

## Hazard pada Petugas Restaurant

Oleh : Dr. dr. Lientje Setyawati K. Maurits, MS. SpOk. \*)

**R**ESTAURANT adalah salah satu bagian yang menunjang dunia pariwisata yang perlu digalakkan, guna merealisasi keberhasilan khususnya pada dunia pariwisata di Indonesia. Dari sistem pelayanan di perhotelan, salah satu yang hendak dibahas disini adalah pelayanan di bagian food and beverage (FB) department. Makanan, minuman yang disantap oleh tamu hotel diharapkan jauh dari bahaya gangguan kesehatan khususnya di bagian pencemaran.

Makanan dan minuman yang dihasilkan oleh FB department agar tidak menimbulkan gangguan kesehatan pada tamu, memerlukan perhatian khusus yaitu tidak menimbulkan pencemaran makanan dan minuman yang membahayakan kesehatan. Salah satu bentuk pencemaran makanan dan minuman yang dihasilkan oleh FB department, menjadi taruhan bagi kesuksesan dunia perhotelan ataupun restaurant. Pencemaran makanan pada tamu hotel dapat berasal dari makanan di hotel namun juga bisa dari makanan diluar hotel / restaurant.

Hazard dapat berupa suatu faktor biologi, faktor kimia, ataupun karena faktor fisik, yang dapat menimbulkan risiko gangguan kesehatan seseorang. Hazard yang timbul ada kaitannya dengan critical control point, sedang critical control point sendiri merupakan suatu point atau prosedur pada sistem makanan yang spesifik yang terjadi, karena kekurangan pengontrolan dan kemudian timbul gangguan kesehatan yang tidak diinginkan.

Bila kita berbicara tentang hazard dan critical control point (HACCP), ada baiknya dilihat sejenak HACCP Plan. Hazard analysis critical control point Plan, merupakan hal yang tidak dapat dikesampingkan dalam pencegahan pencemaran makanan.

HACCP Plan adalah suatu perencanaan didalam sistem agar dapat dikesampingkan pencemaran makanan pada suatu tempat makan, hotel ataupun pada tempat yang lain.

HACCP Plan merupakan perencanaan yang harus dicermati oleh setiap insan pariwisata, agar tamu yang tinggal atau tamu luar yang menikmati hidangan tidak ditakutkan oleh hal-hal yang terkait dengan pencemaran makanan.



HACCP sistem ada tujuh prinsip yaitu :  
1).Hazard analysis. 2).Identifikasi critical control point pada food proses. 3).Mengetahui critical limit untuk pencegahan pencemaran makanan. 4).Terdapat prosedur untuk memonitor critical control point. 5).Diadakan corrective action bila critical limit dilampaui. 6).Diselenggarakan sistem record keeping yang effective dalam HACCP sistem. 7).Diadakan prosedur untuk memverifikasi bahwa HACCP sistem berjalan dengan baik.

### Gangguan Perut

Pada HACCP sistem para petugas FB dihadapkan pada adanya keluhan tamu yang makan karena gangguan pada perut, setelah menikmati makanan dari hotel. Pertanyaan yang perlu dilontarkan dalam proses hazard analysis dari makanan : 1).Memperhatikan bahan-bahan atau food contain pada makanan. 2).Faktor intrinsic dari makanan.

3).Prosedur pada waktu proses pembuatan makanan diikuti atau tidak. 4).Kemungkinan microbia yang ada pada makanan. 5).Fasilitas disain sehingga menghasilkan makanan yang dapat dimakan secara aman. 6).Equipment disain. 7).Pengemasan / packaging. 8).Sanitasi. 9).Kesehatan staff member dan hygiene serta pendidikannya. 10).Kondisi dari

storage antara packaging sampai customer. 11).Intended used apakah makanan dihangatkan atau makanan sering bersisa tidak dimakan oleh tamu semuanya. 12).Intended consumer apakah makanan untuk masyarakat ataupun makanan dikonsumsi oleh populasi tertentu dengan memperhitungkan kemungkinan pencegahan penyakit.

