

# Solusi Aman Konsumsi Makanan Kaleng

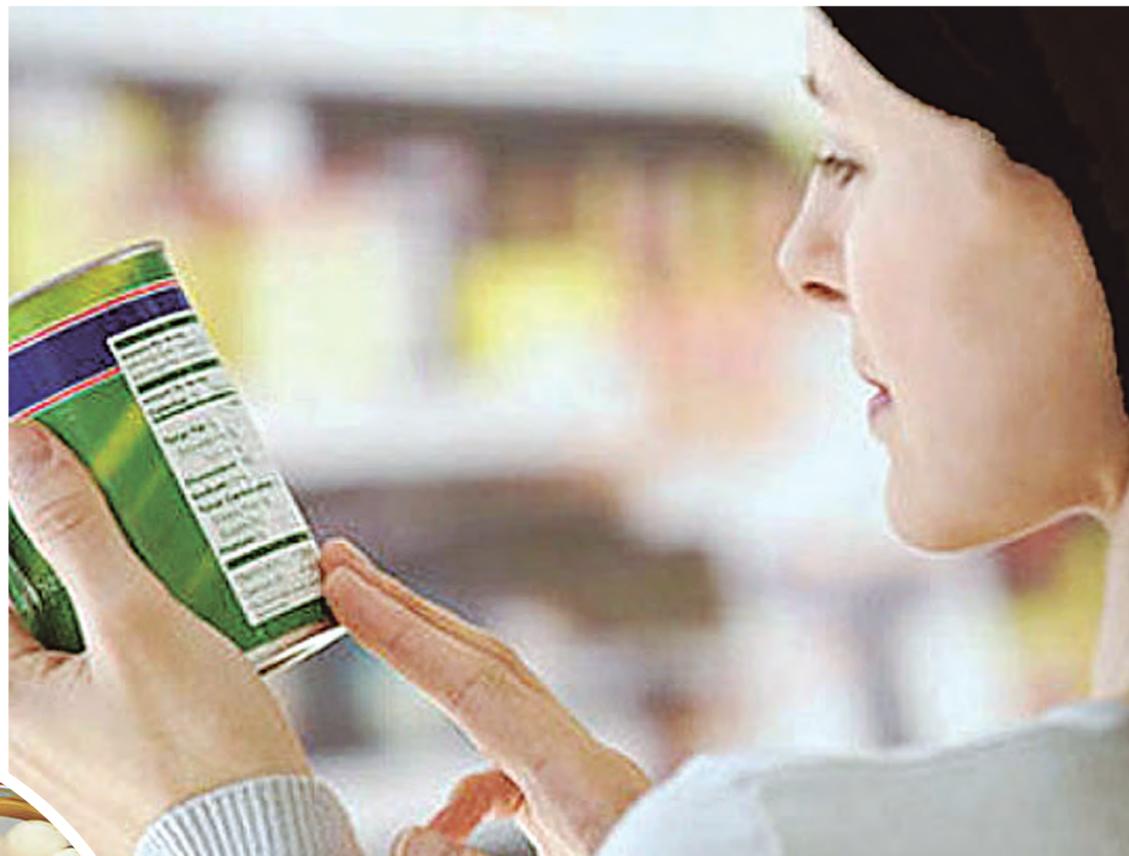
Sejak marak berita mengenai penemuan cacing dalam kemasan ikan makarel kaleng, masyarakat mendadak paranoid terhadap kaleng jenis apa pun. Meskipun pemerintah telah menarik beberapa merek yang tidak layak konsumsi tersebut, kita cenderung meragukan makanan kaleng yang telah dibeli.

Sebelum merasa paranoid, ada baiknya kita mengetahui terlebih dahulu mengapa bisa ada parasit cacing dalam makanan kaleng? Prof dr Siti Fatimah Muis MSc SpGK, ahli gizi RSUP dr Kariadi Semarang mengatakan, cacing bisa terdapat pada ikan kaleng yang utuh, karena tidak dibelah atau dipotong, otomatis isi perut ikan tidak dibersihkan. "Dalam ikan makarel sering terdapat cacing. Namun cacing tersebut sudah berupa parasit yang mati, tidak mungkin berkembang atau hidup setelah dikalengkan, karena ikan sudah melalui proses masak," paparnya.

