

## **PENINGKATAN KESADARAN TERHADAP HIGIENE SANITASI MAKANAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN *FOODBORNE DISEASE* PADA MASYARAKAT PESISIR**

**Wahyunita Do Toka<sup>1\*</sup>, Ismail Rahman<sup>2</sup>, Sukmawati Saerunisa<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Departemen Ilmu Biomedik, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Khairun, Ternate 97719, Maluku Utara, Indonesia.

<sup>2</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Khairun, Ternate 97719, Maluku Utara, Indonesia.

<sup>3</sup>Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Khairun, Ternate 97719, Maluku Utara, Indonesia.

\*[unyta.ilham@gmail.com](mailto:unyta.ilham@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Penyakit bawaan makanan (*foodborne disease*) adalah penyakit akut yang terkait dengan konsumsi makanan. Makanan tersebut terkontaminasi dengan penyakit patogen atau racun sehingga dapat menyebabkan sakit. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat pesisir tentang pencegahan penyakit bawaan makanan (*foodborne disease*). Wilayah pesisir merupakan daerah dengan tingkat risiko tinggi terhadap kontaminasi makanan karena kondisi lingkungan yang rentan terhadap pencemaran air dan kurangnya akses terhadap sanitasi yang memadai. Kegiatan ini melibatkan sosialisasi dan edukasi mengenai praktik kebersihan makanan, pentingnya sanitasi lingkungan, serta pengolahan makanan yang aman dan higienis. Materi yang disampaikan mencakup langkah-langkah pencegahan, seperti mencuci tangan, memisahkan makanan mentah dan matang, serta menjaga kebersihan peralatan masak dan tempat penyimpanan. Hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat mengurangi risiko penyakit bawaan makanan, meningkatkan kualitas hidup masyarakat, dan menciptakan lingkungan yang lebih sehat. Partisipasi aktif masyarakat Kelurahan Kastela mendukung keberlanjutan program ini. Dengan adanya kesadaran yang lebih baik, diharapkan masyarakat dapat menjaga kesehatan mereka melalui praktik-praktik yang lebih higienis dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata kunci:** *Foodborne Disease, Masyarakat Pesisir, Kota Ternate*

### **ABSTRACT**

*Foodborne disease is an acute illness associated with the consumption of contaminated food. The contamination can occur due to pathogens or toxins, leading to illness. This community service activity aims to raise awareness and knowledge among coastal communities about the prevention of foodborne diseases. Coastal areas are at high risk of food contamination due to environmental conditions that are prone to water pollution and limited access to adequate*

*sanitation. This initiative involves the dissemination of information and education on food hygiene practices, the importance of environmental sanitation, and safe and hygienic food processing. The material provided includes preventive measures such as handwashing, separating raw and cooked foods, and maintaining the cleanliness of cooking utensils and storage areas. The outcome of this activity is expected to reduce the risk of foodborne diseases, improve the quality of life for the community, and create a healthier environment. Active participation from the community of Kelurahan Kastela supports the sustainability of this program. With increased awareness, it is hoped that the community can maintain their health through more hygienic practices in their daily lives.*

**Keywords:** *Foodborne disease, Coastal Community, Ternate City*

Penyakit bawaan makanan (*foodborne disease*) merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan secara global, terutama di negara berkembang. Penyakit ini disebabkan oleh konsumsi makanan atau minuman yang terkontaminasi oleh mikroorganisme patogen seperti bakteri, virus, parasit, atau zat kimia berbahaya. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa sekitar 600 juta orang di seluruh dunia setiap tahunnya terkena penyakit bawaan makanan, dengan 420.000 di antaranya meninggal dunia. [1] Penyakit ini menimbulkan dampak yang besar terhadap kesehatan masyarakat dan ekonomi, karena selain mengancam nyawa, *foodborne disease* juga mengakibatkan produktivitas masyarakat menurun dan biaya perawatan kesehatan meningkat. [2]

Di Indonesia, angka kejadian penyakit bawaan makanan cukup tinggi, terutama di wilayah dengan akses terbatas terhadap air bersih dan sanitasi yang memadai, seperti wilayah pesisir. Faktor-faktor seperti kondisi lingkungan yang tercemar, minimnya pengetahuan tentang pengolahan makanan yang aman, serta kebiasaan makan yang kurang higienis meningkatkan risiko masyarakat terkena penyakit ini. [3] Oleh karena itu, edukasi tentang kebersihan makanan sangat penting dalam mengurangi risiko penyakit bawaan makanan. Dengan memberikan pengetahuan yang tepat, masyarakat dapat menerapkan prinsip-prinsip sanitasi dan higienitas dalam kehidupan sehari-hari, yang pada gilirannya dapat mencegah kontaminasi makanan dan penularan penyakit. Berdasarkan penjelasan di atas, maka dilakukan kegiatan edukasi kepada Masyarakat di Kelurahan Kastela guna mencegah penularan penyakit melalui makanan.

---

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Kastela, pada hari Sabtu, tanggal 10 Agustus 2024. Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahap, antara lain:

a. **Persiapan**

Langkah awal persiapan kegiatan dimulai dengan koordinasi bersama pihak kelurahan untuk memastikan kegiatan berjalan sesuai dengan kesepakatan antara tim pengabdian dan kelurahan. Setelah itu, dilakukan persiapan alat dan bahan yang dibutuhkan, penyebaran undangan kepada komunitas atau kelompok masyarakat, serta mengundang aparat kelurahan untuk turut serta dalam kegiatan pengabdian tersebut.

b. **Pelaksanaan kegiatan Edukasi**

Pelaksanaan kegiatan edukasi diawali dengan pengisian kuisisioner kepada partisipan untuk mengetahui sejauh mana informasi yang didapatkan sebelum dan sesudah kegiatan berlangsung. Setelah itu, edukasi dilakukan dengan penyampaian materi berupa informasi terkait prinsip higiene sanitasi makanan sesuai dengan arahan Kementerian Kesehatan.

## **PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dihadiri oleh kurang lebih 20 orang peserta yang merupakan warga lokal dari Kelurahan kastela, yang terdiri dari dewasa dan juga lansia. Edukasi hygiene sanitasi makanan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat Kastela mengenai pentingnya menerapkan prinsip-prinsip sanitasi dalam menangani, mengolah, dan menyimpan makanan. Hal ini dikarenakan sebagian besar kasus penyakit bawaan makanan dapat dicegah dengan langkah-langkah sederhana seperti mencuci tangan, memisahkan makanan mentah dan matang, serta menjaga suhu penyimpanan yang tepat. [4] Sayangnya, banyak masyarakat yang masih belum memahami atau belum menerapkan langkah-langkah pencegahan ini, sehingga meningkatkan risiko penyebaran penyakit bawaan makanan.

Kegiatan ini juga diharapkan dapat menjadi sarana edukasi untuk Masyarakat sehingga kedepannya dapat merubah perilaku dalam hal pengolahan makanan agar terhindar dari penyakit bawaan makanan. Sesuai dengan studi oleh Hartini et al. (2021) mengungkapkan bahwa setelah diberikan edukasi kebersihan makanan, partisipan dari wilayah pesisir mengalami peningkatan pemahaman dan perubahan perilaku yang lebih higienis dalam mengolah makanan. [5]

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menetapkan beberapa prinsip sanitasi makanan yang harus diterapkan oleh masyarakat untuk mencegah terjadinya penyakit bawaan makanan. Enam prinsip higiene sanitasi makanan yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia (Kemenkes) bertujuan untuk memastikan bahwa makanan yang dikonsumsi aman dari kontaminasi fisik, kimia, dan biologis. Prinsip-prinsip ini mencakup aspek-aspek yang harus diperhatikan oleh penyedia makanan, baik di industri makanan maupun rumah tangga, guna mencegah terjadinya penyakit akibat makanan yang tercemar.

Prinsip pertama yaitu Pemilihan/Pemeliharaan Bahan Makanan. Bahan makanan sebaiknya berlabel, baik mutunya, utuh, dan tidak rusak. Kendaraan untuk mengangkut bahan makanan harus bersih, tidak digunakan untuk selain bahan pangan. Penerimaan bahan pangan dilakukan pada area yang bersih dan harus dipastikan tidak terjadi kontaminasi, berada pada wadah dan suhu yang sesuai. Jika bahan pangan tidak langsung digunakan, maka harus diberikan label tanggal penerimaan dan disimpan sesuai dengan jenis pangan. [6,7]

Prinsip ke-2 yaitu Penyimpanan Bahan Pangan. Bahan mentah dari hewan harus disimpan pada suhu kurang dari atau sama dengan 4°C jika tidak memiliki lemari pendingin dapat menggunakan *coolbox* dan *coolpack* atau es balok yang dilengkapi dengan termometer untuk memantau suhu kurang dari atau sama dengan 4°C. Bahan makanan lain yang membutuhkan pendinginan, misalnya sayuran harus disimpan pada suhu yang sesuai. Tempat penyimpanan bahan pangan harus selalu terpelihara dan dalam keadaan bersih, terlindung dari debu, bahan kimia, vektor dan binatang pembawa penyakit setiap bahan pangan ditempatkan secara terpisah dan dikelompokkan menurut jenisnya dalam wadah

yang bersih, dan tara pangan (*food grade*). Semua bahan pangan hendaknya disimpan pada rak-rak (*pallet*) dengan ketinggian untuk jarak rak terbawah kurang lebih 15 cm dari lantai, 5 cm dari dinding dan 60 cm dari langit-langit. Penyimpanan harus menerapkan prinsip *first in first out* (FIFO) yaitu yang disimpan lebih dahulu digunakan dahulu dan *first expired first out* (FEFO) yaitu yang memiliki masa kadaluarsa lebih pendek lebih dahulu digunakan. [8]

Prinsip ke-3 yaitu Pengolahan/Pemasakan Pangan. Bahan pangan yang akan digunakan harus dibersihkan dan dicuci dengan air mengalir sebelum dimasak. Peracikan bahan, persiapan bumbu, persiapan pengolahan dan prioritas dalam memasak harus dilakukan sesuai tahapan higienis. Bahan pangan beku sebelum digunakan harus dilunakan (*thawing*) sampai bagian tengahnya lunak. Selama proses pencairan/pelunakan, bahan pangan harus tetap didalam wadah tertutup pembungkus atau kemasan pelindung. [6]

Prinsip ke-4 yaitu Penyimpanan Pangan Matang. Penyimpanan pangan matang tidak bercampur dengan bahan pangan mentah. Wadah penyimpanan pangan harus terpisah untuk setiap jenis pangan pangan matang disimpan sedemikian rupa pada tempat tertutup yang tidak memungkinkan terjadi kontak dengan vektor dan pembawa penyakit. Prinsip ke-5 yaitu Pengangkutan Pangan Matang. Alat pengangkut bebas dari kontaminasi debu, vektor dan binatang pembawa penyakit serta bahan kimia. Alat pengangkut secara berkala dilakukan proses sanitasi terutama bagian dalam yang berhubungan dengan wadah/kemasan pangan matang. Pengisian pangan matang pada alat pengangkut tidak sampai penuh, agar masih tersedia ruang untuk sirkulasi udara. Suhu untuk pengangkutan pangan matang yang memerlukan pendinginan harus dipertahankan pada suhu 4°C atau kurang. Selama pengangkutan harus dilakukan tindakan pengendalian agar keamanan pangan terjaga. [9]

Prinsip ke-6 yaitu Penyajian Pangan Matang. Penyajian pangan matang harus bersih dan terhindar dari pencemaran penyajian pangan matang harus dalam wadah tertutup dan tara pangan (*food grade*). Pangan matang yang mudah rusak dan disimpan pada suhu ruang harus sudah dikonsumsi 4 jam setelah matang, jika masih akan dikonsumsi harus dilakukan pemanasan ulang. Jika suhu dibawah 10°C, pastikan bahwa waktu maksimum untuk mengeluarkan makanan adalah 2 jam. Pangan matang yang disajikan dalam kotak/kemasan

harus diberikan tanda batas waktu (expired date) tanggal dan waktu makanan boleh dikonsumsi. [6]

Melalui penerapan prinsip-prinsip tersebut, risiko penyakit bawaan makanan dapat diminimalkan. Edukasi tentang kebersihan dan sanitasi makanan tidak hanya membantu masyarakat memahami cara-cara mencegah kontaminasi, tetapi juga mendorong penerapan pola hidup sehat dan higienis. Peningkatan kesadaran masyarakat melalui edukasi ini merupakan langkah penting dalam menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan menurunkan beban kesehatan akibat *foodborne disease* di Indonesia. [10]



**Gambar 1.** Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan

---

## **KESIMPULAN**

Hasil dari pelaksanaan kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa edukasi dan penerapan prinsip-prinsip sanitasi makanan sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam mencegah penyakit yang ditularkan melalui makanan. Partisipasi aktif dari komunitas, termasuk pemahaman mengenai pemilihan bahan baku yang aman, penyimpanan yang benar, serta teknik pengolahan dan penyajian yang higienis, memberikan dampak positif dalam menjaga kualitas makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

Salah satu hasil signifikan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pemahaman peserta tentang pentingnya menjaga suhu penyimpanan dan pemasakan makanan yang sesuai guna mencegah kontaminasi mikroorganisme. Selain itu, kesadaran akan pentingnya kebersihan lingkungan dapur dan pengelolaan sampah yang tepat berhasil ditingkatkan, sehingga mengurangi risiko hama yang dapat menjadi sumber penyakit.

Kesimpulannya, penerapan prinsip higiene dan sanitasi makanan merupakan bagian krusial dalam pencegahan penyakit serta peningkatan kesehatan masyarakat. Melalui kegiatan pengabdian ini, kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya aspek higiene dalam pengolahan makanan telah berhasil ditingkatkan, menciptakan dampak jangka panjang yang positif bagi kesehatan masyarakat.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kami sampaikan kepada pihak Universitas Khairun yang telah memberikan dukungan baik moral, moril, dan materi sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada warga Kelurahan Kastela yang sudah berperan aktif dalam menyukseskan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] World Health Organization (WHO). Estimates of the global burden of foodborne diseases [Internet]. 2020 [cited 2023 Sep 12]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/foodborne-diseases>

- 
- [2] Havelaar AH, Kirk MD, Torgerson PR, Gibb HJ, Hald T, Lake RJ, et al. The global burden of foodborne disease. *WHO J.* 2015;23(2):215-22.
  - [3] Setiawan T, Kusumaningrum HD, Suharto S. Food safety challenges in rural Indonesia: an overview. *Food Safety J.* 2019;5(1):33-41.
  - [4] Jay JM, Loessner MJ, Golden DA. *Modern food microbiology*. 8th ed. New York: Springer; 2017.
  - [5] Hartini N, Setiawan T, Pratiwi A. Food hygiene practices and prevention of foodborne diseases in coastal communities. *J Public Health Res.* 2021;10(2):56-63.
  - [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Hygiene Sanitasi Makanan di Tempat Pengolahan Makanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan; 2020.
  - [7] Kementerian Kesehatan RI. *Pedoman Pemilihan Bahan Makanan Aman*. Jakarta: Kemenkes; 2018.
  - [8] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Sanitasi dan Higiene Makanan dan Minuman*. Jakarta: Kementerian Kesehatan; 2015.
  - [9] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Panduan Penyimpanan Makanan yang Higienis*. Jakarta: Kemenkes; 2019.
  - [10] Supriyatin S. Pengaruh Edukasi Hygiene dan Sanitasi Terhadap Kebersihan Pengolahan Makanan di Rumah Tangga. *J Kesehatan Masyarakat.* 2017;9(2):123-30.