

PENYULUHAN HYGIENI DAN SANITASI MAKANAN PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI PUKESMAS AIR TAWAR KOTA PADANG

YUSTI SIANA^{1,*}, MHD NURHUDA², RINITA AMELIA³, MUHAMAD IVAN⁴,
EFRIZA⁵, RAHMA TRI YANA⁶

^aBagian Gizi Fakultas, Ilmu Bedah, Histologi, Ilmu Bedah, Histologi, Bagian Parasitologi
Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah
Email : Yustisiana@fk.unbrah.ac.id

ABSTRAK

Sanitasi Makanan Mencegah kontaminasi makanan dengan zat-zat yang dapat mengakibatkan gangguan kesehatan diperlukan penerapan sanitasi makanan. Sanitasi makanan adalah usaha untuk mengamankan dan menyelamatkan makanan agar tetap bersih. Sanitasi makanan adalah upaya-upaya yang ditujukan untuk kebersihan dan keamanan makanan agar tidak menimbulkan bahaya keracunan dan penyakit pada manusia. Untuk memelihara kesehatan masyarakat perlu sekali pengawasan terhadap pembuatan dan penyediaan bahan-bahan makanan dan minuman agar tidak membahayakan kesehatan masyarakat. Membicarakan sanitasi makanan, permasalahan yang menyangkut nilai gizi ataupun mengenai komposisi bahan makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, kurang diperhatikan. 6 Sanitasi makanan lebih ditekankan pada pengawasan terhadap pembuatan dan penyediaan bahan makanan agar tidak membahayakan kesehatan. Tujuan Hygiene dan Sanitasi Makanan Hygiene dan sanitasi makanan adalah upaya untuk mengendalikan faktor makanan, orang, tempat dan perlengkapannya yang dapat atau mungkin dapat menimbulkan penyakit atau gangguan kesehatan.

Kata Kunci: Covid19, Higienitas, sanitasi, makanan

ABSTRACT

Food Sanitation Prevents food contamination with substances that can cause health problems, it is necessary to apply food sanitation. Food sanitation is an effort to secure and save food to keep it clean. Food sanitation is efforts food hygiene and safety so as not to expose a danger of poisoning and disease in humans. In order to maintain public health, it is necessary supervision of the manufacture and supply of food ingredients and drinks so as not to endanger public health. Talking about sanitation food, problems concerning the nutritional value or the composition food ingredients that suit the needs of the body, less attention. Food sanitation more emphasized on supervision of the manufacture and provision of food so as not to endanger health. Hygiene Goals and Food Sanitation Food hygiene and sanitation is an effort to control the factors of food, people, places and equipment that can or may cause disease or health problems.

Keywords: covid19, hygiene, sanitation, food

PENDAHULUAN

Hygiene adalah upaya kesehatan dengan cara memelihara dan melindungi kebersihan individu, seperti mencuci tangan untuk kebersihan tangan, mencuci piring untuk melindungi kebersihan piring, membuang bagian makanan yang telah rusak. (Arisman, 2009). Sanitasi makanan adalah upaya untuk menjaga kebersihan dan keamanan makanan agar tidak terjadi keracunan dan penyakit pada manusia akibat makanan. (Aryanti, 2011). *Hygiene* dan sanitasi makanan adalah upaya kesehatan dalam memelihara dan melindungi kebersihan makanan, melalui pengendalian faktor lingkungan dari makanan yang dapat atau mungkin dapat menimbulkan penyakit dan gangguan kesehatan. (Asokawati R, Chahaya I, Dharma A, 2015). Sanitasi yang baik dapat mencegah penyakit. (Atun R, 2016). Sanitasi makanan merupakan salah satu dalam usaha menjaga kebersihan serta keamanan makanan untuk terhindar dari keracunan dan penyakit-penyakit. (Bhahnan, 2002). Sanitasi pangan/makanan adalah upaya untuk mencegah kemungkinan bertumbuhnya dan berkembang jasad renik pembusuk dan patogen dalam makanan, minuman, peralatan dan bangunan yang dapat merusak pangan dan

