

Original Research Paper

## Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Penjamah Makanan Di Kantin Lingkungan Universitas Mataram

Nurmi Hasbi<sup>1\*</sup>, Tania Happy Candrawati<sup>2</sup>, Ni Wayan Puspa Wijaya<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Departemen Mikrobiologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

DOI :<https://doi.org/10.29303/jpmipi.v7i2.7940>

Sitasi: Hasbi, N., Candrawati, T. H., & Wijaya, N. W. P. (2024) Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Penjamah Makanan Di Kantin Lingkungan Universitas Mataram. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 7(2)

### Article history

Received : 19 Februari 2024

Revised: 15 Mei 2024

Accepted: 30 Mei 2024

\*Corresponding Author: Nurmi Hasbi, Departemen Mikrobiologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia  
Name;

Email:

[nurmihhasbi@unram.ac.id](mailto:nurmihhasbi@unram.ac.id)

**Abstract:** Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a good practice that must be implemented by everyone in maintaining personal and environmental cleanliness. This service activity aims to provide health education about good and correct PHBS to food handlers in the canteen at the University of Mataram. The service method used is interactive discussion and question and answer. Service members consist of lecturers and students from the medical education study program, Faculty of Medicine and Health Sciences, Mataram University. The service participants consisted of 10 food handlers from 7 canteens including the UNRAM food court, the Faculty of Medicine and Health Sciences canteen, the UPT Language Center canteen, the Faculty of Mathematics and Natural Sciences canteen, the Faculty of Business Economics canteen, the International Relations or Law canteen and the Faculty canteen Education Science Teacher. The questionnaire showed that as many as 90% of food handlers did not wear masks, 80% did not use gloves, 70% did not use aprons and 100% of food handlers did not know the practice of the 6 steps for washing hands. It is hoped that this service activity can educate food handlers. This is because the quality of food is not only seen from nutrition and appearance, but must be free from any potential infectious agents that can occur or are known as food borne diseases. The service participants felt satisfied and understood the PHBS steps that the service had conveyed.

**Keywords:** canteen, clean and healthy Living Behavior, canteen, food handler

### Pendahuluan

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan perilaku yang harus dipraktikkan oleh masyarakat untuk peduli terhadap kesehatan diri dan lingkungan sekitarnya (Kemenkes RI, 2011). Kesadaran masyarakat dalam menerapkan PHBS dinilai masih rendah, sehingga akibatnya masih banyak masyarakat yang kurang dalam menjaga kebersihan (Riskiya & Jelita, 2022). Sejak tahun 2019, program PHBS telah dilaksanakan oleh pemerintah yaitu oleh Pusat Penyuluhan Kesehatan (Tangan, 2020). PHBS bertujuan untuk

meningkatkan pengetahuan, kesadaran dari masyarakat untuk terus menjaga kebersihan diri. Ada lima tatanan yang PHBS dapat diterapkan pada tatanan tersebut seperti sekolah, tempat kerja, rumah tangga, sarana kesehatan dan tempat-tempat umum (Husna & Marcellia, 2018).

Kantin merupakan salah satu sarana umum yang digunakan sebagai tempat menjual minuman atau makanan. Makanan yang dijual di kantin berupa yang diolah. Kantin sebagai sarana penyediaan makanan dan minuman harus memiliki sarana fasilitas sanitasi dasar seperti tempat cuci tangan, tempat cuci peralatan, tempat sampah,

saluran pembuangan air limbah dan penyediaan air bersih untuk kantin. Tindakan ini bertujuan untuk memenuhi syarat kesehatan dan upaya dalam mencegah terjadinya kontaminasi penularan makanan oleh mikroba akibat sanitasi lingkungan. Kantin dapat menjadi tempat penyebaran penyakit yang mediana melalui makanan dan minuman. Hal ini dikarenakan makanan dan minuman yang dijual di kantin berpotensi menyebabkan penyakit bawaan jika tidak dikelola dan ditangani dengan baik. hal yang penting dalam menunjang terwujudnya makanan dapat dilihat dari bagaimana perilaku penjamah makanan saat mengolah makanan yang dijual tersebut (Zenbaba *et al.*, 2022)