Meskipun cacing yang terdapat dalam ikan sudah mati, tentu saja akan menimbulkan reaksi pada tubuh kalau kita konsumsi. Bagaimana reaksi tubuh bila telanjur mengonsumsi ikan kaleng yang terdapat parasit cacing? Fatimah menjelaskan, tubuh bisa alergi dan terjadi gatal-gatal pada beberapa bagian tubuh. Belum lagi rasa jijik. Bisa juga mengalami diare, mual atau muntah.

Dalam kondisi terburuk, seseorang yang telanjur mengonsumsinya bisa mengalami *shock* anafilaktik; yang ditandai dengan kesulitan bernafas, dan tekanan darah menurun

drastis. Bila parasit tersebut mengandung racun dan bisa menimbulkan *shock*, harus dipastikan jenis



cacingnya, apakah terbukti mengandung senyawa yang beracun atau kuman yang menularkan zat beracun. "Shock anafilaktik bisa terjadi kalau orang yang memakannya memang memiliki alergi terhadap senyawa atau protein tertentu. Tapi belum pernah ada penelitian yang mengatakan bahwa cacing bisa membuat orang mengalami *syok* anafilaktik. Kondisi ini hanya merupakan kemungkinan paling ekstrim," jelas dosen Fakultas Kedokteran Undip tersebut.

### Tips Aman Konsumsi

Dengan adanya beberapa merek yang ditarik dari pasaran, bukan berarti kita harus anti terhadap semua makanan kaleng.

Makanan kaleng memiliki beberapa manfaat selain karena kepraktisannya bagi yang tak sempat masak. Yakni menjadi solusi bagi mereka yang bepergian jauh, baik ke daerah yang sulit untuk mendapatkan jenis makanan tertentu seperti ikan, daerah terpencil, hingga para pendaki gunung.

Untuk memastikan bahwa makanan kaleng yang Anda makan aman, lihat kemasannya ketika membeli.

Lihat tanggal kedaluwarsa, pastikan tidak kedaluwarsa dan kondisi kemasan masih bagus; kaleng tidak peyot, bersih, dan label tidak terlihat sudah kusam.

Produk yang bagus biasanya berlabel SNI, BPOM, dan halal. Bila Anda hendak membeli produk ikan kaleng, pilih ikan yang sudah dipotong-potong. Ini biasanya akan terlihat dari gambar kemasan.

Bila Anda lebih memilih ikan yang utuh, baik itu ikan besar maupun kecil, setelah membuka kemasan, potong-potong dan periksa, apakah produk tersebut masih bagus. Baik

membeli yang sudah berupa potongan maupun tidak, cek aroma dan bentuknya.

Aroma makanan yang masih bagus tentu saja tidak berbau busuk, masih terlihat segar, warnanya bagus (tidak kusam), dan tidak berlendir.

Fatimah menyarankan membeli produk dalam negeri dan dari pabrik yang sudah terpercaya, lebih baik daripada membeli produk impor.

Ini karena beberapa produsen mengolah produk yang menjadi andalan daerahnya. Meskipun makanan kaleng sudah dimasak, daripada langsung dikonsumsi, sebaiknya dimasak terlebih dahulu. Baik itu memanaskannya lewat *microwave* maupun memasaknya dengan menambahkan beberapa bumbu.

Terakhir, sebaiknya kita tidak terlalu sering mengonsumsi makanan kaleng. Meskipun menjadi solusi yang praktis, utamakan memakan makanan segar yang tidak berpenget. (Irma Mutiara Manggia-58)

WWW. IKAPSTA.COM GET IT ON Google play

## Semarakkan Pesta dengan Musik

Pesta bisa berakhir menyenangkan atau mengecewakan bergantung atas kemampuan si pengada acara dalam mengemasnya.



Vita Mahaswari Production



Maxi Entertainment

Hiburan menjadi andalan yang dapat mengubah suasana pesta yang monoton menjadi penuh warna dan menyenangkan. Musik sebagai salah satu jenis hiburan dan paling sering digunakan dalam sebuah pesta, menjadi senjata pamungkas untuk membuat para tamu terhibur. Tak ingin kecewa dalam mempersiapkan hiburan pesta? Tiga vendor kenamaan di Semarang ini siap berbagi cerita.

Rolandius J Bozkat pemilik dari Sundae Music ini bercerita pentingnya hiburan dalam perhelatan pesta. "Dengan adanya hiburan, para tamu yang hadir dapat dimanjakan oleh *live music* yang enak didengar. Tidak menutup kemungkinan para tamu bisa berinteraksi dengan pemusik melalui sumbangan suara mereka. Bayangkan saja jika tidak ada hiburan di dalam pesta, tamu hanya akan mendengarkan musik mp3 yang bahkan bisa mereka lakukan di rumah," jelas Rolan yang beralamat di Jalan Tanggul Mas Timur 137 Semarang ini.

la juga menambahkan tips untuk mempersiapkan vendor hiburan dalam pesta. "Konsultasikan kepada vendor tentang konsep

### Oleh Dhaneswari Tiara

musik yang diinginkan. Hal ini penting agar musik yang vendor bawaan sesuai dengan keinginan klien. Misal menginginkan format *full jazz* maka vendor akan menyarankan format dengan *upright bass* dan *grand piano*," kata Rolan antusias.

Sundae Music menawarkan paket musik akustik hingga *full orchestra*. Rolan mengatakan, musik yang mereka bawaan lebih segar dan memiliki *soul* dan *groove* sekaligus. "Musik kami *smooth* namun elegan. Kami mengutamakan orisinalitas dalam bermusik, karena setiap pemain musik kami memiliki kualitas baik," tuturnya.

Serupa dengan Rolan, pemilik Maxi Entertainment yang kerap disapa Alberto Prabowo ini menyarankan untuk menentukan kebutuhan musik yang diinginkan. "Yang terpenting adalah Klien harus bisa menentukan kebutuhan musik yang diperlukan baik itu *big band*, orkestra, akustik, *chamber* atau solo organ. Pengalaman dari vendor musik juga

menjadi salah satu penentu bagi klien dalam memilih. Jangan segan untuk meminta referensi dari teman ataupun vendor lain," kata Alberto yang berkantor di Jalan Gedung Batu Timur 209 Semarang ini.

Bagi Alberto, musik merupakan jantung sebuah acara. "Musik bisa dikatakan menjadi bagian penting dari suatu pesta. Dengan kata lain merupakan jantung acara tersebut. Hal ini karena hampir seluruh acara dari awal sampai akhir pasti membutuhkan iringan musik agar acara lebih beryawa," jelas pria yang menyediakan jasa hiburan dalam bentuk band, akustik, *chamber*, solo organ, MC, dan *singer* ini.

Maxi Entertainment telah berpengalaman dalam berbagai *event*. Jam terbang tinggi membuat Alberto dan timnya lebih profesional serta menguasai berbagai jenis musik dan pemilihan lagu. Maxi memastikan setiap tamu undangan bisa menikmati penampilan yang mereka sajikan.

### Tentukan Konsep

Vita Mahaswari, pemilik dari Vita Mahaswari Production yang berada Trajutrino V No 2 Semarang sejak 2011 ini menyarankan untuk menentukan konsep terlebih dahulu.

"Tentukan tema dan susun konsep acara yang diinginkan. Setelah konsep tersusun, vendor hiburan tentunya akan lebih mudah dalam menyesuaikan konsep dan kebutuhan acara. Pilihan vendor yang bisa mengekspresikan keinginan klien di acara yang akan diselenggarakan. Pastikan biaya sesuai dengan kebutuhan," saran Vita yang menawarkan jenis musik *big band*, *chambers*, dan *orchestra* ini.

Vita Mahaswari Production menyediakan *all around performance*, baik untuk konsep maupun lagu-lagu klasik, pop, oriental, dan *jazz*. Vita juga andal dalam konsep *broadway*, kolosal ataupun simpel minimalis. Vita menambahkan hiburan dalam pesta menjadikan pesta lebih berkesan. "Hiburan akan memberikan suasana atau warna lain dalam setiap acara. Kemasan hiburan yang mengacu pada sebuah konsep yang sudah disusun akan semakin membuat setiap acara menjadi lebih spesial dan berkesan," kata Vita yang selalu mengaransemen vokal dan musik menjadi kreatif dan unik ini. (58)



Sundae Music