membahayakan manusia. (Budiman, Riyanto A, 2013). Definisi makanan adalah semua substansi yang dibutuhkan oleh tubuh tidak termasuk air, obat-obatan, dan substansi-substansi lain yang digunakan untuk pengobatan. Makanan sehat merupakan kebutuhan pokok manusia yang diperlukan setiap saat dan harus ditangani serta dikelola dengan baik dan benar. Makanan memiliki potensi kontaminasi *E. coli* mulai dari bahan makanan dan makanan yang baru matang. (Chandra B, 2007). Pada masa pandemi Covid-19 makanan yang memenuhi syarat tidak hanya sekedar memenuhi syarat gizi, menarik, rasanya enak, kelengkapannya sesuai, akan tetapi juga harus bebas dari berbagai mikroorganisme yang dapat membuat makanan menjadi rusak atau busuk. Perlu diperhatikan pula jangan sampai makanan yang disajikan menghasilkan zat yang berbahaya bagi kesehatan manusia. Kerusakan pada makanan atau bahan makanan yang terjadi dapat dilihat baik dari adanya perubahan bau, perubahan rasa, perubahan warna atau perubahan kelengkapan makanan atau bahan makanan itu. Akan tetapi, ada juga makanan yang tercemar ataupun rusak yang tidak memperlihatkan perubahan tersebut. Terjadinya pencemaran dapat dikarenakan oleh berbagai sumber seperti air yang digunakan tidak memenuhi syarat kesehatan. Makanan yang diletakkan di tempat terbuka juga dapat tercemar oleh kuman melalui udara. Tercemarnya makanan bisa pula melalui perantara lalat dan serangga. Penyebab lain tercemarnya makanan dapat terjadi karena kebersihan yang kurang dijaga pada area dapur, dan makanan yang dijamah oleh tangan manusia. Hygiene dan sanitasi dalam penerimaan, penyimpanan, dan distribusi bahan makanan harus diperhatikan karena hal ini terkait dengan keamanan makanan (*food safety*). (Depkes RI, 2000). Tujuan dari *food safety* adalah mencegah terjadinya penularan penyakit, polusi/pencemaran, penyakit akibat kerja, dan kecelakaan, serta tersedianya makanan yang berkualitas baik dan aman bagi pasien. Terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan dalam pengendalian terhadap keamanan makanan, yaitu bahan makanan, tempat/bangunan, peralatan, dan hygiene dan sanitasi makanan. Perilaku kebersihan diri dapat dipengaruhi oleh nilai serta kebiasaan yang dianut individu, disamping faktor budaya, sosial, norma keluarga, tingkat pendidikan, status ekonomi dan lain sebagainya. Adanya masalah pada kebersihan diri akan berdampak pada kesehatan seseorang. Saat seseorang sakit, salah satu penyebabnya adalah kebersihan diri yang kurang. Ini harus menjadi perhatian kita bersama, sebab kebersihan merupakan faktor 3 penting dalam mempertahankan derajat kesehatan individu.

METODE PELAKSANAAN

Kemenristek/BRIN menyarankan metode pelaksanaan pengabdian masyarakat di era covid-19 adalah sebagai berikut, Langsung Kegiatan dapat dilakukan di zona hijau dengan menerapkan protokol kesehatan, berupa memakai masker dan menjaga jarak. Kegiatan dapat berupa Penyuluhan dan demonstrasi, Terbatas Jumlah kelompok kecil terbatas, dan menerapkan protokol kesehatan. Penyuluhan, pelatihan, simulasi, dan permainan.

Kegiatan diadakan dipuskemas Air Tawar, Pengabdian dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan serta kegiatan ini dilakukan dalam 1 hari. Dalam kegiatan tersebut peserta berjumlah 24 orang. Kegiatan berupa penyuluhan dan dilakukan wawancara tentang *hygiene* dan sanitasi makanan, untuk pencegahan virus covid_19. Peserta diberikan beberapa pertanyaan tentang *hygiene* dan sanitasi makanan, dalam bentuk kuisioner.

Mitra berpartisipasi dalam menyediakan tempat, sarana dan prasarana tambahan untuk penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Pengabdian

Hasil Telah dilaksanakan PKM di Puskesmas Air Tawar pada hari Sabtu tanggal 8 Januari 2022. Metode penyuluhan digunakan adalah secara langsung karena daerah tersebut termasuk zona hijau. PKM dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan dengan menggunakan masker dan menjaga jarak. Kegiatan dilakukan selama satu hari. Dalam kegiatan ini mitra berpartisipasi membantu menyediakan tempat, sarana dan prasarana tambahan untuk

penyuluhan. PKM ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang *Hygiene* dan sanitasi makanan pada masa pandemi Covid-19 di Puskesmas Air Tawar . Kegiatan ini dilaksanakan dalam acara BAKSOS (*Medical Baiturrahmah Social Action*) Mahasiswa FK Universitas Baiturrahmah Angkatan 2020 di kecamatan Padang Utara bekerja sama dengan DKK

Kegiatan penyuluhan ini berjalan lancar dan respon pasien puskesmas peserta PKM cukup baik. Peserta yang hadir berjumlah 24 orang. Tim dosen FK Unbrah yang hadir 6 orang serta mahasiswa yang ikut berpartisipasi berjumlah 5 orang.

Sebelum penyuluhan dilakukan wawancara tanya jawab tentang *hygiene* dan sanitasi makanan di era pandemik guna mencegah virus Covid-19, dengan menggunakan kuisioner tentang pengetahuan *hygiene* dan sanitasi makanan.

