

Edukasi Implementasi Kantin Sehat Pada Penjamah Makanan di Kantin Politeknik Kesehatan Megarezky

Muhammad Ridha Afdhal¹, Dewa Bagaskara¹, Nurul Mawaddah Syafitri²

¹Prodi D-IV Promosi Kesehatan, Politeknik Kesehatan Megarezky, Makassar

²Prodi D-IV Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Politeknik Kesehatan Megarezky, Makassar

*Corresponding Email: mrafdhal22@gmail.com

Artikel Info

Submisi:

22 Januari 2025

Penerimaan:

24 Februari 2025

Terbit:

27 Februari 2025

Keywords:

Budaya, Aksara ulu, pengenalan dan pelestarian

ABSTRAK

Masalah literasi pada penjamah makanan di kantin dapat berdampak pada kualitas penyajian makanan, kepatuhan terhadap standar gizi, dan kesehatan konsumen. Penjamah makanan dengan literasi yang rendah mungkin kesulitan memahami prinsip dasar makanan sehat, seperti keseimbangan gizi, pengurangan garam, gula, dan lemak, serta pentingnya serat dalam makanan. Mereka bisa salah dalam mengklasifikasikan makanan sehat dan tidak sehat, yang berakibat pada penyajian menu yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Tujuan dari kegiatan edukasi ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam menyiapkan, mengolah, dan menyajikan makanan yang bergizi, higienis, dan sesuai dengan standar kesehatan. Metode yang digunakan presentasi dan diskusi tanya jawab dengan menggunakan Pre dan Post Test. Hasil dari edukasi ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan literasi kesehatan pada penjamah makanan. Melalui kegiatan ini diharapkan penjamah makanan dapat berkontribusi dalam meningkatkan kualitas makanan yang disajikan, mendukung pola makan sehat konsumen, serta mencegah penyakit yang disebabkan oleh pola makan tidak sehat atau kontaminasi makanan.

Pendahuluan

Kesehatan didefinisikan sebagai keadaan kesejahteraan yang mencakup dimensi fisik, mental, dan sosial, sehingga memungkinkan individu untuk hidup secara produktif baik secara sosial maupun ekonomi (WHO, 2018). Setiap individu diharapkan menjaga kesehatan yang baik dalam lingkungannya, termasuk di lingkungan kampus. Kampus merupakan institusi pendidikan yang berperan dalam pembangunan lokal, memengaruhi masa depan, serta diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang kondusif sambil menumbuhkan budaya organisasi yang mendukung kesehatan, kesejahteraan, dan mendorong masyarakat kampus untuk menjalani kehidupan yang sehat dan sejahtera (Stanford Social Innovation Review, 2024). Oleh karena itu, banyak kampus kini mengadopsi konsep *Health Promoting University* (HPU), yang

bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat kampus dalam aspek kesehatan.

Penerapan *Health Promoting University* (HPU) di negara-negara Asia telah dilaksanakan di enam universitas di wilayah Beijing, Tiongkok (Jia & Yang, 2021), serta di beberapa universitas lain di Asia, seperti di Thailand dan Indonesia. Sebagai contoh, di Universitas Mahidol, Thailand, beberapa inisiatif HPU untuk meningkatkan kesehatan masyarakat kampus mencakup kebijakan bagi seluruh kantin kampus untuk menghilangkan penambah rasa dan saus, serta hanya menyajikan makanan sehat, sehingga meningkatkan kesadaran kampus terhadap pilihan makanan yang lebih sehat (Sunarya, 2019).

Kantin merupakan area krusial dalam penerapan HPU. Kantin dapat menjadi sumber penularan penyakit melalui

makanan, sehingga penting untuk mencegah faktor risiko yang timbul akibat kontaminasi makanan, baik dari pengelola makanan, peralatan, maupun area persiapan makanan (Uyamadu et al, 2022). Menurut sebuah penelitian, kurangnya literasi dan pengetahuan di antara penjamah makanan di kantin menyebabkan kontaminasi makanan oleh bakteri, virus, atau bahan kimia berbahaya, yang meningkatkan risiko keracunan makanan bagi konsumen (FAO & WHO, 2023).

