

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kemampuan

1. Definisi Kemampuan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) (2018) kemampuan adalah kesanggupan, kecakapan, atau kekuatan untuk melakukan atau menjalankan sesuatu. Kata ini berasal dari kata dasar "mampu", yang berarti kuasa, bisa, atau sanggup melakukan sesuatu. Menurut Sukanto (2021) kemampuan merupakan kapasitas individu untuk melaksanakan berbagai tugas dalam suatu pekerjaan. Kemampuan seseorang secara umum terbagi menjadi dua faktor utama, yaitu kemampuan intelektual dan kemampuan fisik. Kemampuan intelektual berhubungan dengan kapasitas individu untuk berpikir, bernalar, serta memecahkan masalah, sedangkan kemampuan fisik berkaitan dengan kekuatan, stamina, dan karakteristik jasmani lainnya (Sukanto, 2021). Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan adalah kesanggupan atau kecakapan seorang individu dalam menguasai suatu keahlian dan digunakan untuk mengerjakan beragam tugas dalam suatu pekerjaan. Berdasarkan uraian tersebut, kemampuan dapat diukur dari dua komponen utama, yaitu pengetahuan dan keterampilan.

a. Pengetahuan

Definisi pengetahuan mencakup semua aktivitas yang dilakukan, beserta metode dan alat yang digunakan, serta semua hasil yang dicapai.

Pada dasarnya, pengetahuan adalah semua hasil dari proses pemahaman yang berkaitan dengan suatu objek (yang dapat berupa objek atau pengalaman yang dialami oleh subjek) (Octaviana & Ramadhani, 2021).

b. Keterampilan

Keterampilan merupakan salah satu faktor penting dalam mencapai keberhasilan kerja. Menurut Dwiwarman (2025) keterampilan diartikan sebagai kemampuan teknis untuk melakukan pekerjaan tertentu yang dapat dipelajari dan dikembangkan. Dengan demikian, keterampilan diperoleh melalui pengalaman kerja serta pelatihan dalam bidang tugas yang sesuai dengan tujuan organisasi.

2. Jenis-Jenis Kemampuan

Kemampuan individu pada dasarnya terdiri atas tiga kelompok utama, yaitu kemampuan teknis, kemampuan sosial dan kemampuan konseptual (Elvirawati et al., 2022).

a. Kemampuan teknis

Kemampuan teknis mencakup keterampilan dalam menerapkan pengetahuan, metode, Teknik dan alat yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas tertentu, yang diperoleh dari pengalaman, Pendidikan dan pelatihan.

b. Kemampuan sosial

Kemampuan sosial mencakup keterampilan dalam kolaborasi, termasuk memotivasi orang lain dan melibatkan pemahaman mengenai motivasi serta penerapan kepemimpinan yang berhasil.

c. Kemampuan konseptual

Kemampuan konseptual adalah kemampuan untuk memahami secara mendalam kompleksitas yang ada dalam organisasi

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan

Menurut (Elvirawati et al., 2022) faktor yang memengaruhi kemampuan seorang terdiri atas dua hal utama, yaitu pengetahuan dan keterampilan.

a. Pengetahuan (knowledge)

Pengetahuan mencakup informasi yang dimiliki individu melalui proses belajar dan pengalaman. Pengetahuan yang baik memungkinkan pegawai memahami prosedur kerja dan menerapkannya secara efektif.

b. Keterampilan (*skill*)

Keterampilan merupakan kemampuan seseorang dalam melaksanakan pekerjaan secara efisien dan efektif sesuai bidangnya. Keterampilan ini dapat diperoleh melalui pengalaman kerja maupun pelatihan dan tanggung jawab.

4. Pengukuran Tingkat Kemampuan

Menurut (Jensen et al., 2024) terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan untuk mengukur kemampuan seseorang, antara lain:

a. *Behavior Event Interview (BEI)*

Teknik wawancara ini terbukti memiliki tingkat akurasi yang tinggi dalam mengidentifikasi kompetensi individu.

b. Tes Bermacam

Pengukuran kemampuan dapat dilakukan melalui berbagai jenis tes, seperti *work sample test*, *mental ability test*, dan *personality test*.

c. *Assessment Center*

Dalam metode ini, para kandidat dikumpulkan di suatu tempat selama beberapa hari untuk melaksanakan sejumlah kegiatan yang kemudian dinilai oleh para asesor.