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah Peserta	Persentase%
1	Laki-laki	5	72%
2	Perempuan	19	28%
		24	100%

Distribusi responden menurut jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu 72%

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Penyimpanan Makanan

No	Tingkat Pengetahuan	frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	18	75%
2	Kurang	6	25%
		24	100%

Pengetahuan Responden tentang penyimpanan makanan baik 75%

Tabel 3 Distribusi Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Pengolahan Makanan

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	22	92%
2	Kurang	2	8%
		24	100%

Pengetahuan Responden tentang pengolahan makanan baik 92%.



Gambar 1. Penyuluhan Masyarakat tentang Hiegni dan Sanitasi Makanan

B. Pembahasan

Telah dilakukan penyuluhan serta wawancara kepada responden tentang *hygiene* dan sanitasi makanan mengenai penyimpanan dan pengolahan makanan didapatkan hampir semua masyarakat mempunyai pengetahuan yang baik. Penyimpanan makanan harus menggunakan metode FIFO (*First In First Out*), artinya barang yang terlebih dahulu dimasukan pada penyimpanan harus terlebih dahulu dikeluarkan untuk menjaga kesegaran dari makanan

tersebut. Penyimpanan makanan dapat dilakukan di gudang dan lemari es pendingin . (Bakri, Intiyati & Widartik, 2018). Prilaku hidup sehat dan menjaga higienitas dan sanitasi makanan sangat penting untuk menghindari penyakit. Penyimpanan makanan akan mencegah pembusukan makanan secara cepat dan makanan terhindar dari mikroba yang berbahaya seperti tikus, kecoa, semut dan hewan lainnya. Pengolahan makanan adalah proses perubahan bentuk dari bahan mentah menjadi makanan jadi. masak atau siap untuk disantap dengan memperhatikan kaidah dalam pengolahan makanan, guna mencegah kontaminasi dari bakteri dan virus yang berbahaya bagi tubuh manusia. (Depkes RI, 2004).

KESIMPULAN

Pasien di wilayah kerja Puskesmas Air Tawar mempunyai Pengetahuan yang baik dalam pengolahan dan penyimpanan makanan.

REKOMENDASI

Saran Beberapa saran yang diberikan: 1) Bagi pasien di Puskesmas Air Tawar agar rutin memeriksakan diri ke puskesmas 2) Bagi Mitra/ Puskesmas Air Tawar : diharapkan bisa mengadakan acara penyuluhan secara rutin di puskesmas. Terima kasih atas semua fasilitas, sarana dan prasarana yg telah diberikan selama pengabdian ini. 3) Bagi Institusi Universitas Baiturrahmah, Terima kasih atas semua yang telah diberikan, seperti dukungan, bantuan moril dan materil, kemudahan-kemudahan hingga kegiatan pengabdian dapat terlaksana dengan baik dan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman (2009). *Keracunan Makanan*, Buku Ajar Ilmu Gizi. ECG. Jakarta
- Aryanti A (2011). Higiene dan sanitasi pengelolaan makanan di pesantren modern unggulan terpadu darul mursyid dan pesantren kh. ahmad dahlan kabupaten tapanuli utara tahun 2011. Medan. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara. Skripsi.
- Asokawati R, Chahaya I, Dharma A (2015). Gambaran higiene sanitasi penyelenggaraan makanan dan keberadaan bakteri *escherichia coli* pada peralatan makan di lingkungan kantin universitas sumatera utara tahun 2015. <http://download.portalgaruda.org/article.php> - diakses mei 2022
- Atun R (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi personal hygiene penjamah makanan di kantin universitas esa unggul tahun 2016. http://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Undergraduate-8203_JURNAL.pdf - diakses Mei 2022
- Bahnan (2002). Perilaku penjamah makanan terhadap higiene sanitasi pengolahan makanan di pondok pesantren darul arafah kabupaten deli serdang, sumatera utara. Medan. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara. skripsi.
- Budiman, Riyanto A (2013). *Kapita selekta kuesioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika. Hal. 66-69 22
- Bakri, B., Intiyati, A., dan Widartika. 2018. Sistem Penyelenggaraan makanan Institusi. Bahan Ajar Gizi. Kementerian kesehatan Republik Indonesia
- Chandra B (2007). *Pengantar Kesehatan Lingkungan*. Jakarta
- Depkes RI (2000). *Prinsip-prinsip higiene dan sanitasi makanan*. Jakarta
- Departemen Kesehatan RI, (2009) Modul Kursus Hygieni Sanitasi makanan dan Minuman Jakarta: Depkes RI sub Direktorat Sanitasi Makanan dan Bahan Pangan