

5 KUNCI KEAMANAN PANGAN *MENGOLAH PANGAN*

DIREKTORAT PEMBERDAYAAN MASYARAKAT
DAN PELAKU USAHA PANGAN OLAHAN
DEPUTI BIDANG PENGAWASAN PANGAN OLAHAN

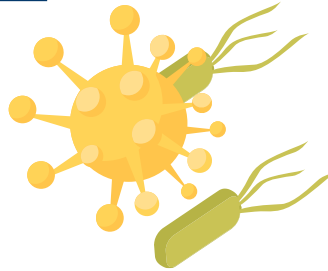
BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN
2025



MASALAH KEAMANAN PANGAN DI SEKITAR KITA

CEMARAN MIKROBA

Disebabkan rendahnya kondisi Higiene dan Sanitasi



CEMARAN KIMIA

Disebabkan karena kondisi lingkungan yang tercemar limbah industri



PENGUNAAN BTP

Penggunaan BTP yang melebihi batas maksimal yang diijinkan (mis. Pengawet atau Pemanis)



PENYALAHGUNAAN BAHAN BERBAHAYA

Contohnya: Formalin, Boraks, *Rhodamin B*, dan *Methanyl Yellow*



DAMPAK MASALAH KEAMANAN PANGAN



1

Mengganggu kesehatan sehingga dapat menyebabkan terhambatnya perkembangan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) Indonesia.

2

Merusak citra pangan Indonesia dan menurunkan daya saing di pasar global.



APA ITU PANGAN AMAN ?

Pangan yang aman dari cemaran:

FISIK



Rambut



Kuku

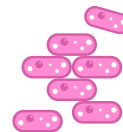


Serangga

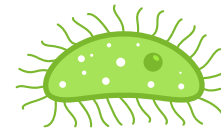


Kerikil

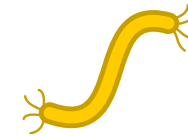
BIOLOGI



Kuman/
bakteri



Protozoa



Cacing
Parasit

KIMIA



Logam
berat



Racun yang
dihasilkan jamur
(**mikotoksin**)



5 KUNCI KEAMANAN PANGAN



JAGALAH KEBERSIHAN



**PISAHKAN PANGAN MENTAH DARI
PANGAN MATANG**



MASAKLAH DENGAN BENAR



JAGALAH PANGAN PADA SUHU AMAN



**GUNAKAN AIR DAN BAHAN BAKU
YANG AMAN**

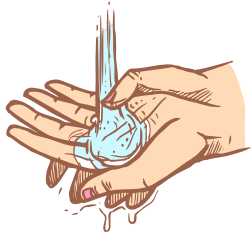


KUNCI 1

JAGALAH KEBERSIHAN

INFORMASI UTAMA

- Cucilah tangan dengan seksama menggunakan **sabun** dan **air bersih** sebelum memasak, menyiapkan pangan, atau menyentuh pangan
- Cuciah tangan sesudah dari **toilet**
- Jaga kebersihan **seluruh permukaan yang kontak** dengan pangan dan alat untuk pengolahan pangan
- Jagalah area **dapur** dan **pangan** dari **serangga, hama, dan binatang lainnya**



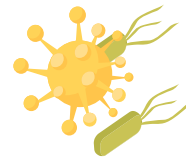
Gunakan air bersih



Gunakan sabun

Selalu ingat yaa!

MENGAPA ?



Mikroba Patogen



Tanah



Air



Hewan



Manusia

Mikroba ini dapat terbawa oleh **pangan** serta **peralatan masak** dan **makan**, sehingga dapat mencemari pangan dan menyebabkan penyakit

KUNCI 2 ○ ● ●

PISAHKAN PANGAN MENTAH DARI PANGAN MATANG



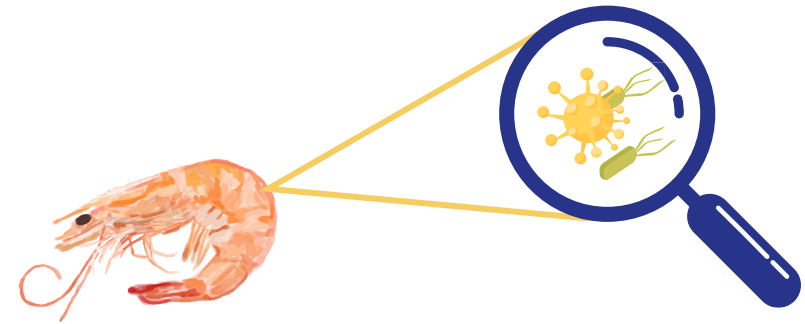
INFORMASI UTAMA

Pisahkan daging sapi, unggas, dan pangan hasil laut mentah dengan pangan matang atau siap saji lainnya

- Gunakan peralatan yang terpisah seperti **pisau dan talenan** untuk mengolah pangan mentah dengan pangan matang
- Simpan pangan dalam **wadah yang berbeda** untuk menghindari kontak antara pangan mentah dan pangan matang



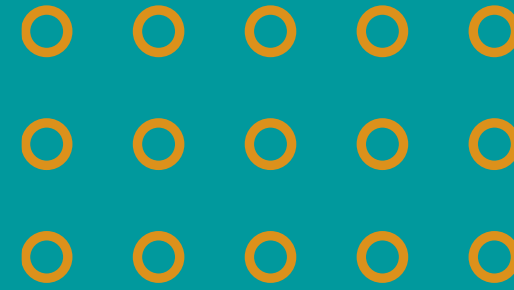
MENGAPA ?