d. Biodata

Beberapa kemampuan dapat diprediksi melalui pengalaman kerja seseorang. Misalnya, *achievement motive* dapat dilihat dari prestasi akademik, *team leadership* dari pengalaman memimpin organisasi, dan *relationship building* dari keterlibatan dalam kegiatan sosial.

e. *Rating*

Penilaian dapat dilakukan oleh atasan, rekan kerja, bawahan, pelanggan, maupun spesialis sumber daya manusia. Beberapa metode yang umum digunakan antara lain *competency assessment questionnaires*, *customer survey*, *managerial style*, serta *organizational climate*.

B. Keracunan Makanan

1. Definisi Keracunan Makanan

Menurut (Kementerian Kesehatan RI, 2025), pangan diartikan sebagai segala bahan yang berasal dari sumber hayati maupun air, baik yang telah melalui proses pengolahan maupun yang belum, yang digunakan sebagai makanan atau minuman untuk dikonsumsi manusia. Keracunan pangan merupakan kondisi ketika seseorang mengalami gejala dan tanda-tanda keracunan setelah mengonsumsi makanan yang diduga mengandung cemaran biologis atau kimia. Selanjutnya, World Health Organization (WHO) (2020) menjelaskan bahwa penyakit yang ditularkan melalui makanan (foodborne disease) terjadi akibat kontaminasi makanan pada berbagai tahap rantai produksi, distribusi, dan konsumsi. Kontaminasi ini dapat bersumber dari lingkungan, seperti polusi air, tanah, udara, serta penyimpanan dan pengolahan makanan yang tidak higienis.

Keracunan adalah keadaan darurat yang dapat merusak sel dan sebagian fungsi tubuh akibat masuknya suatu zat atau makanan yang mengandung racun, berasal dari bahan beracun yang terbentuk akibat pembusukan makanan dan bakteri (Marcela et al., 2024). Setyaningrum (2020) menyatakan bahwa keracunan makanan merupakan kondisi yang muncul akibat konsumsi makanan yang telah terkontaminasi oleh organisme menular seperti bakteri, virus, atau parasit. Kontaminasi dapat terjadi selama proses pengolahan atau akibat pemasakan yang tidak tepat. Keracunan makanan umumnya disebabkan oleh mikroorganisme yang

tumbuh pada bahan pangan dan menghasilkan racun (toksin) (Wardiani et al., 2025).

2. Etiologi Keracunan Makanan

Menurut World Health Organization (WHO) (2020) terdapat beberapa faktor penyebab penyakit yang ditularkan melalui makanan (*foodborne*), antara lain:

a. Bakteri

- 1) Salmonella, Campylobacter, dan EHEC (Enterohaemorrhagic E. coli) adalah mikroorganisme berbahaya yang sering menyebabkan penyakit serius dengan gejala seperti demam, mual, muntah, kram perut, dan diare. Salmonella umumnya ditemukan pada telur dan daging ayam, Campylobacter sering terdapat pada susu mentah dan daging ayam yang tidak matang, sedangkan EHEC banyak ditemukan pada susu yang tidak dipasteurisasi, daging yang tidak matang, serta buah dan sayuran segar.
- 2) Listeria monocytogenes dapat menyebabkan keguguran dan berpotensi fatal bagi bayi baru lahir, serta menimbulkan risiko tinggi bagi anak-anak dan lansia. Bakteri ini sering ditemukan dalam produk susu yang tidak dipasteurisasi dan makanan siap saji yang disimpan pada suhu dingin, karena Listeria dapat bertahan pada suhu lemari es.
- 3) Vibrio cholerae adalah patogen yang menyebabkan kolera, yang dapat menular melalui konsumsi air atau makanan yang

terkontaminasi. Gejalanya meliputi muntah, kram perut, dan diare parah, yang dapat menyebabkan dehidrasi dan bahkan kematian. Penyakit ini sering dikaitkan dengan konsumsi nasi, sayuran, bubur millet, dan seafood.

b. Virus

- 1) Norovirus menyebabkan mual parah, muntah, diare, dan kram perut. Virus ini dapat menular melalui kontak langsung dengan individu yang terinfeksi, serta melalui makanan, air, atau permukaan yang terkontaminasi.
- 2) Hepatitis A menyebabkan gangguan fungsi hati dan dapat menular melalui konsumsi seafood mentah atau setengah matang serta produk pertanian yang terkontaminasi.

c. Parasit

Parasit seperti trematoda dari ikan hanya dapat menularkan infeksi melalui makanan, sementara cacing pita (*Echinococcus*, *Taenia solium*) dapat menular baik melalui makanan maupun kontak langsung dengan hewan. Parasit lain, termasuk *Ascaris*, *Cryptosporidium*, *Entamoeba histolytica*, dan *Giardia*, mencemari produk segar melalui tanah atau air yang terkontaminasi.

