dengan pemasok terpercaya sehingga ikan tetap segar, hingga menjaga *chiller* agar tetap pada suhu yang tepat.

5 Pembentukan prosedur tindakan untuk melakukan perbaikan

Apa yang harus dilakukan ketika aturan tidak diikuti? Misalnya segera mengganti ikan yang sudah habis masa simpannya.

6 Pembentukan sistem pencatatan yang efektif

Catat kapan aturan tidak diikuti atau ketika makanan telah menjadi bahaya, catat juga apa alasannya. Misalnya melacak kualitas ikan segar dari pemasok, dan menemukan pemasok baru jika standarnya tidak sesuai.

7 Penentuan prosedur untuk meninjau ulang proses penilaian (evaluasi)

Buatlah semua dalam bentuk catatan tertulis. Ini akan jadi rekam jejak yang membantu saat terjadi kondisi yang tidak diinginkan serta segera bisa dilakukan penanganan tepat dan terukur.

Audit 5S

1. SORT (Sortir)

Ini menyoroti pentingnya menciptakan fasilitas penyimpanan terpusat. Ini memungkinkan inventaris - seperti bahan-bahan - ditarik keluar (disortir) dalam proses yang lebih teratur.

2. SYSTEMIZE (Sistematisasi)

Setiap langkah produksi dan penyajian makanan harus memiliki proses yang sistematis sehingga lebih mudah pengecekan dan kontrolnya.

3. SHINE (Berkilau)

Yang dimaksud adalah menjaga agar semua peralatan selalu bersih dan diperiksa rutin agar berfungsi dengan standar optimal.

4. STANDARDISE (Standarisasi)

Menerapkan nilai-nilai kerja standar dan mendidik tim di dapur tentang nilai-nilai kerja. Gunakan alat bantu visual untuk membantu mereka mengingat standar dan nilai kerja ini.

5. SELF DISCIPLINE (Disiplin diri)

Ini menyoroti pentingnya kebiasaan pribadi yang baik dan disiplin diri, sebab individu memainkan peran penting dalam setiap tim.



“Memperlihatkan kerja di dapur langsung di depan pelanggan dengan kondisi yang bersih, rapi, dan semua tertata baik, itu bisa jadi cerita ke siapa saja. Ujungnya, pelanggan bisa sering mengajak teman-teman atau relasi mereka karena bisa menyaksikan aksi langsung para chef di dapur yang bersih.”

Chef Gun Gun Handayana



**Unilever
Food
Solutions**

Unilever Food Solutions
PT Unilever Indonesia Tbk
Green Office Park Kav. 3, Jl. BSD Boulevard Barat BSD City
Sampora, Cisauk, Tangerang, Banten 15345
Tel: +62 021 8082 7000
www.ufs.com