Penjamah pangan adalah orang yang melakukan kontak langsung dengan pangan dan peralatan pada saat penyiapan, pembersihan, pengolahan, dan penyajian. Penjamah makanan dapat mengkontaminasi makanan melalui kebersihan tangan yang tidak tepat, kebersihan peralatan yang tidak memadai, dan menyimpan makanan di tempat yang tidak bersih (Rahmah & Kamal, 2022)). Sekitar 97% tangan dapat menyebabkan keracunan makanan melalui kontaminasi silang (Labović *et al.*, 2023). Makanan yang diolah dengan buruk dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti diare dan keracunan makanan (Zenbaba *et al.*, 2022).

**Metode**

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk kegiatan penyuluhan kesehatan dalam menjaga perilaku bersih dan sehat (PHBS). Anggota tim kegiatan pengabdian terdiri dari ketua tim dosen dan anggota yang merupakan mahasiswa program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah penjamah makanan di kantin lingkungan Universitas Mataram.

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di kantin lingkungan Universitas Mataram. Kegiatan dilaksanakan pada hari jum'at tanggal 6 Mei 2024. Kegiatan diawali dengan penyuluhan praktik perilaku hidup bersih dan sehat meliputi cara penggunaan masker, cuci tangan menggunakan sabun dan handsanitizier dan pemilihanan sampah organik maupun non organik. Kegiatan pengabdian ini juga disertai dengan tanya

jawab dan pembagian paket PHBS meliputi masker, sabun cuci tangan, hansanitizier dan *pamflet* PHBS.

**Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 10 orang penjamah makanan dari 7 kantin yang berada di lingkungan Universitas Mataram. Ketujuh kantin tersebut diantaranya *food court* UNRAM, kantin Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, kantin UPT Pusat Bahasa, kantin Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, kantin Fakultas Ekonomi Bisnis, kantin Hubungan Internasional atau Hukum dan kantin Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan PHBS, peserta diminta untuk mengisi kuisioner mengenai perilaku menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Kuisioner ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta mengenai kebersihan diri dan lingkungan. Dengan mengetahui tingkat pengetahuan mereka, tim pengabdian dapat merancang penyuluhan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan peserta (Tabel 1). Pemberian kuisioner ini juga ingin mengetahui bagaimana kebiasaan penjamah makanan dalam menjaga kebersihan diri sebelum dan sesudah menyajikan makanan kepada konsumen (Gambar 1 dan Gambar 2).

Tabel 1. Kuisioner PHBS Penjamah Makanan di Kantin Lingkungan Universitas Mataram

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	Persentase (%)	
	Ya	Tidak
Pemakaian masker saat menyajikan makanan	10	90
Pemakaian sarung tangan saat menyajikan makanan	20	80
Pemakaian celemek saat menyajikan makanan	30	70
Mencuci tangan sebelum menyajikan makanan	100	0
Mencuci tangan setelah menyajikan makanan	100	0
Mengeringkan tangan setelah mencuci tangan	70	30
Menggunakan cairan pembersih tangan seperti sabun atau hand sanitizier	30	70
Mengetahui cara mencuci tangan yang benar dengan 6 langkah	0	100

Penyuluhan terkait PHBS pada penjamah makanan merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk mendorong rasa kesadaran para penyaji makanan dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Tujuan akhir dari menjaga PHBS adalah agar makanan yang disajikan pada konsumen bersih dan sehat. Penyuluhan, informasi dan pengetahuan tentang PHBS disampaikan secara interaktif dan edukatif kepada peserta. Diharapkan bahwa dengan pendekatan ini, peserta akan lebih mudah memahami pentingnya menjaga kebersihan. Dalam kesempatan ini, melalui penyuluhan kesehatan ini, diharapkan penjamah makanan dapat lebih peduli terhadap kesehatan, dan memiliki kemauan untuk melakukan tindakan yang baik bagi kesehatan pribadi mereka.



Gambar 1. Wawancara dan pengisian kuisioner

Berdasarkan kuisioner pada Tabel 1, terlihat bahwa mayoritas penjamah makanan tidak menggunakan masker dalam menyajikan makanan dengan persentase sebesar 90%. Penggunaan masker sangat dianjurkan bagi penjamah makanan dalam menyajikan makanannya pada konsumen. Pemakaian masker bertujuan untuk menyaring dan menangkap partikel seperti debu dan aerosol dari udara agar tidak masuk ke dalam tubuh melalui hidung maupun mulut (Pratiwi, 2020). Namun pentingnya masker untuk aktivitas sehari-hari bagi para pekerja harian masih perlu disosialisasikan dan ditegaskan. Penjamah makanan juga sedikit yang menggunakan sarung tangan saat menyajikan makanan yaitu sebesar 80%. Kondisi ini berarti penjamah makanan dalam menyajikan makanan hanya menggunakan tangan. Tangan yang kurang bersih dapat menjadi media perantara penularan

penyakit kulit yang akan mengontaminasi makanan yang disajikan kepada konsumen (Nasution, 2020).

Penjamah makanan juga hanya sebesar 30% yang menggunakan celemek, sedangkan 70%nya tidak menggunakan celemek saat menyajikan makanan pada konsumen. Celemek atau yang sering dikenal apron. Fungsi celemek adalah untuk melindungi pakaian dari kotoran dan melindungi bagian tubuh yang ditutupinya. Menteri Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa penjamah makan diwajibkan menggunakan celemek atau apron dalam menyajikan makanan yang terdapat dalam peraturan yang terjuang pada peraturan nomor 1096/MENKES/PER/VI/2011 (Kemenkes RI, 2011). Penjamah makanan telah menerapkan sikap mencuci tangan sebelum dan setelah menyajikan makanan. Kedua hal ini merupakan sikap baik yang telah dimiliki oleh penjamah makanan di kantin lingkungan Universitas Mataram. Kegiatan mencuci tangan menggunakan air mengalir yang bersih saat sebelum dan sesudah menyajikan makanan merupakan kegiatan wajib yang dapat menghindarkan dari food borne disease (Nazahah *et al.*, 2022). Foodborne illness adalah gangguan kesehatan atau sakit yang diakibatkan oleh konsumsi pangan yang telah terkontaminasi mikroba pathogen kuman atau bahan kimia berbahaya bagi tubuh.



Gambar 2. Edukasi Penjamah Makanan di salah satu kantin lingkungan Universitas Mataram

Semua penjamah makanan di kantin lingkungan Universitas Mataram belum mengetahui 6 langkah mencuci tangan dengan benar dan tepat. Hasil ini dapat dilihat pada kuisioner Tabel 1 sebanyak 100% penjamah tidak mengetahui cara 6

langkah mencuci tangan. Ketidaktahuan penjamah makanan terkait hal ini sangat tidak baik, hal ini dikarenakan penjamah makanan hanya mencuci tangan dengan sekedarnya seperti menggunakan sabun langsung dibilas setelahnya. Enam langkah mencuci tangan yang benar menurut WHO diantaranya Pertama membasahi tangan, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar. Kedua mengusap dan menggosok kedua punggung tangan secara bergantian. Ketiga menggosok sela – sela jari tangan hingga bersih. Keempat memberishkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci. Kelima menggosok dan memutar kedua ibu jari secara bergantian. Keenam meletakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian menggosok perlahan dan membilas menggunakan air bersih dan mengeringkannya. Ilmu lain yang juga harus diedukasi kepada penjamah makanan adalah lima waktu penting cuci tangan (CTPS). Lima CTPS tersebut diantaranya sebelum makan, setelah BAB, sebelum menjamah makanan, sebelum menyusui dan setelah beraktifitas (Kemenkes, 2020).