Selain faktor biologis tersebut, Setyaningrum (2020) menambahkan bahwa kebiasaan buruk dalam penanganan makanan juga dapat menyebabkan keracunan, antara lain:

- 1) Tidak menyimpan makanan pada suhu yang sesuai, seperti tidak

menaruh produk olahan susu atau daging dalam lemari pendingin.

- 2) Memasak makanan secara tidak merata.
- 3) Membiarkan makanan matang berada pada suhu ruang terlalu lama.
- 4) Mengonsumsi makanan yang telah melewati masa kedaluwarsa.
- 5) Menangani makanan dalam keadaan sakit atau dengan tangan yang tidak bersih.

3. Tanda dan Gejala Keracunan Makanan

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2025) keracunan makanan ditandai dengan munculnya berbagai gejala seperti mual, muntah, nyeri tenggorokan, gangguan pernapasan, kejang perut, diare, gangguan penglihatan, pusing, kelumpuhan, demam, menggigil, rasa tidak nyaman, kelelahan, pembengkakan kelenjar getah bening, wajah memerah, serta gatal-gatal. Gejala tersebut muncul akibat konsumsi makanan yang mengandung cemaran biologis atau kimia.

Gejala yang sering muncul antara lain diare, mual, muntah, perut kencang atau kram perut, sakit perut melilit, dan sakit kepala. Akibat keracunan makanan bisa menimbulkan gejala pada sistem saraf dan saluran cerna. Tanda gejala yang biasa terjadi pada sistem saraf adalah adanya rasa lemah, kesemutan (*parastesi*), dan kelumpuhan (*paralisis*) otot pernapasan. Suarjana menyatakan tanda gejala yang biasa terjadi pada saluran cerna adalah sakit perut, mual, muntah, bahkan dapat menyebabkan diare

(Marcela et al., 2024)

4. Penatalaksanaan Keracunan Makanan

Untuk mengatasi keracunan makanan, menurut (Marcela et al., 2024) ada beberapa langkah awal yang dapat dilakukan, yaitu:

a. Ganti cairan tubuh yang hilang

Diare dan muntah akibat keracunan makanan dapat menyebabkan tubuh kehilangan banyak cairan. Anda perlu mengganti cairan yang hilang dengan minum banyak air untuk mencegah dehidrasi. Selain minum air, Anda juga dapat mengonsumsi minuman elektrolit dan sup atau kaldu untuk mengembalikan cairan dan elektrolit dalam tubuh. Minum perlahan dan dalam jumlah kecil, tetapi sering untuk menghindari mual (National Health Laboratory Service, 2012).

b. Muntah dalam posisi yang benar

Hindari berbaring jika gejala mual dan muntah terus berlanjut (Damayanti et al., 2024). Pasien disarankan untuk duduk tegak. Hal ini untuk mencegah muntah masuk ke saluran pernapasan, yang dapat menyebabkan kesulitan bernapas. Saat muntah, miringkan kepala sedikit ke depan untuk mencegah makanan kembali ke tenggorokan dan menyebabkan tersedak. Jika pasien dalam kondisi tidak sadar dapat diposisikan lateral kiri atau miring ke kiri (Green, 2024).

c. Makan makanan yang tepat

Saat gejala pertama kali muncul, disarankan untuk tidak makan apa pun selama beberapa jam. Setelah merasa lebih nyaman, cobalah makan

makanan yang mudah dicerna, seperti yang rendah lemak, rendah serat, dan tanpa banyak bumbu tambahan. Contoh makanan tersebut antara lain bubur, kentang, pisang, dan madu. Anda juga harus menghindari makanan pedas dan berminyak serta makanan dan minuman asam, karena dapat memperburuk gejala. Selain itu, hindari mengonsumsi minuman yang mengandung alkohol, kafein, atau susu.

