HSE PROGRAM		
	WEEKLY SAFETY TALK Periode : April 2026	

Safety Talk

Tanggal	: 22 April 2026	Lokasi	Ruang Teknis
Koordinator	: Anggun W Rahajeng	Signature	
Pembicara	: Diana Nur Fatimah	Signature	
Topik	Keamanan		

Materi : Kunci Keamanan Pangan untuk Keluarga



PENDAHULUAN

Salah satu penyebab penyakit pada masyarakat adalah kurang terjaminnya keamanan pangan yang di konsumsi.

- Kunci utama untuk menyiapkan pangan aman adalah menerapkan keamanan pangan.
- 5 Kunci keamanan pangan untuk keluarga adalah prinsip dasar untuk penerapan keamanan pangan yang digunakan untuk tindakan pencegahan keracunan pangan.

5 Kunci Keamanan Pangan untuk Keluarga

- **Kunci 1** → Beli pangan yang aman
- **Kunci 2** → Simpan pangan secara aman
- **Kunci 3** → Siapkan pangan dengan seksama
- **Kunci 4** → Sajikan pangan secara aman
- **Kunci 5** → Bersih selalu

HSE PROGRAM		
	WEEKLY SAFETY TALK Periode : April 2026	

Kunci 1 :

1. **Beli Pangan yang Aman**

- Kondisi penjual : bersih, tidak sakit, tidak merokok, dll.
- Tempat (Lokasi) pembelian : bersih, jauh dari tempat pembuangan sampah.
- Beli secukupnya sesuai kebutuhan dan disesuaikan dengan kapasitas tempat penyimpanan di rumah.

2. **Tips Memilih Pangan yang Baik**



- **Cek label** : nama produk, berat bersih, nama dan Alamat produsen, nomor izin edar, komposisi, kode produksi, kadaluwarsa.
- **Cek kemasan** : dalam keadaan baik/bersih, tidak bocor, tidak menggelembung atau penyok.
- **Kadaluwarsa** : batas waktu atau tanggal yang diperbolehkan atau tanggal yang di perbolehkan bagi obat tradisional untuk di konsumsi.
- **Cek izin edar** : MD (produksi lokal), ML (Produk Import), PIRT (Produk Industri Rumah Tangga).

Pilihan pangan segar



- Warna cerah.
- Tekstur bersih, mulus, dan segar.
- Tidak berbau busuk/tengik

Pilihan pangan siap saji, aman



- Pastikan pangan tertutup dibungkus dengan bersih dan aman.
- Jangan beli pangan yang berwarna mencolok.
- Perhatikan kebersihan dan penjaga.

HSE PROGRAM		
	WEEKLY SAFETY TALK Periode : April 2026	geOnet !

Kunci 2 :

1. Tips Memilih Pangan yang Baik :

Kriteria Daging

BISA DIBELI	DAGING SEGAR	JANGAN DIBELI
SAPI : Merah tua KAMBING: merah terang BABI : merah jambu, warna lemak putih, tidak banyak lemak	WARNA	kecoklat-coklatan atau agak kehijau-hijauan
Tekstur kenyal, padat dan tidak kaku, bila ditekan dengan tangan akan kembali ke posisi semula	TEKSTUR	lengket atau kering/kaku
Normal	BAU	Asam/busuk
	TAMPAK	

Kriteria Unggas

BISA DIBELI	UNGGAS	JANGAN DIBELI
Putih, cerah dan mengkilat	WARNA	sekitar leher : ungu / hijau ujung sayap : hitam
Tekstur kenyal, padat dan tidak kaku, bila ditekan dengan tangan akan kembali ke posisi semula	TEKSTUR	lunak di bawah sayap dan sekitar tulang sendi
tidak berbau (Bau khas daging segar)	BAU	menyimpang dari normal (asam/busuk)
	TAMPAK	

Kriteria Ikan

BISA DIBELI	IKAN	JANGAN DIBELI
INSANG : merah terang KULIT : cerah SISIK : utuh, menempel kuat pada tubuh MATA : tampak terang, jernih menonjol, dan cembung	WARNA	INSANG : keabu-abuan KULIT : kering kusam SISIK : banyak yg lepas MATA : berembun merah, cekung
Daging kenyal, dan daging ditekan dengan jari, tidak tampak bekas lekukan	TEKSTUR	lembut dan tidak kembali jika disentuh
tidak berbau	BAU	amis sekali dan bau amoniak
	TAMPAK	

Kriteria Kerang

BISA DIBELI	KERANG	JANGAN DIBELI
tertutup dan tidak pecah	CANGKANG	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	

HSE PROGRAM		
	WEEKLY SAFETY TALK Periode : April 2026	

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, mulus	TEKSTUR	berjamur, lembek, pucat, tanda bekas serangga
tidak berbau	BAU	asam
	TAMPAK	