Setelah dibicarakan tentang hal-hal penting yang diutarakan untuk suatu keberhasilan restaurant sangat bervariasi penyebabnya, baik dari equipment, facilities maupun dari pihak personalia penunjang, sehingga pencemaran makanan pada tamu luar ataupun tamu di dalam hotel dan restaurant dapat terkendali.

Hal lain yang tidak dapat dikesampingkan oleh pihak restaurant, hotel atau tempat makan dimana saja adalah monitoring, sanitasi hygiene yang berlanjut dilaksanakan baik secara berkala maupun dadakan dan pada saat adanya masalah pencemaran makanan. Staff training tentang masalah terkait diatas, tidak dapat dikesampingkan. Perlu dilaksanakan training baik secara regular, berkala atau untuk suatu tujuan tertentu, training dan yang terkait perlu diadakan oleh pengusaha kepada para pekerjanya baik di FB department maupun pada non FB department.

### Keracunan dan Infeksi

Salah satu dampak dari gangguan pada sanitasi hygiene makanan adalah foodborne diseases, yaitu penyakit yang disebabkan oleh faktor makanan. Foodborne diseases ada dua macam yaitu keracunan dan infeksi. Keracunan makanan dapat disebabkan oleh bahan kimia, racun pada tumbuh-tumbuhan yang dimakan, racun pada binatang yang disembelih maupun intoksikasi microbia. Foodborne tidak dapat dikesampingkan, harus selalu diperhatikan dan dikendalikan, karena dapat menimbulkan masalah besar lebih-lebih dalam dukungan pariwisata suatu hotel, restaurant maupun tempat makan kebanyakan orang.

Suatu hal yang tidak dapat ditinggalkan disamping hal diatas adalah cuci tangan pada petugas dapur maupun FB pada umumnya secara konsisten, setelah keluar dari toilet kemudian bekerja, ataupun dalam memulai suatu pekerjaan yang berkaitan dengan makanan. Masih banyak lagi hal-hal yang perlu diperhatikan di dalam hazard analysis control point pekerja restaurant, maupun pada penjajah makanan yang lain.

"Salam K3"

\*)Spesialis Kedokteran Okupasi & K3  
RSA UGM

RUMAH SAKIT "JIH"  
EMERGENCY CALL  
0274-4663555

JiHealth corner  
Tanya jawab kesehatan

\* Pertanyaan dapat dikirimkan melalui e-mail konsultasi@rs-jih.co.id \*

## Pentingnya Vaksin HPV

Oleh: apt. Isti Fatimah, SFarm

**G**LOBAL Burden of Cancer Study (Globocan) dari World Health Organization (WHO) mencatat bahwa, total kasus kanker di Indonesia pada 2020 mencapai 396.914 kasus. Dengan angka kematian akibat kanker mencapai 234.511 kasus. Kanker Serviks menempati peringkat kedua terbanyak setelah kanker payudara, dalam kasus penyakit kanker di Indonesia dengan jumlah 36.633 kasus atau 9,2% dari total kasus kanker.

Kanker Serviks juga menempati posisi kedua kasus kanker yang diderita oleh wanita di Indonesia. Dari 213.546 total kasus kanker yang dialami wanita, 36.633 kasus atau sebanyak 17,2% menderita kanker serviks. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit ini berbahaya bagi para wanita.

Kanker Serviks atau dikenal juga dengan nama Kanker Leher Rahim, merupakan salah satu jenis penyakit kanker yang disebabkan oleh pertumbuhan sel abnormal yang tidak terkendali di dalam tubuh. Selain itu, Kanker Serviks sebagian besar juga disebabkan oleh virus yaitu human papillomavirus (HPV). HPV dapat menular secara langsung melalui kontak dengan penderita, terutama saat berhubungan seksual.