d. Hindari menggunakan obat-obatan tanpa resep dokter

Diare dan muntah selama keracunan makanan adalah proses alami tubuh untuk membersihkan saluran pencernaan dari racun dan bakteri, virus, serta parasit berbahaya. Oleh karena itu, hindari penggunaan obat diare, seperti loperamide, saat pertama kali mengalami keracunan makanan. Mengonsumsi obat diare sebenarnya dapat memperpanjang gejala keracunan. Selain itu, gejala diare akibat keracunan makanan tidak selalu perlu diobati dengan antibiotik. Hal ini karena antibiotik tidak dapat mengobati keracunan makanan yang disebabkan oleh virus atau parasit. Untuk menentukan apakah keracunan makanan perlu diobati dengan obat diare atau antibiotik, sebaiknya konsultasikan terlebih dahulu dengan dokter (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

e. Minum air jahe

Untuk meredakan mual dan ketidaknyamanan perut, cobalah minum air jahe. Minuman jahe diketahui memiliki efek menenangkan pada saluran pencernaan. Selain jahe, keracunan makanan juga dapat diobati

dengan mengonsumsi makanan yang mengandung probiotik, seperti yogurt, yang dapat memulihkan kesehatan saluran pencernaan. Namun, yogurt sebaiknya dikonsumsi saat tubuh sudah mulai pulih.

f. Istirahat yang cukup

Saat mengalami keracunan makanan, istirahat yang cukup agar sistem kekebalan tubuh dapat bekerja optimal untuk melawan kuman penyebab keracunan. Selain itu, gejala keracunan makanan juga dapat membuat tubuh merasa lemah. Oleh karena itu, Anda membutuhkan istirahat yang cukup untuk memulihkan energi. Perawatan di rumah sakit dan cairan intravena umumnya diperlukan jika dokter menilai keracunan makanan parah dan disertai dehidrasi. Dokter juga akan meresepkan antibiotik jika keracunan makanan disebabkan oleh bakteri.

5. Pencegahan Keracunan Makanan

Keracunan makanan bukanlah masalah yang sulit diatasi atau dicegah. Dengan memahami rantai produksi pangan, mulai dari proses pembiakan, penangkapan, hingga penyajian di meja makan, sumber kontaminasi dapat dengan mudah diidentifikasi (Anisa et al., 2025). Beberapa langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk mencegah pencemaran makanan antara lain:

- a. Mencuci buah dan sayuran sebelum disajikan.
- b. Memisahkan makanan matang dari makanan mentah pada setiap tahap pengolahan, mulai dari penyiapan, penyimpanan, hingga penyajian.

- c. Mengambil makanan menggunakan alat seperti sendok, bukan dengan tangan langsung.
- d. Menutup makanan yang belum dikonsumsi.
- e. Menjaga area pengolahan makanan agar bebas dari serangga dan burung.
- f. Menjaga kebersihan diri selama menyiapkan makanan.
- g. Membersihkan peralatan makan dengan benar.
- h. Membuang makanan yang sudah tidak segar atau berbau busuk.

Selain itu, beberapa langkah tambahan dalam mencegah keracunan makanan meliputi:

- a. Menjaga suhu makanan panas agar tetap panas dan makanan dingin agar tetap dingin.
- b. Menyimpan makanan yang mudah rusak di dalam freezer.
- c. Segera menyimpan sisa makanan ke dalam lemari es setelah digunakan.
- d. Memastikan semua jenis daging dimasak hingga matang sempurna.
- e. Tidak menggunakan telur mentah yang kulitnya retak.
- f. Mencuci tangan sebelum dan sesudah mengolah makanan, terutama setelah menyentuh bahan mentah.
- g. Memanaskan ulang makanan hingga mendidih selama sekitar empat menit sebelum dikonsumsi.
- h. Membuang makanan kaleng yang berkarat, menggembung, pecah, atau bocor.
- i. Menjaga suhu lemari es sekitar 4°C dan freezer di bawah -17°C.