Kriteria Telor Ayam

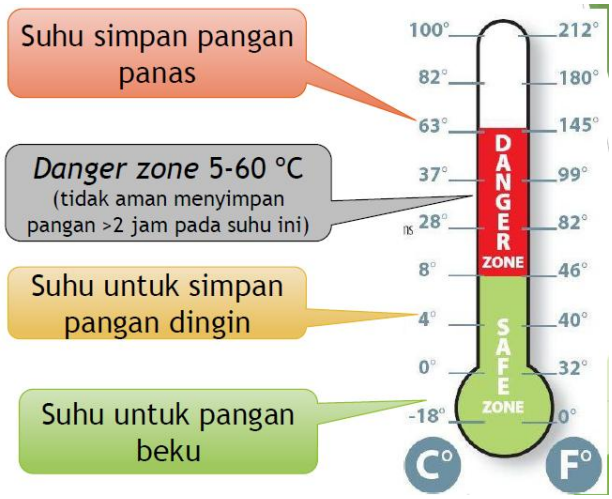
BISA DIBELI	TELUR	JANGAN DIBELI
bersih dan tidak pecah	CANGKANG	kotor, retak dan pecah
tidak berbau	BAU	menyimpang
	TAMPAK	

Kunci 3 :

1. **Siapkan Pangan Secara Seksama :**

Mengapa harus menjaga pangan di suhu yang aman ?

- Bakteri dapat bertambah banyak pada suhu 5 – 60ºC (“danger zone”).
- Bakteri dapat memperbanyak diri setiap 10 – 30 menit.
- Selama dua jam pertama pada suhu danger zone, mikroba tumbuh lamban untuk beradaptasi dengan lingkungan.
- Setelah dua jam, mikroba dapat tumbuh dengan cepat pada suhu danger zone.



2. **Agar Diperhatikan dalam Menyimpan Pangan :**

- Jauhkan tempat penyimpanan pangan dari bahan kimia/non pangan (sabun, deterjen, pasta gigi, dll).
- Simpan pangan matang dan mentah dalam wadah tertutup secara terpisah untuk menghindari kontaminasi silang.

- Gunakan prinsip FIFO (First In First Out) atau FEFO (First Expired First Out) yaitu gunakan bahan yang disimpan terlebih dahulu atau yang masa kadaluwarsa paling cepat berakhir.
- Jangan biarkan pangan matang berada pada suhu ruang lebih dari 2 jam.
- Pastikan pangan dingin (es, minuman ringan dll) disimpan pada suhu <5 °C dan pangan beku disimpan pada suhu <0 °C.
- Patikan pangan panas (seperti sup, soto, bakso) disimpan dalam keadaan panas (>60 °C)
- Penyimpanan dalam kulkas: ayam, ikan, dan daging yang akan dibekukan dipotong menjadi ukuran kecil. Simpan dalam beberapa wadah (sesuai porsi untuk 1 kali masak) agar memudahkan pelelehan.

3. Perlunya Pemisahan Pangan Mentah dari Pangan Matang :

- Pangan mentah, terutama daging sapi, unggas, seafood, cairan yang ditimbulkannya dapat mengandung mikroba patogen (mikroba yang menyebabkan penyakit).
- Mikroba patogen ini dapat mencemari pangan lainnya (pangan siap saji, buah, dan sayur) selama pengolahan dan penyimpanan.

Kunci 4:

1. Sajikan pangan secara aman :

- Gunakan air yang aman atau diberi perlakuan agar aman (seperti merebus air hingga mendidih).
- Cuci buah dan sayuran, dengan air aman, bersih, dan mengalir.
- Memilih bahan baku dan perlakuan sederhana seperti mencuci dan mengupas kulitnya, dapat mengurangi risiko kontaminasi mikroba dan bahan kimia berbahaya.

2. Memasak Bahan Pangan :

- Masak pangan hingga matang. Dua hal penting dalam memasak adalah suhu dan waktu pemasakan (berbeda untuk tiap jenis pangan).
- Makanan berkuah, seperti sop masak hingga mendidih atau mencapai suhu 70 °C sambil diaduk-aduk kurang lebih 1 menit setelah mendidih (agar proses pemanasan merata).
- Pemanasan kembali harus sempurna (hingga mendidih). Hindari pemanasan kembali lebih dair 1 kali.
- 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.

3. Peralatan Mengolah / Memasak :

- Selalu gunakan peralatan dapur (pisau, talenan, dll) yang bersih, kering, dan berfungsi dengan baik.

- Gunakan peralatan yang berbeda untuk menangani jenis pangan yang berbeda. Jika peralatan sama, maka cuci terlebih dahulu sebelum digunakan untuk pangan yang lain.
- Sendok untuk mengambil makanan harus dibedakan dengan sendok untuk mencicipi makanan.

Kunci 5 :

1. **Bersih Selalu :**

Mikroba dapat terbawa oleh udara atau melalui tangan, lap, dan peralatan.

- Selalu mencuci tangan.
- Gunakan celemek yang bersih dan cuci celemek setiap selesai digunakan.
- Cuci dan bersihkan peralatan dan permukaan meja kerja sebelum dan sesudah digunakan.
- Jaga dapur selalu bersih dan kering.
- Gunakan tempat sampah tertutup dan jangan biarkan sampah bertumpuk.

2. **Kapan Kita Harus Cuci Tangan ?**

- Sebelum memegang pangan.
- Setelah menyentuh binatang.
- Setelah menangani pangan segar (seperti telur, ayam, daging).
- Setelah bersin dan batuk.
- Setelah dari kamar mandi.
- Setelah memegang uang.

3. **Dengan Cara :**

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.

HSE PROGRAM		
	WEEKLY SAFETY TALK Periode : April 2026	

KESIMPULAN :

Dengan menerapkan kunci keamanan pangan seperti menjaga kebersihan, memisahkan bahan makanan, memasak dengan suhu yang tepat, serta menyimpan makanan dengan benar, setiap orang akan mengurangi risiko kontaminasi dan memastikan makanan yang dikonsumsi aman serta bergizi. Oleh karena itu, setiap orang perlu membiasakan diri untuk selalu menerapkan prinsip-prinsip tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Dokumentasi :





** Pastikan semua pekerja untuk hadir dalam rapat, apabila tidak hadir mohon diberikan salinan notulen rapat.*

geOnet!	PT GEONET INFOMEDIA DAFTAR HADIR	No : 013.GI-HSE.ST Tanggal : 22 April 2026

SAFETY TALK

Hari/ Tgl : Rabu, 22 April 2026
Tempat : Ruang Teknis
Topic/Materi : **Kunci Menjaga Keamanan Pangan**
Pembicara : Diana Nur Fatimah

No	Nama	Jabatan/ Email	TTD	
1	NURDIN	HSSE nurdin@geonet.co.id	1)	
2	Risky FAHREZA	DEV rfahreza@geonet.co.id		2)
3	Randy Septian	ADMIN rseptian@geonet.co.id	3)	
4	Yatnika Firdaus	Lead Support yfirdaus@geonet.co.id		4)
5	ISMAIL	Admin ismail@geonet.co.id	5)	
6	HERI TRIYANTO	M. Man htriyanto@geonet.co.id		6)
7	Fauzi	Supporting fauziasep1999@gmail.com	7)	
8	Taris Fathur Rachman	Dev Lead trachman@geonet.co.id		8)
9	Jeri Giovahni	jerigiovahni1504@gmail.com Supporting	9)	
10	Nur Fadiah Apriani	Finance Intern nfadiah@geonet.co.id		10)
11	Dede Kustiana	Finance dkustiana@geonet.co.id	11)	
12	M. Chairil. Fajri	Dev mfajri@geonet.co.id		12)
13	Anggun Wara Rahajeng	HSSE awarahajeng@geonet.co.id	13)	
14	Bram Yudha P.	bpramudya@geonet.co.id		14)
15	Prastika Wulandari	Remote Sensing pwulandari@geonet.co.id	15)	
16	Silka Suci Yunivilda	HSSE Intern silkasuci@gmail.com		16)
17	Nindita Dyah Arundhati	Content Marketing Intern nindita dyah.ar@gmail.com	17)	

geOnet!	PT GEONET INFOMEDIA DAFTAR HADIR	No : 013.GI-HSE.ST Tanggal : 22 April 2026

No	Nama	Jabatan/ email	TTD	
18	Dwinanda Mutiara	Sales dmutiara@geonet.co.id	18)	
19	Hanif Putra	Merlin Lesi hanifputra@geonet.co.id		19)
20	Luthfan Hakim	Sales lhakim@geonet.co.id	20)	
21	Salsabila Fatika K	Sales sfatika@geonet.co.id		21)
22	Diana Nur Fatmah	Sales dnfatmah@geonet.co.id	22)	
23	Zaenul Mutaqin	Zmutaqin@geonet.co.id Sales		23)
24	Alfayra Nabila Zahrani	GIS Engineer anabila@geonet.co.id	24)	
25	UMAR ABD.	PMO uabdurrohman@geonet.co.id		25)
26	firdaus	Telmi Support firdaus@geonet.co.id	26)	
27	Ahmad Fobari	HRD afobari@geonet.co.id		27)
28	Dikry P	Dev manager dprodana@geonet.co.id	28)	
29				29)
30			30)	
31				31)
32			32)	
33				33)
34			34)	

Penanggung Jawab

(HSE Manager)