Cairan yang berasal dari pangan mentah seperti daging sapi, unggas, dan pangan hasil laut mengandung **mikroba patogen** yang dapat **mencemari pangan lainnya** selama penyimpanan dan pengolahan

KUNCI 3

MASAKLAH DENGAN BENAR

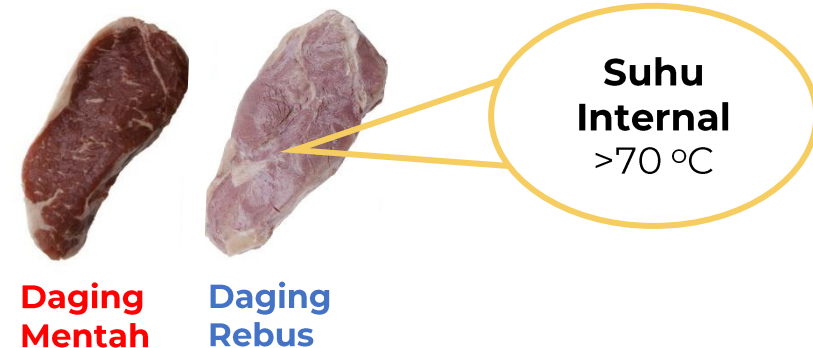


INFORMASI UTAMA

- Masaklah pangan dengan benar terutama **daging sapi, daging unggas, telur, dan pangan hasil laut**
- Rebuslah pangan, seperti sup sampai mendidih dan usahakan agar **suhu internalnya mencapai $>70^{\circ}\text{C}$ untuk daging**
- Jika tidak ada termometer untuk daging, gunakan indikator warna. Pastikan cairannya bening dan dagingnya tidak berwarna merah muda
- Panaskan kembali pangan matang sampai panasnya merata

MENGAPA ?

- Memasak pangan dengan tepat dapat **membunuh mikroba patogen**
- Pangan yang dimasak pada suhu internal $>70^{\circ}\text{C}$ dapat memberikan kepastian pangan aman untuk dikonsumsi.
- Pangan yang benar-benar harus diperhatikan adalah **daging**, terutama daging cincang, daging panggang utuh, dan potongan daging besar



KUNCI 4 ○ ● ●

JAGALAH PANGAN PADA SUHU AMAN

INFORMASI UTAMA

- Jangan biarkan pangan pada suhu ruang lebih dari **2 - 4 jam**
- Simpan segera semua pangan yang cepat rusak dalam lemari pendingin (sebaiknya disimpan **di bawah suhu 4 °C**)
- Pertahankan suhu pangan **lebih dari 60 °C** sebelum disajikan
- Jangan menyimpan pangan terlalu lama dalam lemari pendingin
- Jangan biarkan pangan beku mencair pada suhu ruang

MENGAPA ?

- Mikroba (kuman) dapat berkembang biak dengan cepat pada suhu ruang
- Menjaga suhu di bawah 4 °C atau di atas 60 °C dapat menghambat pertumbuhan mikroba akan tetapi beberapa mikroba berbahaya masih dapat tumbuh di bawah suhu 5 °C sehingga kebersihan mengolah pangan perlu dijaga



Menaruh pangan
pada suhu ruang
lebih dari **2 – 4 jam**



Menyimpan pangan
cepat rusak dalam
lemari pendingin

KUNCI 5

GUNAKAN AIR DAN BAHAN BAKU YANG AMAN



INFORMASI UTAMA

- Gunakan air yang aman atau beri perlakuan agar air aman
- Pilihlah bahan baku yang berkualitas baik. Dan jika itu, produk pangan olahan terkemas, pastikan **Cek KLIK (Cek Kemasan, Label, Izin Edar, Kedaluwarsa)**.
- Cucilah buah-buahan atau sayuran, terutama yang dimakan mentah



Mencuci **buah dan sayur**



Rebus air untuk **pangan**

MENGAPA ?