- j. Tidak memberikan madu kepada bayi di bawah usia satu tahun karena risiko botulisme.
- k. Mencairkan makanan beku hanya di dalam lemari es, bukan di suhu ruang.
- l. Menghindari menyimpan makanan asam di dalam wadah logam berat.
- m. Tidak mengonsumsi jamur liar yang tidak dikenal jenisnya.
- n. Menghindari konsumsi makanan setengah matang seperti telur, daging sapi, unggas, atau ikan laut.

6. Pertolongan Pertama Keracunan Makanan

a. Standar Penanganan Keracunan Makanan

Menurut *Centers for Disease Control and Prevention* (2020) terdapat berbagai jenis penyakit yang ditularkan melalui makanan (*foodborne disease*), dan setiap jenisnya mungkin memerlukan penanganan berbeda tergantung pada gejala yang muncul. Gejala seperti diare dan muntah dapat menyebabkan dehidrasi apabila tubuh kehilangan terlalu banyak cairan dan elektrolit. Penanganan standar untuk kasus keracunan makanan meliputi beberapa langkah berikut:

- 1) Mengganti cairan dan elektrolit yang hilang dengan meningkatkan asupan cairan merupakan tindakan utama yang harus dilakukan.
- 2) Apabila diare cukup berat, disarankan untuk mengonsumsi larutan rehidrasi oral seperti Ceralyte, Pedialyte, atau Oralyte guna menggantikan cairan yang hilang dan mencegah dehidrasi. Minuman olahraga seperti Gatorade tidak direkomendasikan

karena tidak mampu menggantikan cairan tubuh secara efektif untuk pengobatan diare.

3) Penggunaan obat yang mengandung bismuth subsalicylate (seperti Pepto-Bismol) dapat membantu mengurangi lama dan tingkat keparahan diare ringan.

4) Pada kondisi diare dan kram tanpa disertai tinja berdarah atau demam, obat antidiare dapat digunakan untuk meredakan gejala. Namun, jika diare disertai demam tinggi atau terdapat darah pada tinja, penggunaan obat antidiare sebaiknya dihindari karena dapat memperburuk kondisi pasien.

b. Penanganan Keracunan Makanan Yang Harus Diketahui Oleh Masyarakat

Menurut Setyaningrum (2020), pertolongan pertama merupakan tindakan yang dilakukan segera untuk membantu korban sebelum memperoleh penanganan lebih lanjut dari tenaga kesehatan. Pada kasus keracunan makanan, beberapa langkah pertolongan pertama yang dapat dilakukan antara lain:

1) Jika penderita mengalami muntah dan diare dalam jumlah banyak, perlu diberikan cairan pengganti seperti air putih, larutan oralit (campuran air, dua sendok teh gula, dan setengah sendok teh garam), atau air kelapa untuk mengganti cairan serta elektrolit yang hilang.