### Banyak Tipe

HPV memiliki banyak tipe. Namun, HPV 16 dan HPV 18 merupakan tipe yang diketahui sebagai penyebab dari 70% kasus keganasan di serviks atau leher rahim wanita. Virus tipe ini dapat menyebabkan infeksi kulit termasuk kutil kelamin dan dapat berkembang menjadi kanker. Salah satu cara untuk mencegah penularan penyakit ini adalah dengan menggunakan vaksin. Vaksinasi HPV merupakan pilihan paling efektif, untuk mencegah terjadinya kanker serviks. Saat ini, terdapat dua jenis vaksin HPV yang berlisensi yaitu vaksin quadrivalent dan vaksin bivalent.

Vaksin quadrivalent (Gardasil) mengandung perlindungan tambahan terhadap tipe 6 dan tipe 11 yang merupakan penyebab dari 90% kutil, atau kondiloma anogenital jinak, Sedangkan

vaksin bivalen (Cervarix) hanya mengandung perlindungan terhadap tipe 16 dan tipe 18 saja.

Kedua vaksin tersebut mengandung partikel mirip virus (VLP), yang berbentuk seperti bagian luar HPV. Vaksin ini dapat menstimulasi perkembangan antibody dalam tubuh sehingga mampu mencegah infeksi HPV jika terkena di kemudian hari.

Vaksin HPV dapat diberikan pada anak-anak perempuan maupun laki-laki. WHO merekomendasikan vaksin HPV diberikan pada anak kelompok usia 9-13 tahun. Namun, dapat juga diberikan pada orang dewasa yang belum mendapatkan vaksinasi ini dan belum pernah berhubungan seksual.

Vaksin ini diberikan sebanyak 3 kali dengan jadwal yang sudah ditentukan. Jarak antara vaksin pertama dan kedua adalah 1 atau 2 bulan, tergantung jenis yang digunakan (bivalent atau quadrivalent). Dosis terakhir diberikan 6 bulan setelah penyuntikan pertama. Apabila ada jadwal pemberian vaksin yang terlewat karena sakit atau hal lain, maka pemberian vaksin tidak harus diulang dari awal. Cukup dengan melengkapi dosis yang tertinggal.

### Efek Samping

Efek samping vaksinasi HPV tergolong ringan. Beberapa efek yang sering dikeluhkan adalah bengkak, nyeri dan kemerahan di sekitar lokasi suntikan serta sakit kepala. Walaupun jarang terjadi, efek samping lain yang bisa muncul yaitu berupa demam, mual dan rasa sakit di sekitar lengan, tangan atau kaki hingga munculnya ruam merah yang gatal.

Meski terbilang sangat jarang terjadi, vaksin HPV juga mungkin bisa memicu reaksi alergi yang parah atau dikenal dengan alergi anafilaksis, yang mengancam keselamatan jiwa. Oleh karena itu, penting untuk melakukan konsultasi terlebih dulu dengan dokter atau apoteker sebelum memutuskan untuk mendapatkan vaksin ini. Mintalah informasi selengkap-lengkapnyanya sehingga dapat mengetahui manfaat dan resiko efek samping yang ada. \*\*\*

# KELUARGA

## Peran Penting Perempuan Sebagai Agen Budaya Bangsa

**M**ENDUKUNG perwujudan pelestarian kebaya sebagai warisan budaya tak benda atau intangible cultural heritage melalui gerakan "Kebaya goes to UNESCO", Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA), Bintang Puspayoga mengemukakan bahwa, perempuan memiliki peran sentral sebagai agen kebudayaan. Perempuan berperan dan berkontribusi besar dalam menciptakan sekaligus mempertahankan serta melestarikan produk-produk kebudayaan di masyarakat, salah satunya adalah kebaya.

"Perempuan adalah agen kebudayaan, bukan objek kebudayaan. Tradisi budaya kita telah dengan sendirinya bercerita bagaimana perempuan nusantara ini berperan dalam membangun budaya. Tidak hanya berkontribusi dalam pelestariannya, perempuan juga berperan besar dalam menciptakan kebudayaan di Indonesia," ujar Menteri PPPA dalam sambutannya pada kegiatan Sharing Online: Mengenal Kebaya dan Filosofinya secara virtual, belum lama ini.

Menteri PPPA menekankan, peran perempuan sebagai agen kebudayaan tak hanya sekadar melestarikan warisan kebudayaan yang telah ada, namun perempuan pun mampu menciptakan produk-produk sarat akan nilai kearifan lo-

kal dan budaya. Hal tersebut pun sejalan dengan komitmen Pemerintah Indonesia dalam mendorong kemajuan serta pelestarian budayanya melalui penguatan sumber daya manusia. Berbagai upaya pun dilakukan, salah satunya melalui peningkatan kewirausahaan perempuan yang berperspektif gender.

"Kami mendorong peran perempuan dalam menciptakan, mempromosikan, memasarkan dan juga menggunakan produk-produk budaya Indonesia seperti kebaya yang kian melekat sebagai identitas dan warisan budaya bangsa Indonesia," tutur Menteri PPPA.

Sebagai busana nasional Indonesia, kebaya merupakan kekuatan bangsa dimana tersirat kekayaan

akan sejarah dan warisan yang tak lekang oleh waktu. Pada zaman sebelum Indonesia merebut kemerdekaannya, kebaya berhasil menghapus status sosial yang kerap melekat pada tata cara berbusana dan menjadi busana bagi seluruh kelas sosial. Kebaya mampu membangun kebudayaan bangsa dan memuliakan jati diri bangsa. Keberadaan kebaya sebagai busana nusantara sejak ratusan tahun lalu sudah sepatutnya diakui di kancan dunia sebagai warisan budaya tak benda.

"Saya sangat mengapresiasi seluruh pemangku kepentingan, termasuk tokoh-tokoh perempuan, pemimpin perempuan dan pemerintah daerah yang telah membuat kebijakan yang menetapkan aturan busana adat. Terutama dalam kebijakan itu ditetapkan juga penggunaan kebaya. Tentunya, akan semakin menjadi kekuatan kita bila kebijakan penggunaan kebaya ini juga dapat berlangsung di seluruh perwakilan kita di luar negeri, baik dalam tugas-tugas diplomatik maupun di dalam kegiatan sosial lainnya," kata Menteri PPPA.

Lebih lanjut, Menteri PPPA menegaskan, gerakan "Kebaya goes to UNESCO" merupakan sebuah kesempatan besar untuk terus mempromosikan, mendorong, dan juga meningkat-

kan kemampuan perempuan Indonesia dalam menciptakan kebaya menjadi busana di segala musim, segala usia, serta segala situasi agar kelak anak dan cucu di masa mendatang dapat lebih mencintai serta mengapresiasi warisan budaya nusantara.

"Marilah kita perempuan Indonesia berjuang agar 'Kebaya goes to UNESCO' dapat terwujud. Mari kita bergerak saling bahu membahu, bergotong royong, bersolidaritas untuk mendorong kemajuan kebudayaan Indonesia di kancan peradaban dunia, melalui kebaya," tandas Menteri PPPA.

Ketua Perempuan Berkeadilan Indonesia DPLN Eropa, C. Desinta Siswijana, mengungkapkan kegiatan sharing online ini bertujuan untuk lebih membudayakan kebaya khususnya bagi diaspora Indonesia di Eropa sehingga kebaya tetap menjadi cermin identitas bangsa dimanapun berada.

"Kita perempuan Indonesia mempunyai tugas dan tanggung jawab melestarikan harta tak benda ini dan meneruskan kepada anak cucu, serta memperlihatkan kepada dunia bahwa kebaya identik dengan kepribadian perempuan Indonesia yang lembut dalam bersikap namun tetap sigap dan siap dalam beraktivitas sehari-hari," ujar Desinta.

Upaya memperjuangkan pengakuan UNESCO atas kebaya Indonesia sebagai warisan budaya tak benda diharapkan mampu meningkatkan mata pencaharian bagi perajin kebaya serta pengusaha Usaha Mikro, Kecil, dan Mene-

ngah (UMKM) yang didominasi oleh perempuan Indonesia. Karenanya, du-

kungan dan sinergi bersama memberdayakan perempuan di bidang ekono-

mi menjadi prioritas bersama demi menyukseskan bangsa. (Ati-f

**LBH APIK Mengupas**  
Diasuh Lembaga Bantuan hukum  
'Asosiasi Perempuan Indonesia Untuk Keadilan' Yogyakarta  
Alamat: Jl. Damai Ji Kaliurang Jaban RT 01RW 025 Desa Sinduharjo Ngaglik Sleman. Hp 081903763537, 8179410624

## Rebutan Anak

### Tanya :

Saya seorang istri dengan 2 anak. Suami beberapa bulan pergi dengan perempuan lain. Tiba-tiba suami menggugat cerai saya di Pengadilan Agama. Saya tidak keberatan digugat cerai dari pada tersiksa dengan sikap suami. Masalahnya suami minta hak asuh anak. Saya tidak rela kalau anak diasuh ibu tiri selingkuhan suami. Anak pertama 14 tahun, kedua 9 tahun. Mohon penjelasan mengenai hak asuh.

### Jawab :

Hak asuh anak diatur dalam peraturan

perundangan yaitu kompilasi hukum Islam pasal (105) . Bahwa anak yang masih dibawah umur ( dibawah 12 th ), ikut dalam pengasuhan ibunya. Sedangkan anak usia diatas 12 tahun, apa bila diperebutkan orangtuanya, anak akan dihadirkan di muka persidangan anak akan dipersiapkan majelis hakim untuk memilih ikut ayah atau ibunya.

Demikian penjelasan kami semoga manfaat.

LBH Apik. Jl Kenanga 5, Dusun Dero Condongcatu, Depok Sleman. Hp. 0896 1922 5868. □ - f

**KLINIK PKBI**

## Hamil Naik Pesawat

### Tanya :

Bepergian saat sedang hamil dengan pesawat terbang, apakah diperbolehkan? Bila harus bepergian apa saja yang harus diperhatikan. Usia kehamilan berapa supaya aman saat bepergian naik pesawat.

### Jawab :

Perubahan hormone yang menyebabkan suasana hati berubah, tidak jarang ibu hamil menginginkan suasana baru. Salah satu nya traveling.

Usia kehamilan masih trimester pertama, ibu tidak dianjurkan untuk bepergian dengan menggunakan pesawat. Dikhawatirkan, saat pesawat take off atau landing, akan ada guncangan yang dapat menyebabkan kontraksi pada rahim, dan kemungkinan yang paling parah dapat mengalami keguguran.

Ibu hamil yang boleh bepergian menggunakan pesawat adalah ibu hamil yang tidak memiliki masalah atau penyakit, pada saat

masa kehamilan. Ibu hamil juga sebaiknya menghindari penerbangan dengan waktu yang panjang, atau lebih dari 4 jam perjalanan.

Menurut American College of Obstetricians and Gynecologists, waktu yang paling tepat untuk ibu hamil pergi menggunakan pesawat saat usia kandungan memasuki trimester kedua, atau saat kandungan menginjak usia 16-24 minggu. Pada periode ini, ibu akan terhindar dari risiko kelahiran mendadak atau kelahiran prematur.

Pada saat bepergian menggunakan pesawat jangan sampai dehidrasi, sehingga perbanyak minum. Catatan kesehatan ibu dan bayi disertakan dalam perjalanan, karena sering dibutuhkan saat pengecekan di bandara. Namun untuk memastikan aman dan tidak untuk bepergian menggunakan pesawat, konsultasikan terlebih dahulu kepada dokter yang merawat selama kehamilan. Demikian penjelasan kami dan semoga bermanfaat. Salam. □ - f



Menteri Bintang Puspayoga

KR-1st