

Menciptakan Makanan Sehat dan Bergizi Melalui Literasi Pengolahan yang Tepat di Instalasi Gizi RS X Jember

Annisa Nur Mahmudah¹, Agnes Candrika Trisna Maharani¹, Annisa' Kholifatu Qurrota A'yun¹, Mirza Fairuz Nafis¹, Nabila Safira Putri Madani¹, Sephiana Diah Anggraini¹, Farida Wahyu Ningtyias^{2*}, Anis Nur Laili³

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

²Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

³Rumah Sakit X Jember

*Corresponding author: farida.fkm@unej.ac.id

Abstract

Background: The implementation of hospital food is a series of activities ranging from menu planning, food needs planning, budget planning, food procurement, receipt and storage, food food cooking, distribution and recording, reporting and evaluation. Based on the results of the situation analysis, in the series of food service activities at the Nutrition Installation at RS X in Jember, several problems can be found. The purpose of this activity is that the target can understand about hygiene and sanitation, proper and correct food processing, and know how bacteria cause disease in food and the effects of food poisoning. **Method:** CEMAS GILA (Create Healthy and Nutritious Food through Proper Processing) is a nutrition education socialization program regarding proper and correct food processing, food hazards and hygiene and sanitation of food handlers which was held on Sunday, September 8, 2024 in the Nutrition Installation department room of RS X in Jember. **Results:** This activity was attended by 100% of the number of invitees and the results showed that the participants' knowledge increased by 16.7%. **Conclusion:** The implementation of the activity has reached the planned target of 15%, so it can be said that the increase in knowledge has been successful.

Keywords: Hygiene sanitation, food processing, food hazards, hospitals, personal hygiene.

Abstrak

Latar Belakang: Penyelenggaraan makanan rumah sakit adalah runtutan kegiatan mulai dari perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan, pemasakan bahan makanan, pendistribusian dan pencatatan, pelaporan dan evaluasi. Berdasarkan hasil analisis situasi, dalam rangkaian kegiatan penyelenggaraan makanan di Instalasi Gizi di RS X dapat ditemukan beberapa permasalahan. Tujuan dari kegiatan ini yaitu diharapkan sasaran dapat memahami mengenai hygiene sanitasi, pengolahan makanan yang baik dan benar, serta mengetahui cara bakteri yang menyebabkan penyakit pada makanan dan akibat keracunan makanan. **Metode:** CEMAS GILA (Ciptakan Makanan Sehat dan Bergizi melalui Pengolahan yang Tepat) merupakan program sosialisasi pendidikan gizi mengenai pengolahan bahan makanan yang baik dan benar, bahaya pangan serta hygiene sanitasi penjamah makanan yang dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 8 September 2024 di ruang pemorsian Instalasi Gizi RS X Jember. **Hasil:** Kegiatan ini dihadiri oleh 100% jumlah undangan dan diperoleh hasil bahwa pengetahuan peserta mengalami peningkatan sebesar 16,7%. **Kesimpulan:** Pelaksanaan kegiatan telah mencapai target yang telah direncanakan sebesar 15%, sehingga dapat dikatakan bahwa peningkatan pengetahuan berhasil.

Kata kunci: Hygiene sanitasi, pengolahan bahan makanan, bahaya pangan, rumah sakit, personal hygiene.

PENDAHULUAN

Penyelenggaraan makanan rumah sakit adalah runtutan kegiatan mulai dari perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan, pemasakan bahan makanan, pendistribusian dan pencatatan, pelaporan dan evaluasi. Penyelenggaraan makanan rumah sakit bertujuan untuk memberikan makanan yang bermutu, memenuhi kebutuhan gizi, terjamin keamanan dan dapat diterima oleh pasien agar status gizi pasien menjadi baik. Salah satu tugas dari pelayanan bagian gizi di rumah sakit adalah menyediakan makanan kepada pasien. Pelayanan gizi di rumah sakit merupakan pelayanan yang disediakan dan sesuai dengan kondisi pasien berdasarkan kondisi status gizi, klinis, dan status metabolisme tubuh. Status gizi pasien mempunyai pengaruh yang besar pada proses penyembuhan penyakit, sebaliknya proses perjalanan penyakit juga dapat mempengaruhi status gizi pasien (1).

Penyelenggaraan makanan di RS X Jember dilakukan dengan cara semi *outsourcing* bekerjasama dengan PT. B. Sehingga Sumber Daya Manusia penjamah makanan di RS X yaitu karyawan *outsourcing* dari PT.B. Penyelenggaraan makanan sangat bergantung pada *hygiene* dan sanitasi makanan, sehingga makanan yang disajikan tidak menjadi sumber penyakit bagi pasien yang mengonsumsi. Oleh karena itu, dalam proses pengolahan makanan pasien sangat penting untuk menjaga dan memperhatikan kebersihan. Hal ini disebabkan karena manusia berhubungan secara langsung dalam menimbulkan kontaminasi makanan baik itu dari penjamah, produsen, dan pelayan yang memiliki kesempatan untuk mencemari makanan melalui tahapan pengolahan, penyajian, dan sebagainya.

Berdasarkan hasil analisis situasi, dalam rangkaian kegiatan penyelenggaraan makanan di Instalasi Gizi di RS X Jember dapat ditemukan beberapa permasalahan. Permasalahan tersebut yaitu ketika proses persiapan bahan makanan, bahan makanan dipotong terlebih dahulu lalu dicuci. Selain itu, terdapat 7 penjamah makan dari 14 penjamah makan yang mencicipi makanan langsung menggunakan tangan tanpa menggunakan sendok, membuka bungkus bumbu menggunakan gigi, dan menyentuh gigi ketika berlangsung proses pemorsian. Berdasarkan hal tersebut, kelompok kami akan melakukan sosialisasi mengenai pengolahan bahan makanan yang baik dan benar, bahaya pangan serta *hygiene* sanitasi penjamah makanan. Tujuan diadakannya pendidikan gizi berdasarkan analisis situasi adalah untuk meningkatkan pengetahuan mengenai adanya bahaya yang ditimbulkan oleh cemaran akibat pengolahan yang kurang tepat serta kurangnya *hygiene* dan sanitasi pada proses pengolahan bahan makanan. Diharapkan dengan peningkatan pengetahuan potensi penyakit pada makanan dan akibat keracunan makanan dapat dicegah dan melindungi pasien serta menjamin kualitas penyelenggaraan makanan di RS X Jember.

METODE

Kegiatan pendidikan gizi ini menggunakan metode penyuluhan kelompok kecil mengenai *hygiene* sanitasi, pengolahan makanan yang baik dan benar, mengetahui cara bakteri yang menyebabkan penyakit pada makanan dan akibat keracunan makanan. Media yang digunakan dalam kegiatan pendidikan gizi ini adalah *leaflet* dan poster. Peserta kegiatan terdiri dari *staff* PT. B sebagai pihak penyelenggaraan makanan di Instalasi Gizi RS X Jember yang berjumlah 15 orang. Kegiatan dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 8 September 2024 di ruang pemorsian Instalasi Gizi RS X Jember pada pukul 11.45 WIB. Sebelum kegiatan dimulai

para peserta diberikan *pre-test* dengan 4 pertanyaan pilihan ganda yang berhubungan dengan materi yang disampaikan. Pada akhir kegiatan, peserta diberi *posttest* yang sama dengan *pre-test* guna mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Keberhasilan kegiatan dievaluasi dengan membandingkan rata-rata persentase jawaban benar pada kegiatan pre dan post test yaitu sebesar 15%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Realisasi Pemecahan Masalah

Kegiatan pendidikan gizi dengan judul "CEMAS GILA" dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 8 September 2024 dan bertempat di dalam dapur instalasi gizi RS X Jember bagian ruang pemorsian dan distribusi makanan. Kegiatan "CEMAS GILA" dimulai pada pukul 11.45 tepat setelah distribusi makanan kepada pasien. Seluruh peserta yang terdiri dari staf gizi, *service*, *cook*, dan *housekeeping* berkumpul di lokasi kemudian mengisi daftar hadir, namun ada beberapa staf yang datang menyusul dikarenakan masih ada pekerjaan yang harus diselesaikan.

Kegiatan pendidikan gizi dibuka oleh MC sekaligus pemateri "CEMAS GILA" dan dilanjutkan dengan mengisi *pre-test* yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum diadakannya pendidikan gizi, dan setelah kegiatan akan dilakukan pengukuran kembali untuk *post-test* sebagai bentuk evaluasi untuk melihat keberhasilan kegiatan dengan membandingkan keadaan sebelum dan setelah pemberian pendidikan gizi. Tingkat efektivitas dari kegiatan ini juga berkaitan dengan metode yang digunakan. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maulany (2020), yaitu ceramah dan diskusi cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan (2). Setelah materi disampaikan, peserta mengisi lembar *post-test* yang bertujuan untuk mengukur pemahaman peserta setelah dilakukannya pendidikan gizi. Materi yang disampaikan pada kegiatan ini adalah bahaya pangan, cara pengolahan bahan makanan berupa sayuran, buah, daging dan unggas.

Sebelum materi dimulai panitia membagi lembar *leaflet* kepada peserta, kemudian sembari materi dijelaskan dapat dilihat melalui *leaflet*. Media yang digunakan oleh pemateri adalah *leaflet* dan poster. Metode yang digunakan adalah metode penyuluhan dan diskusi kelompok kecil dua arah antara pemateri dan peserta yang dipimpin oleh pemateri. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2020), diperoleh informasi bahwa metode ceramah dan diskusi kelompok efektif dalam membantu pemahaman pengetahuan peserta promosi Kesehatan (3). Sesi terakhir adalah membagi *doorprize* dengan syarat dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Seluruh sesi telah dilakukan dan diakhiri dengan penutupan serta dokumentasi.

Sasaran

Peserta yang datang sebanyak 15 orang sesuai dengan rencana sasaran, terdiri dari 3 orang *staff* gizi, 7 orang *service*, 2 orang *cook*, dan 3 orang *housekeeping*.

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan berlangsung pada hari Minggu tanggal 8 September 2024 pada pukul 11.45 WIB. Acara dimulai lebih cepat 15 menit dikarenakan masih banyak pekerjaan yang harus diselesaikan berupa pendistribusian makanan, sehingga kegiatan diharapkan tidak

mengganggu pekerjaan yang menjadi tugas utama karyawan. Kegiatan dilakukan di instalasi gizi RS X Jember bagian pemorsian dan distribusi makanan.

Hasil dan Evaluasi Kegiatan

1. *Adequacy of Performance* Kegiatan "CEMAS GILA"

Adequacy of Performance merupakan pengukuran dari keberhasilan kegiatan yang ditinjau melalui kehadiran target atau peserta. Cara mengukurnya adalah dengan membandingkan total kehadiran peserta dengan target awal yang direncanakan, untuk kehadiran peserta dilihat melalui daftar hadir yang telah diisi saat kegiatan berlangsung. Sasaran dari kegiatan ini adalah sebanyak 15 orang pekerja di PT. B yang terdiri dari *staff* gizi, *service*, *cook*, dan *housekeeping*. Karena acara diadakan pada pukul 11.45 WIB, maka peserta merupakan *staff* yang masuk pagi. Kegiatan dimulai lebih awal 15 menit dikarenakan *staff* memiliki pekerjaan lain yang perlu diselesaikan, setelah distribusi makanan acara dibuka. Peserta datang tepat waktu namun ada beberapa yang menyusul dikarenakan adanya pekerjaan yang harus diselesaikan. Total kehadiran peserta dari kegiatan "CEMAS GILA" berdasarkan daftar hadir adalah sebanyak 15 orang, berikut merupakan perhitungan menggunakan formula:

$$\textit{Adequacy of Performance} = \frac{\textit{Kehadiran Peserta}}{\textit{Target Sasaran}} \times 100\%$$

$$\textit{Adequacy of Performance} = \frac{15}{15} \times 100\%$$

$$\textit{Adequacy of Performance} = \frac{15}{15} \times 100\%$$

$$\textit{Adequacy of Performance} = 100\%$$

Keterangan :

<50% = Peserta tidak mencukupi dan kegiatan tidak sukses

50-75 = Kegiatan tidak sukses dari segi peserta

>75% = Kegiatan sukses dan peserta mencukupi

Berdasarkan hasil perhitungan diketahui *Adequacy of Performance* sebesar 100%, hal ini berarti seluruh peserta hadir di kegiatan "CEMAS GILA" dan kriteria kecukupan dalam segi peserta dianggap sukses.

2. Evaluasi Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

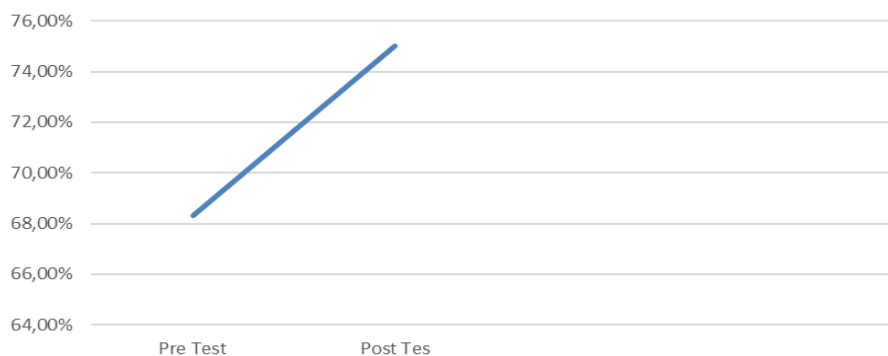
Media poster termasuk salah satu media yang paling tepat dimanfaatkan dalam promosi kesehatan dimana pada salah satu penelitian yang dilakukan oleh Jumilah dkk (2015) mengenai efektifitas media poster dalam peningkatan pengetahuan tentang kesehatan gigi, diperoleh hasil bahwa perbedaan pengetahuan responden sangat signifikan antara *pre-test* dan *post-test* dengan nilai *pre-test* rata-rata 68,3% sedangkan *post-test* meningkat menjadi 75%. Pada penelitian tersebut diketahui bahwa media poster dapat berdampak pada peningkatan pengetahuan serta terdapat beberapa kelebihan dan kekurangan pada tahapan pemahaman materi pada media poster seperti mampu memunculkan kekuatan visual, pesan, dan warna. Sesuai pada tujuan poster, poster dapat berupa gambar dengan warna menarik yang menyampaikan makna spesifik yang ingin disampaikan pembuat poster dan menarik perhatian orang yang melihat.

Selain itu, media poster yang dipakai instruktur penyuluh memudahkan penyampaian konten sehingga memudahkan peserta masyarakat memahami konten yang diberikan penyuluh dan membantu mencapai tujuan pembelajaran. Pada penelitian lain yang dilakukan di panti asuhan Nirmala mengenai cara pengolahan bahan makanan, penyuluhan yang dilakukan dengan memanfaatkan media poster berdampak pada peningkatan pengetahuan dan penerapan pada penjamah makanan secara signifikan (4).

Peningkatan pengetahuan peserta dilihat melalui hasil *pre-test* dan *post-test* yang terdiri dari 4 soal berupa pilihan ganda dengan target pengetahuan sebesar 15%. Pada hasil *pre-post test* dihitung jumlah peserta yang menjawab benar untuk setiap pertanyaan dan kemudian dibandingkan rata-ratanya. Berdasarkan perhitungan dari hasil *pre-test* dan *post-test* ditemukan terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 16,7%, dan telah mencapai target sebesar 15% yang direncanakan, sehingga dapat dikatakan bahwa peningkatan pengetahuan berhasil. Pada *pre-post* didapatkan hasil rata-rata sebesar 68,3% sedangkan untuk hasil *post-test* sebesar 75%. Jika dilihat dari perubahan jawaban benar, ada peningkatan jumlah peserta yang menjawab benar pada pertanyaan no 3 yaitu tentang lama penyimpanan buah yang telah dipotong agar tetap dikonsumsi ketika kadar nutrisi pada buah terjaga dan tidak berkurang secara signifikan sedangkan untuk pertanyaan 1 dan 4 yaitu tentang bahaya pangan dan penggunaan minyak dalam jenis pengolahan menggoreng jumlah peserta yang menjawab benar tidak ada perubahan. Namun pada pertanyaan no 2 yaitu tentang teknik pengolahan untuk menjaga kualitas sayuran mengalami penurunan, hal ini dapat terjadi karena peserta tidak memperhatikan secara seksama selama penyampaian materi. Analisis hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Penghitungan *Pre-test* dan *Post-test*

No	Soal Ke-	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
		Jumlah yang Benar	Persentase	Jumlah yang Benar	Persentase
1.	1	13	86,7%	13	86,7%
2.	2	9	60%	8	53,3%
3.	3	8	53,3%	13	86,7%
4.	4	11	73,3%	11	73,3%
Rata - rata		41	68,3%	43	75%



Gambar 1. Grafik Hasil Peningkatan *Pre-test* dan *Post-test*

3. Evaluasi Hasil Kegiatan

Acara dimulai lebih cepat dari jadwal yang telah disusun dikarenakan jam kerja peserta yang akan segera selesai dan meninggalkan lokasi, maka dari itu acara dimulai 30 menit lebih awal agar peserta tidak pulang terlebih dahulu. Ketika acara penyuluhan berlangsung peserta kurang kondusif dimana terdapat beberapa peserta yang tidak memperhatikan pemateri, mengobrol dengan satu sama lain atau bermain ponsel, namun seiring acara berlangsung moderator dan juga pemateri berusaha untuk menarik perhatian peserta untuk fokus kepada penyuluhan. Hal ini dapat disebabkan karena ketidaktarikan peserta terhadap materi yang disampaikan atau kemampuan pemateri dalam penyampaian materi menjadi tidak menarik sehingga fokus peserta pun terganggu.

Dalam melakukan penyuluhan digunakan media berupa poster dan juga leaflet yang dapat dilihat pada gambar dibawah.



Gambar 2. Media Leaflet "Cemas Gila"

Penggunaan warna yang tidak kontras dengan satu sama lain dan juga menarik membantu menangkap perhatian dan fokus pembaca. Materi yang dituliskan juga dapat dibaca dengan jelas karena tidak terlalu banyak dan hanya inti tiap poin-poin materi saja, pemberian foto serta ilustrasi juga membantu dalam pemahaman pembaca.



Gambar 3. Media Poster “Cemas Gila”

Susunan dan tata letak materi yang disampaikan melalui media poster mudah untuk dibaca serta dipahami dengan bantuan penggunaan warna yang tidak kontras dan ukuran font yang tidak terlalu kecil. Efektivitas dari kegiatan “CEMAS GILA” dihitung menggunakan jumlah presentase peningkatan *pre-test* dan *post-test* dibagi dengan target, yaitu sebagai berikut:

$$\text{Efektivitas Kegiatan} = \frac{\text{Peningkatan}}{\text{Target}}$$

$$\text{Efektivitas Kegiatan} = \frac{16,7\%}{15\%}$$

$$\text{Efektivitas Kegiatan} = 1,1\%$$

Keterangan:

- <1 : Kurang efektif
- 1 : Efektif
- >1 : Sangat efektif

Menurut hasil dari formula di atas, ditemukan bahwa persentase efektivitas sebesar 1,1% yang berarti sangat efektif. Hal ini disebabkan karena aktifnya diskusi antara pemateri dan peserta dan peserta memperhatikan materi dengan baik. Selain itu, pemateri yang menjelaskan materi dengan baik dan ketepatan media yang digunakan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Hartati, 2020) diperoleh hasil bahwa media poster maupun *leaflet* sama sama efektif dalam meningkatkan pengetahuan pada penyuluhan Kesehatan (5).

4. Hambatan dan Solusi

Hambatan yang terjadi selama perencanaan sampai pelaksanaan kegiatan yaitu peserta kurang kondusif saat kegiatan berlangsung, Solusi yang diberikan adalah mengingatkan peserta kemudian melanjutkan kegiatan. Selain itu, kegiatan dimulai lebih cepat 15 menit. Hal ini terjadi karena adanya beberapa staf yang belum menyelesaikan pekerjaannya dan diharuskan untuk menyelesaikan. Solusi yang diberikan adalah persiapan dimulai lebih awal, karena pihak PT. B sebelumnya telah menginformasikan bahwa acara akan dimulai lebih cepat dikarenakan adanya tanggung jawab pekerjaan.

KESIMPULAN

Tujuan diadakannya pendidikan gizi berdasarkan analisis situasi adalah untuk meningkatkan pengetahuan mengenai adanya bahaya yang ditimbulkan oleh cemaran akibat pengolahan yang kurang tepat serta kurangnya hygiene dan sanitasi pada sebelum pengolahan sampai pengolahan bahan makanan yang diukur menggunakan indikator berupa *pre-test* dan *post-test*. Kegiatan pendidikan gizi dengan judul "CEMAS GILA" dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 8 September 2024 dan bertempat di dalam dapur instalasi gizi RSD. Dr. Soebandi bagian ruang pemorsian dan distribusi makanan yang dihadiri sebanyak 15 peserta. Berdasarkan hasil perhitungan diketahui Adequacy of Performance sebesar 100%, hal ini berarti seluruh peserta hadir di kegiatan "CEMAS GILA" dan kriteria kecukupan dalam segi peserta dianggap sukses. Berdasarkan perhitungan dari hasil *pre-test* dan *post-test* ditemukan hasil peningkatan pengetahuan sebesar 16,7% dengan jumlah jawaban benar sebanyak 43. Angka tersebut telah mencapai target yang telah direncanakan sebesar 15%, sehingga dapat dikatakan bahwa peningkatan pengetahuan berhasil. Berdasarkan hasil perhitungan persentase efektivitas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan "CEMAS GILA" sangat efektif dilakukan dengan hasil sebesar 1,1%.

REFERENSI

1. Kemenkes RI. 2013. Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit 2013. Jakarta : Kementerian Kesehatan R.I.
2. Maulany, L. E. (2022). Efektivitas Layanan Informasi dengan Metode Ceramah dan Diskusi untuk Mengubah Persepsi Siswa Tentang Disiplin Belajar: *Array. eductum: Jurnal Literasi Pendidikan*, 1(2), 246-253.
3. Suryani, L. (2020). Efektivitas Metode Ceramah Dan Diskusi Kelompok Terhadap Kepatuhan Remaja Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(1), 46-54.
4. Nabila, N., & Andriani, A. (2020). Pengaruh penyuluhan dengan media poster terhadap peningkatan pengetahuan dan penerapan teknik pengolahan bahan makanan pada penjamah makanan di Panti Asuhan Kota Banda Aceh. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 1(2), 195-200.
5. Hartati, I., Sumarni, E., & Fransiska, R. (2020). Efektivitas Media Leaflet dan Poster terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Pencegahan HIV/AIDS di MAN 2 Langsa. *Jurnal Pendidikan dan Praktik Kesehatan*, 3(2).