Selain itu, kurangnya pemahaman tentang kandungan gizi makanan dapat menyebabkan penjamah makanan menyajikan hidangan yang gizinya tidak seimbang, seperti yang mengandung lemak, gula, atau garam berlebihan, sehingga meningkatkan risiko masalah kesehatan seperti obesitas atau hipertensi pada konsumen (Kafetzopoulos & Gotzamani, 2021). Dalam jangka panjang, penyajian makanan yang tidak sehat secara terus-menerus dapat menyebabkan masalah kesehatan kronis pada konsumen, seperti diabetes, penyakit jantung, dan malnutrisi, terutama jika kantin menjadi sumber utama konsumsi makanan sehari-hari, seperti di kampus (Kusuma & Putri, 2022).

Edukasi kesehatan sangat penting bagi penjamah makanan di kantin kampus karena mereka berperan langsung dalam menjaga kualitas dan keamanan makanan yang dikonsumsi oleh mahasiswa, dosen, dan staf kampus setiap hari (Uyamadu et al, 2022). Beberapa alasan utama mengapa edukasi kesehatan bagi penjamah makanan sangat diperlukan:

- a. Mencegah Kontaminasi dan Keracunan Makanan
Penjamah makanan yang memiliki pengetahuan rendah tentang kebersihan dan keamanan pangan berisiko menyebabkan kontaminasi makanan oleh bakteri, virus, atau bahan kimia berbahaya. Hal ini dapat meningkatkan risiko penyakit bawaan makanan, seperti keracunan makanan atau infeksi saluran pencernaan.
- b. Menjamin Keamanan dan Kualitas Makanan

Dengan edukasi yang baik, penjamah makanan dapat memahami cara penyimpanan, penanganan, dan penyajian makanan yang benar, sehingga makanan tetap segar, bergizi, dan bebas dari kontaminan yang berbahaya bagi kesehatan.

- c. Mendorong Pola Makan Sehat bagi Mahasiswa dan Civitas Akademika
Penjamah makanan yang memahami konsep gizi dapat membantu menyediakan makanan yang lebih sehat, seimbang, dan bergizi bagi mahasiswa. Ini sangat penting karena banyak mahasiswa bergantung pada makanan dari kantin untuk kebutuhan nutrisi harian mereka.
- d. Mengurangi Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM)
Pola makan yang buruk dapat menyebabkan berbagai penyakit tidak menular seperti obesitas, hipertensi, dan diabetes. Dengan edukasi kesehatan, penjamah makanan dapat mengurangi penggunaan bahan yang berlebihan seperti garam, gula, dan lemak, sehingga membantu mencegah penyakit ini di kalangan mahasiswa.
- e. Mendukung Program *Health Promoting University* (HPU)
Banyak kampus mulai menerapkan konsep HPU untuk menciptakan lingkungan kampus yang lebih sehat. Kantin sebagai salah satu penyedia utama makanan di kampus memiliki peran strategis dalam mendukung program ini dengan menyajikan makanan sehat dan aman.
- f. Meningkatkan Kesadaran dan Tanggung Jawab Penjamah Makanan
Dengan edukasi kesehatan, penjamah makanan lebih sadar akan pentingnya peran mereka dalam kesehatan komunitas kampus. Mereka dapat lebih bertanggung jawab dalam menjaga kebersihan diri, peralatan, serta lingkungan kerja untuk mencegah penyebaran penyakit.
- g. Mematuhi Standar Keamanan Pangan dan Regulasi Kesehatan
Banyak negara memiliki regulasi

terkait keamanan pangan yang harus dipatuhi oleh penyedia makanan. Dengan edukasi yang baik, penjamah makanan dapat memahami dan menerapkan standar keamanan pangan sesuai regulasi, sehingga memastikan kualitas makanan yang lebih baik.