Gambar 3. Pemberian paket PHBS pada penjamah makanan

Kegiatan pengabdian ini diakhiri dengan membagikan bingkisan paket kepada tiap penjamah makanan. Paket ini berisi masker, sabun cuci tangan, hand sanitizier dan *pamflet* CTPS (Gambar 3). Pembagian paket ini merupakan bentuk apresiasi tim pengabdian kepada penjamah makanan atas kehadiran dan partisipasinya selama kegiatan penyuluhan kesehatan PHBS ini. Tim pengabdian juga

berharap paket ini dapat digunakan oleh penjamah makanan saat sebelum dan menyajikan makanan kepada konsumen.

## Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan PHBS merupakan hal penting yang dilakukan dalam upaya untuk meningkatkan peduli terhadap kesehatan bagi penjamah makanan. Kegiatan PHBS ini bertujuan untuk meningkatkan hygiene makanan yang disajikan oleh penjamah makanan, sehingga menjadi suatu kebiasaan yang wajib dilakukan.

## Ucapan Terima Kasih

Terimakasih diucapkan kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram atas suport dan dukungan demi kelancaran kegiatan pengabdian ini.

## Daftar Pustaka

- HUSNA, I., & MARCELLIA, S. (2018). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA SD NEGERI 5 TELUK PANDAN KABUPATEN PESAWARAN PROVINSI LAMPUNG. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, 1(1), 6–10.
- Kemenkes RI. (2011). Permenkes RI No. 1096/Menkes/Per/ VI/2011 tentang Higiene Sanitasi Jasaboga. In *Kementrian Kesehatan RI* (Vol. 53, Issue 9). <https://peraturanpedia.id/peraturan-menteri-kesehatan-nomor-1096-menkes-per-vi-2011/>
- Labović, S. B., Joksimović, I., Galić, I., Knežević, M., & Mimović, M. (2023). Food Safety Behaviours among Food Handlers in Different Food Service Establishments in Montenegro. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph20020997>
- Nasution, A. S. (2020). Hygiene Penjamah Makanan Menyebabkan Kontaminasi Escherichia Coli Pada Jajanan Pasar Tradisional. *Promotor*, 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.32832/pro.v3i1.3119>
- Nazahah, H., Narwati, & Winarko. (2022). Gambaran Personal Hygiene dan Sanitasi Industri Rumah Tangga Produksi Tahu di Wilayah Kapas, Kabupaten Bojonegoro.

*Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*,  
13(2), 401–407

Pratiwi, A. (2020). Gambaran Penggunaan Masker Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Masyarakat di Kabupaten Muna. *Journal of TSJKeb*, 5(2), 52–57.

Rahmah, R., & Kamal, H. (2022). Hygiene dan Sanitasi Penjamah Makanan Pada Ruangan Pengolahan RSUD Datu Beru Aceh Tengah. *Nutriology: Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*, 3(2), 37–43.  
<https://doi.org/10.30812/nutriology.v3i2.2450>.

Riskiyya, Y., & Jelita, H. (2022). Edukasi Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Rumah Tangga di Kelurahan Teladan Barat Lingkungan VIII. *Jurnal Implementa Husada*, 3(3). <https://doi.org/10.30596/jih.v3i3.11714>.

Kemenkes. (2020). *Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun* (K. K. Kemenkes RI (ed.); 1st ed.).

Zenbaba, D., Sahiledengle, B., Nugusu, F., Beressa, G., Desta, F., Atlaw, D., & Chattu, V. K. (2022). Food hygiene practices and determinants among food handlers in Ethiopia: a systematic review and meta-analysis. *Tropical Medicine and Health*, 50(1). <https://doi.org/10.1186/s41182-022-00423-6>