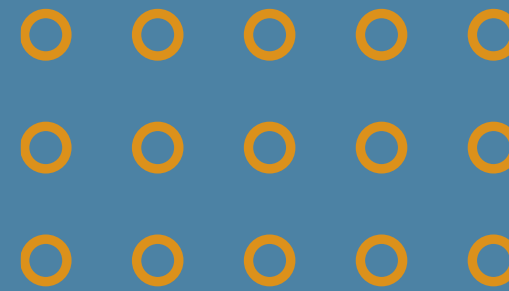
- Bahan baku termasuk air dan es dapat terkontaminasi oleh mikroba patogen dan bahan kimia berbahaya
- Racun dapat terbentuk dari pangan yang rusak dan berjamur
- Memberikan perlakuan sederhana seperti mencuci dan mengupas kulitnya dapat mengurangi resiko



Kemungkinan terdapat **bakteri patogen**

KUNCI 5

GUNAKAN AIR DAN BAHAN BAKU YANG AMAN



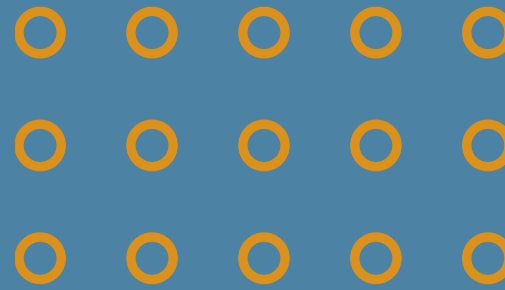
Ciri-ciri air bersih :

- Tidak berwarna (bening)
- Tidak berasa dan tidak berbau
- Tidak tercemar kotoran(kotoran manusia/binatang/kotoran lainnya)

-> Air untuk diminum atau membilas buah & sayur, air bersih dimasak terlebih dahulu hingga mendidih



HAL YANG HARUS DIKETAHUI



**PERTAMA PAHAMI,
KEMUDIAN LAKUKAN!**

**PENGETAHUAN =
PENCEGAHAN!**

TERIMA KASIH

KUNJUNGI klubpompi.pom.go.id



Penanganan Pengaduan, Saran dan Masukan/ Apresiasi



Secara langsung maupun tertulis ke kantor BPOM di Pangkalpinang, Komplek Perkantoran
Propinsi Kepulauan Bangka Belitung, Jl. Pulau Bangka Air Itam Pangkalpinang.



Email : bpom_pangkalpinang@pom.go.id



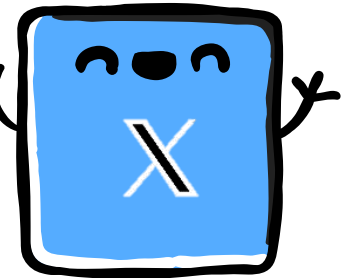
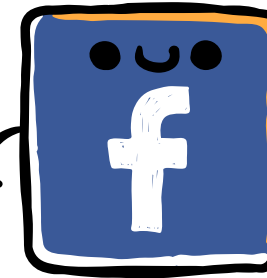
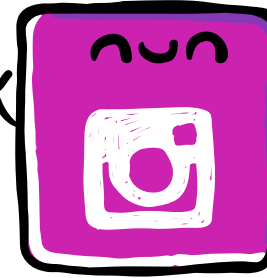
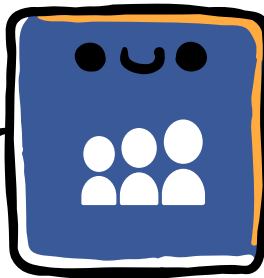
Pangkalpinang.pom.go.id

Subsite

bpom.pangkalpinang

Instagram

[@bpompangkalpng](https://twitter.com/bpom_pangkalpinang)



Telp/WA/SMS

08117821666

Website

www.bpompp.info

Facebook

Balai POM di Pangkalpinang



SILASMI

"Sistem Layanan Informasi Setiap Hari Melalui Online"

Butuh Informasi Seputar Keamanan
Obat dan Makanan?

SIAPmelayani Anda.
Hubungi langsung di nomor:



08117821666

"Jangan Ragu Untuk Menghubungi Kami,
Sabtu/Minggu/Hari liburpun tetap dilayani"



BALAI POM DI PANGKALPINANG

08117821666 BPOM Pangkalpinang www.bpompp.info
bpom.pangkalpinang BPOMBabel bpom_pangkalpinang@pom.go.id



TERASI BANGKA

"LiTerasi Asik Bareng Kami"



Butuh Informasi tentang Obat dan Makanan?

**Gimana
Caranya?**



SCAN ME



1. BUKA KAMERA DARI HANDPHONE-MU / BUKA GOOGLE LENS / DOWNLOAD APLIKASI QR CODE READER

2. ARAHKAN PADA QR CODE

3. MUNCUL NOTIFIKASI UNTUK MEMBUKA FILE MENU MELALUI BROWSER

4. KLIK NOTIFIKASI DAN OTOMATIS AKAN MASUK KE HALAMAN MENU TERASI BANGKA

5. PILIHLAH INFORMASI YANG KAMU INGINKAN

**BISA JUGA MELALUI LINK BERIKUT INI :
[TERASIBANGKA.BPOMPP.INFO](https://terasibangka.bpompp.info)**



[bpom.pangkalpinang](https://www.instagram.com/bpom.pangkalpinang)



[BPOM Pangkalpinang](https://www.facebook.com/BPOM.Pangkalpinang)



[BPOMBabel](https://twitter.com/BPOMBabel)



[bpompp.info](https://terasibangka.bpompp.info)



[08117821666](https://wa.me/08117821666)



Thank You!

Jadilah Konsumen Cerdas
dengan Selalu Ingat
Cek KLIK