Metode

Sasaran dari kegiatan edukasi ini adalah para penjamah makanan di kantin Politeknik Kesehatan Megarezky yang berjumlah 13 orang. Kegiatan pengabdian dimulai dengan pengumpulan data kuesioner pre-test untuk mengukur tingkat literasi kesehatan dan pengetahuan awal sasaran. Selanjutnya, tim memberikan edukasi sebagai intervensi untuk meningkatkan literasi dan pengetahuan responden. Pemberian edukasi dilakukan tiga kali dengan tiga topik yang berbeda: Sistem Lampu Lalu Lintas Makanan, Kebersihan dan Sanitasi Makanan, serta Metode Pengolahan Makanan. Setiap sesi edukasi berlangsung selama 120 menit. Metode edukasi yang digunakan adalah brainstorming dan diskusi kelompok kecil. Penjamah makanan dikelompokkan berdasarkan jenis makanan dan minuman yang mereka jual. Setelah kegiatan edukasi berakhir, setiap sasaran diminta untuk mengisi kuesioner post-test. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan Microsoft Excel dan SPSS versi 21.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik dari responden, yaitu penjamah makanan tersaji pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Usia		
Muda (25-44 Tahun)	7	53.8
Paruh Baya (45-60 Tahun)	5	38.5
Lansia (61-75 Tahun)	1	7.7
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	4	30.8
Perempuan	9	69.2
Latar Belakang Pendidikan		
Sekolah Dasar	1	7.7
SMP	1	7.7
SMA	4	30.8
D3	2	15.4
S1	5	38.5
Total	13	100

Berdasarkan **tabel 1**, ditemukan bahwa 7 individu (53,8%) berada dalam kategori usia muda, 5 orang (38,5%) berusia paruh baya, dan 1 orang (7,7%) berusia lanjut. Terdapat 9 perempuan (69,2%) dan 4 laki-laki (30,8%). Dalam hal latar belakang pendidikan, mayoritas responden memiliki gelar Sarjana (S1), yang berjumlah 5 orang (38,5%), sementara yang paling sedikit adalah mereka yang hanya memiliki pendidikan sekolah dasar dan menengah, masing-masing 1 orang (7,7%).

Distribusi literasi kesehatan partisipan pada saat sebelum dan setelah diberikan edukasi dapat dilihat pada **tabel 2**.

Tabel 2. Distribusi Literasi Kesehatan Partisipan Sebelum dan Setelah Edukasi

Variabel Literasi Kesehatan	Sebelum		Setelah	
	n	%	n	%
Baik	13	100	13	100
Kurang	0	0	0	0
Total	13	100	13	100

Berdasarkan **tabel 2**, menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan semua responden (100%) berada dalam kategori baik baik sebelum maupun setelah pelaksanaan edukasi

Data distribusi pengetahuan partisipan sebelum dan setelah edukasi dapat dilihat pada **tabel 3**.

Tabel 3. Distribusi Pengetahuan Partisipan Sebelum dan Setelah Edukasi

Variabel	Sebelum		Setelah	
	n	%	n	%
Pengetahuan				
Baik	5	38.5	12	92.3
Kurang	8	61.5	1	7.7
Total	13	100	13	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan kegiatan edukasi, 8 partisipan (61,5%) memiliki tingkat pengetahuan yang rendah, sementara 5 partisipan (38,5%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Setelah dilakukan kegiatan edukasi, hanya 1 partisipan (7,7%) yang masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah, sedangkan 12 partisipan (92,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik.

Meningkatkan literasi dan pengetahuan sangatlah penting karena

keduanya berperan utama dalam meningkatkan kualitas hidup individu serta kesejahteraan masyarakat. Literasi yang baik memungkinkan individu memahami informasi secara mendalam dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam konteks kesehatan, ekonomi, dan sosial. Misalnya, literasi kesehatan yang tinggi memungkinkan seseorang membuat keputusan kesehatan yang lebih baik, seperti menjalani pemeriksaan rutin atau menghindari kebiasaan yang berbahaya (Graham et al., 2022).

Pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada **gambar 1**.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Edukasi Bagi Penjamah Makanan

Hasil post-test menunjukkan bahwa kegiatan edukasi bagi penjamah makanan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan. Peningkatan ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti keterlibatan penjamah makanan dalam setiap sesi edukasi, penggunaan metode diskusi dan ceramah, serta dukungan media tambahan seperti materi edukasi untuk memperkuat literasi kesehatan. Kegiatan edukasi juga terbukti menjadi intervensi yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan penjamah makanan (Glynn & Simpson, 2021).

Melalui kegiatan edukasi, penjamah makanan dapat memperoleh pemahaman dalam mengakses informasi kesehatan yang terpercaya serta berkomunikasi dengan jelas dan efektif dengan tenaga kesehatan. Hal ini tidak hanya bermanfaat bagi penjamah makanan dalam membuat keputusan kesehatan yang lebih baik, tetapi juga berdampak pada pengunjung kantin dengan mendorong perubahan perilaku kesehatan secara kolektif (Budiningsari et al., 2023). Beberapa penelitian

menunjukkan bahwa kegiatan edukasi bagi penjamah makanan dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang komponen nutrisi, seperti kalori, lemak, gula, dan kandungan garam dalam makanan. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai nutrisi makanan, pengelola kantin dapat menyiapkan dan menyajikan pilihan makanan yang lebih sehat sekaligus memberikan informasi kepada konsumen tentang opsi makanan yang lebih bergizi (Kaczmarczyk et al., 2021).

Kesimpulan dan Saran

Secara signifikan kegiatan edukasi memberikan dampak peningkatan pengetahuan kesehatan di kalangan penjamah makanan sebelum dan sesudah intervensi. Peningkatan pengetahuan ini berperan penting dalam menciptakan kantin sehat, terutama dalam mendukung kebiasaan makan bergizi serta mengedukasi civitas akademika di kampus, khususnya pengunjung kantin, untuk memilih makanan yang lebih sehat.

Sebaiknya kegiatan edukasi dibarengi dengan praktik dan simulasi agar para penjamah makanan tidak hanya mengalami peningkatan dari segi pengetahuan, tapi juga mendapatkan peningkatan dari segi keterampilan. Kombinasikan ceramah dengan diskusi, studi kasus, dan simulasi praktik langsung agar peserta lebih aktif dan memahami materi dengan baik. Adakan sesi pembinaan rutin dan evaluasi berkala untuk memastikan penerapan ilmu yang telah dipelajari. Sebagai motivasi, berikan sertifikat keikutsertaan atau insentif kecil bagi peserta yang aktif dan berprestasi dalam kegiatan. Dengan strategi ini, kegiatan edukasi bagi penjamah makanan dapat lebih efektif, berkelanjutan, dan berdampak positif dalam meningkatkan kesehatan dan keamanan pangan di lingkungan kantin.

Daftar Pustaka

Budiningsari, D., Helmiyati, S., Wisnususanti, S.U., Lestari, L.A., Putie, S.A. (2023). Customer satisfaction and the food traffic

-
- light system survey, menu development and HACCP training to improve the food service quality of canteens. *Journal of Community Empowerment for Health (JCOEMPH)*.2023; 6 (1): 30-36.
- FAO & WHO. (2023). *Good Food Hygiene Practices: A Framework for the Food Safety in University Cafeterias*.
- Glynn, D., & Simpson, S. (2021). "The role of digital tools in promoting health literacy." *Journal of Health Communication*.
- Graham, M., et al. (2022). "Health Literacy and Its Impact on Public Health." *Journal of Public Health Education*.
- Jia, Y., & Yang, L. (2021). "Impact of Health Promoting Universities on Students' Mental Health in China: A Longitudinal Study." *Journal of Global Health Reports*, 5, e2021032
- Kaczmarczyk, M. et al. (2021). "The impact of nutrition training for foodservice staff on the quality of food choices." *Journal of Nutrition Education and Behavior*.
- Kusuma, A. A., & Putri, D. W. (2022). "Evaluasi Praktik Hygiene dan Sanitasi Penjamah Makanan di Kantin Kampus." *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 17(4), 203-212
- Stanford Social Innovation Review. (2024). *Collective Impact for Health and Wellbeing: Lessons from UCLA's Healthy Campus Initiative*. Diakses pada tanggal 10 November 2024, dari ssir.org.
- Sunarya, Ryanangga Oktafani. (2019). Gambaran Higiene dan Sanitasi Makanan di Kantin Kampus C Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Kesehatan Lingkungan* 11(2): 158-164
- Uyamadu Evelyn Anuli, Haita Ndimballan, Alasana Kanteh, Modou Lamin Bah. (2022). A Comparative Study on Food Hygiene and Safety Practices of Local and Contemporary Bread Bakers in the Gambia. *American Journal of Food Science and Technology*; 10(4):153-161. doi: 10.12691/ajfst-10-4-2.