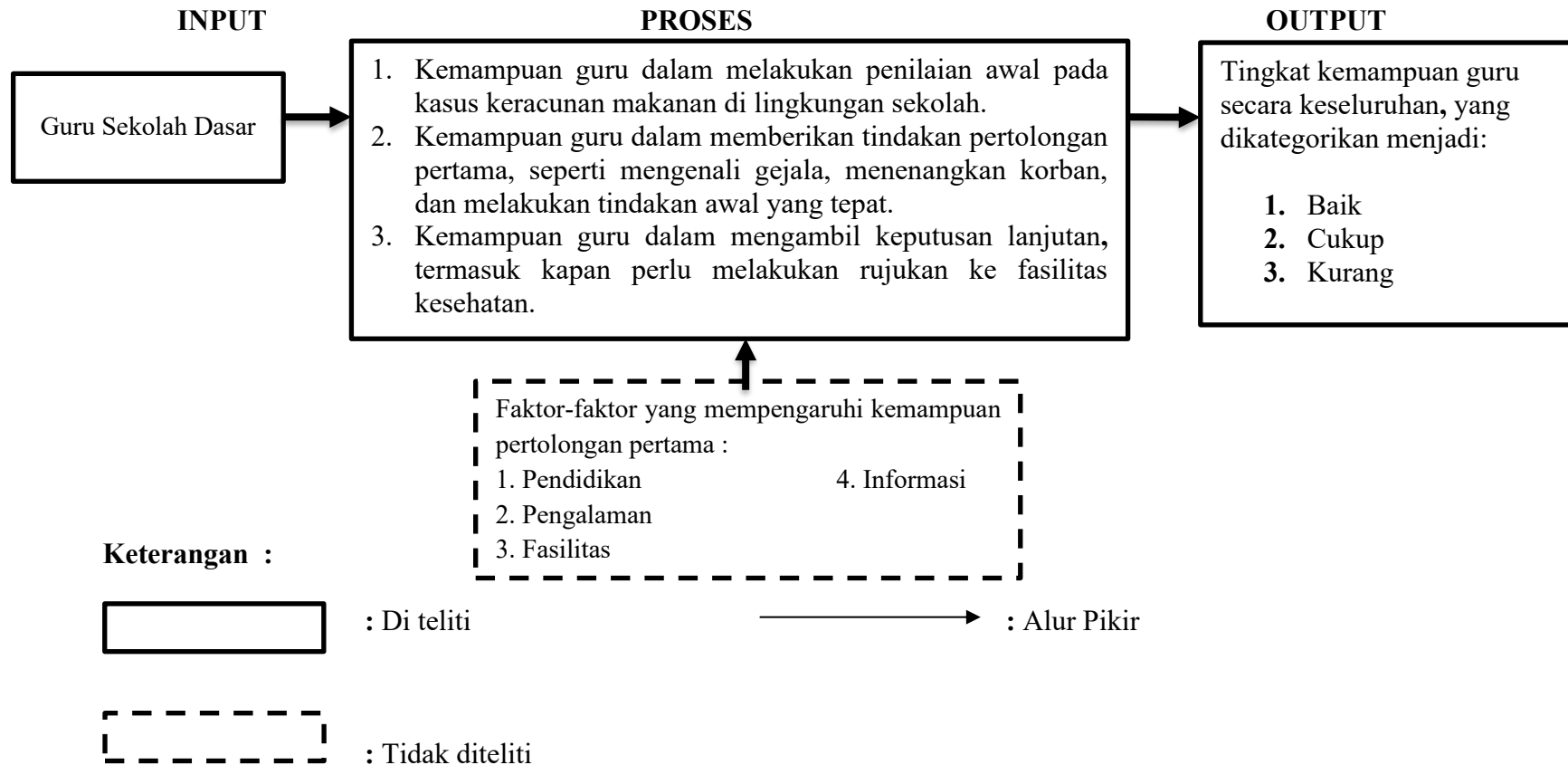
- 2) Memberikan tablet karbon aktif untuk membantu menyerap racun yang terdapat di saluran pencernaan, diminum bersama air putih.
- 3) Apabila tidak tersedia karbon aktif, susu dapat diberikan untuk membantu mengikat racun di saluran pencernaan sekaligus merangsang tubuh untuk memuntahkan racun tersebut. Namun, susu sebaiknya tidak diberikan jika penderita mengalami diare.
- 4) Saat penderita muntah, posisikan kepala dalam keadaan menunduk agar muntahan tidak masuk ke saluran pernapasan.
- 5) Jika keracunan terjadi pada anak-anak, segera bawa ke fasilitas kesehatan terdekat agar mendapat pertolongan medis dengan cepat.
- 6) Selalu jaga kebersihan tangan, peralatan makan, serta pastikan makanan yang dikonsumsi dalam kondisi segar dan layak makan.

Selain itu, beberapa penatalaksanaan keracunan makanan yang bisa dilakukan oleh masyarakat sebagai pertolongan pertama sebelum dibawa ke fasilitas kesehatan adalah sebagai berikut (Wijaya, 2019):

- 1) Untuk mengurangi kekuatan racun, berikan air putih sebanyak banyaknya atau diberi susu yang telah dicampur dengan telur mentah.
- 2) Agar perut terbebas dari racun, berikan norit dengan dosis 3-4 tablet selama 3 kali berturut-turut dalam setiap jamnya.
- 3) Air santan kental dan air kelapa hijau yang dicampur 1 sendok makan garam dapat menjadi alternatif jika norit tidak tersedia.

- 4) Jika penderita dalam kondisi sadar, usahakan agar muntah.
Lakukan dengan cara memasukan jari pada kerongkongan leher dan posisi badan lebih tinggi dari kepala untuk memudahkan kontraksi.
- 5) Apabila penderita dalam keadaan pingsan, bawa segera rumah sakit atau dokter terdekat untuk mendapatkan perawatan intensif.

C. Kerangka Konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual