



Pelatihan Higiene dan Sanitasi Penjamah Makanan bagi Relawan SPPG Jayasari Cimarga dalam Mendukung Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Ucu Wandu Somantri^{1*}, Heny Sasmita², Erma Noor Wahyuningsih³, Moh Fariz Natanegara Putra⁴

¹⁻⁴Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Sains, Farmasi dan Kesehatan, Universitas Mathla'ul Anwar, Indonesia

*Penulis Korespondensi: Ucuancayur@gmail.com

Abstract. *The Free Nutritious Meal Program (MBG) is one of the government initiatives to improve the nutritional status of school-aged children by providing nutritious meals regularly. The success of this program is not only determined by the nutritional value of the food but also by food safety, which is influenced by the implementation of hygiene and sanitation principles during food processing. Food handlers and kitchen volunteers play an important role in maintaining the quality and safety of the food served. This community service activity aimed to improve the knowledge and skills of kitchen volunteers regarding food handler hygiene and sanitation in supporting the implementation of the MBG program. The activity was conducted at the MBG kitchen in Jayasari Village, Cimarga District, Lebak Regency, involving 47 volunteers and food handlers. The methods used included lectures, discussions, demonstrations, and practical simulations related to personal hygiene, equipment sanitation, and safe food processing procedures. Evaluation was carried out through pre-test and post-test to measure participants' knowledge improvement. The results showed a significant increase in knowledge. Before the training, 66% of participants were in the poor category and 34% were in the moderate category. After the training, most participants were in the good (57.4%) and very good (29.8%) categories. Participants also demonstrated behavioral changes in implementing hygiene practices during food processing activities. This technical guidance activity proved effective in improving volunteer capacity and supporting the implementation of a safe, hygienic, and high-quality MBG program.*

Keywords: *Food Handler Hygiene; Food Safety; Food Sanitation; Free Nutritious Meal Program (MBG); Kitchen Volunteers.*

Abstrak. Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu upaya pemerintah dalam meningkatkan status gizi anak sekolah melalui penyediaan makanan bergizi secara rutin. Keberhasilan program ini tidak hanya ditentukan oleh nilai gizi makanan, tetapi juga oleh aspek keamanan pangan yang dipengaruhi oleh penerapan prinsip higiene dan sanitasi dalam proses pengolahan makanan. Penjamah makanan dan relawan dapur memiliki peran penting dalam menjaga kualitas serta keamanan makanan yang disajikan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan relawan dapur mengenai higiene dan sanitasi penjamah makanan dalam mendukung penyelenggaraan program MBG. Kegiatan dilaksanakan di dapur MBG Desa Jayasari, Kecamatan Cimarga, Kabupaten Lebak dengan melibatkan 47 relawan dan penjamah makanan. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi, demonstrasi, serta simulasi praktik mengenai higiene personal, sanitasi peralatan, dan prosedur pengolahan makanan yang aman. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Sebelum pelatihan, sebanyak 66% peserta berada pada kategori pengetahuan kurang dan 34% pada kategori cukup. Setelah pelatihan, mayoritas peserta berada pada kategori baik (57,4%) dan sangat baik (29,8%). Selain itu, peserta juga menunjukkan perubahan perilaku dalam penerapan praktik higiene sanitasi selama proses pengolahan makanan. Kegiatan bimbingan teknis ini efektif dalam meningkatkan kapasitas relawan sehingga dapat mendukung penyelenggaraan program MBG yang aman, higienis, dan berkualitas.

Kata Kunci: Keamanan Pangan; Kebersihan Penjamah Makanan; Program Makan Bergizi Gratis (MBG); Relawan Dapur; Sanitasi Pangan.

1. LATAR BELAKANG

Masalah gizi masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia hingga saat ini. Berbagai permasalahan seperti stunting, kekurangan gizi, serta ketidakseimbangan asupan zat gizi masih banyak ditemukan pada kelompok rentan, khususnya anak usia sekolah

(Handajani, 2020). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif, daya tahan tubuh, serta kemampuan belajar anak di sekolah (Hayati & Mirawati, 2022). Untuk mengatasi permasalahan tersebut, pemerintah meluncurkan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai salah satu strategi dalam meningkatkan kualitas gizi masyarakat (Sophian, 2025). Program ini bertujuan untuk menyediakan makanan bergizi bagi anak sekolah secara rutin guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Melalui program ini, diharapkan anak-anak memperoleh asupan gizi yang cukup sehingga dapat meningkatkan kesehatan, konsentrasi belajar, serta prestasi akademik (Inayah et al., 2024). Keberhasilan program MBG tidak hanya bergantung pada ketersediaan makanan yang bergizi, tetapi juga pada aspek keamanan pangan. Makanan yang diproduksi dan disajikan harus memenuhi standar kebersihan dan kesehatan agar tidak menimbulkan risiko penyakit bagi penerima manfaat. Apabila proses pengolahan makanan tidak memperhatikan prinsip higiene dan sanitasi, maka makanan yang seharusnya memberikan manfaat justru dapat menjadi sumber penularan penyakit (Hermawan & Somantri, 2020). Penyakit yang ditularkan melalui makanan atau *foodborne disease* merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi akibat pengelolaan makanan yang tidak higienis (Putriningtyas et al., 2023).

Kontaminasi dapat terjadi pada berbagai tahapan, mulai dari pemilihan bahan baku, proses pengolahan, penyimpanan, hingga penyajian makanan. Oleh karena itu, penerapan prinsip higiene dan sanitasi menjadi hal yang sangat penting dalam setiap kegiatan penyelenggaraan makanan (Somantri & Sasmita, 2022). Dalam sistem penyelenggaraan makanan, penjamah makanan memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga kualitas dan keamanan pangan (Murniwati et al., 2025). Penjamah makanan bertanggung jawab terhadap berbagai aktivitas yang berkaitan dengan pengolahan makanan, mulai dari menyiapkan bahan, memasak, hingga menyajikan makanan kepada konsumen. Pengetahuan dan perilaku penjamah makanan dalam menjaga kebersihan diri, peralatan, serta lingkungan kerja sangat menentukan keamanan makanan yang dihasilkan (Ramdaniati et al., 2024). Pada pelaksanaan program MBG, kegiatan pengolahan makanan banyak melibatkan relawan dari masyarakat. Relawan ini memiliki peran penting dalam mendukung operasional dapur penyedia makanan bagi penerima manfaat (Negara et al., 2025). Namun demikian, latar belakang pendidikan dan pengalaman relawan yang beragam sering kali menyebabkan perbedaan tingkat pemahaman mengenai prinsip higiene dan sanitasi makanan (Hidayah et al., 2025). Kurangnya pengetahuan dan keterampilan mengenai higiene dan sanitasi dapat berpotensi menimbulkan praktik pengolahan makanan yang tidak sesuai dengan standar kesehatan (Negara et al., 2025). Hal ini

dapat meningkatkan risiko terjadinya kontaminasi makanan yang berdampak pada kesehatan penerima manfaat program. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan kapasitas relawan melalui kegiatan edukasi dan pelatihan yang terstruktur (Suryoadji et al., 2025). Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan bimbingan teknis mengenai higiene dan sanitasi penjamah makanan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kesadaran relawan dalam menerapkan praktik pengolahan makanan yang higienis dan aman. Dengan adanya peningkatan kapasitas relawan, diharapkan penyelenggaraan program Makan Bergizi Gratis dapat berjalan secara optimal serta mampu menyediakan makanan yang sehat, aman, dan berkualitas bagi masyarakat.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk bimbingan teknis mengenai higiene dan sanitasi penjamah makanan bagi relawan dapur Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Kegiatan ini dilaksanakan di dapur MBG yang berlokasi di Desa Jayasari, Kecamatan Cimarga, Kabupaten Lebak. Sasaran kegiatan adalah relawan dapur dan penjamah makanan yang terlibat dalam proses pengolahan dan penyajian makanan bagi penerima manfaat program MBG. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan dilakukan dengan melakukan koordinasi bersama pengelola dapur MBG serta pihak terkait guna menentukan waktu pelaksanaan kegiatan, jumlah peserta, serta kebutuhan sarana dan prasarana pelatihan. Selain itu, tim pengabdian juga melakukan identifikasi awal terhadap kebutuhan pengetahuan relawan terkait higiene dan sanitasi makanan. Pada tahap persiapan juga dilakukan penyusunan materi pelatihan serta penyiapan media edukasi yang akan digunakan selama kegiatan berlangsung.

Materi yang disusun mencakup konsep dasar higiene dan sanitasi makanan, kebersihan pribadi penjamah makanan, sanitasi peralatan dan lingkungan dapur, serta prosedur pengolahan makanan yang aman dan sehat. Media edukasi yang digunakan meliputi modul pelatihan, bahan presentasi, serta lembar panduan praktik higiene sanitasi. Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode ceramah, diskusi, demonstrasi, dan simulasi praktik. Metode ceramah digunakan untuk memberikan pemahaman dasar mengenai pentingnya penerapan *higiene* dan sanitasi dalam penyelenggaraan makanan. Selanjutnya dilakukan diskusi interaktif agar peserta dapat berbagi pengalaman dan permasalahan yang sering dihadapi dalam kegiatan pengolahan makanan di dapur MBG. Selain penyampaian materi, peserta juga mengikuti demonstrasi dan simulasi praktik mengenai penerapan higiene sanitasi. Praktik yang dilakukan

antara lain teknik mencuci tangan yang benar, penggunaan alat pelindung diri seperti penutup kepala dan sarung tangan, serta cara membersihkan dan menata peralatan dapur agar tetap higienis. Kegiatan praktik ini bertujuan agar peserta tidak hanya memahami teori tetapi juga mampu menerapkan langsung prinsip-prinsip higiene sanitasi dalam kegiatan sehari-hari. Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui efektivitas kegiatan pelatihan yang telah dilaksanakan. Evaluasi dilakukan melalui pemberian *pre-test* dan *post-test* kepada peserta untuk mengukur peningkatan pengetahuan mengenai higiene dan sanitasi penjamah makanan. Selain itu, dilakukan observasi terhadap praktik peserta selama kegiatan berlangsung untuk menilai sejauh mana peserta mampu menerapkan prinsip-prinsip *higiene* dan sanitasi dalam kegiatan pengolahan makanan di dapur MBG Desa Jayasari, Kecamatan Cimarga, Kabupaten Lebak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan bimbingan teknis *higiene* dan sanitasi penjamah makanan di dapur Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Desa Jayasari, Kecamatan Cimarga, Kabupaten Lebak diikuti oleh 47 orang relawan dan penjamah makanan yang terlibat dalam proses pengolahan dan penyajian makanan bagi penerima manfaat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan relawan dalam menerapkan prinsip higiene dan sanitasi selama proses penyelenggaraan makanan. Sebelum pelatihan dilaksanakan, seluruh peserta diberikan *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai higiene dan sanitasi makanan. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai prinsip dasar kebersihan dalam pengolahan makanan. Beberapa peserta belum memahami secara optimal mengenai pentingnya mencuci tangan sebelum dan sesudah mengolah makanan, penggunaan alat pelindung diri seperti penutup kepala dan sarung tangan, serta cara penyimpanan bahan makanan yang aman untuk mencegah kontaminasi. Setelah penyampaian materi, diskusi, serta simulasi praktik, peserta kembali diberikan *post test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan setelah mengikuti bimbingan teknis. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan pada sebagian besar peserta. Perubahan tersebut dapat dilihat dari distribusi kategori nilai pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan.

Tabel 1. Distribusi Kategori Pengetahuan Relawan MBG (n = 47).

Kategori Pengetahuan	Rentang Nilai	Pretest (n)	Pretest (%)	Posttest (n)	Posttest (%)
Kurang	< 60	31	66,0%	0	0%
Cukup	60 – 74	16	34,0%	6	12,8%
Baik	75 – 89	0	0%	27	57,4%
Sangat Baik	≥ 90	0	0%	14	29,8%
Total		47	100%	47	100%

Berdasarkan tabel tersebut, sebelum pelatihan sebagian besar peserta berada pada kategori kurang (66%), sedangkan sisanya berada pada kategori cukup (34%). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan awal relawan mengenai higiene dan sanitasi penjamah makanan masih terbatas. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh kurangnya pelatihan atau sosialisasi terkait praktik pengolahan makanan yang higienis di lingkungan dapur program MBG. Setelah mengikuti kegiatan bimbingan teknis, terjadi perubahan distribusi kategori pengetahuan yang cukup signifikan. Tidak ada lagi peserta yang berada pada kategori kurang, sedangkan sebagian besar peserta berada pada kategori baik (57,4%) dan sangat baik (29,8%). Peningkatan ini menunjukkan bahwa materi pelatihan serta metode pembelajaran yang digunakan mampu meningkatkan pemahaman relawan mengenai prinsip *higiene* dan sanitasi makanan. Selain peningkatan pengetahuan, perubahan juga terlihat pada praktik langsung yang dilakukan selama simulasi kegiatan.

Peserta mulai menerapkan langkah-langkah higiene personal seperti mencuci tangan dengan sabun sebelum memulai kegiatan pengolahan makanan, menggunakan penutup kepala saat bekerja di dapur, serta menjaga kebersihan pakaian kerja. Peserta juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik dalam menata peralatan dapur serta memisahkan bahan makanan mentah dan makanan matang guna mencegah kontaminasi silang. Observasi selama kegiatan juga menunjukkan adanya peningkatan kesadaran relawan terhadap pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dapur. Peserta secara aktif membersihkan meja kerja, peralatan memasak, serta area pengolahan makanan setelah digunakan. Perubahan perilaku ini merupakan indikator penting bahwa kegiatan pelatihan tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mempengaruhi praktik sehari-hari dalam penyelenggaraan makanan. Peningkatan kapasitas relawan melalui kegiatan bimbingan teknis ini diharapkan dapat mendukung keberhasilan Program Makan Bergizi Gratis dalam menyediakan makanan yang tidak hanya bergizi tetapi juga aman untuk dikonsumsi. Dengan adanya pemahaman yang baik mengenai higiene dan sanitasi, relawan diharapkan mampu menjaga kualitas makanan yang dihasilkan sehingga dapat meminimalkan risiko terjadinya penyakit akibat makanan. Kegiatan pelatihan

seperti ini juga dapat menjadi model pembinaan berkelanjutan bagi relawan dapur MBG di berbagai wilayah.

4. KESIMPULAN

Kegiatan bimbingan teknis higiene dan sanitasi penjamah makanan yang dilaksanakan di dapur Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Desa Jayasari, Kecamatan Cimarga, Kabupaten Lebak memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan relawan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai prinsip *higiene* personal, sanitasi peralatan, kebersihan lingkungan dapur, serta prosedur pengolahan makanan yang aman dan higienis. Distribusi kategori pengetahuan menunjukkan perubahan yang signifikan setelah pelaksanaan pelatihan. Sebelum kegiatan bimbingan teknis, sebagian besar relawan berada pada kategori pengetahuan kurang dan cukup. Setelah pelatihan, mayoritas peserta berada pada kategori baik dan sangat baik, serta tidak terdapat lagi peserta yang berada pada kategori kurang.

Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan mampu meningkatkan kapasitas relawan dalam memahami prinsip-prinsip higiene dan sanitasi makanan. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan simulasi praktik juga mendorong perubahan perilaku relawan dalam menerapkan praktik higiene sanitasi selama proses pengolahan makanan. Relawan mulai menerapkan kebiasaan mencuci tangan dengan benar, menggunakan alat pelindung diri, serta menjaga kebersihan peralatan dan lingkungan dapur. Perubahan perilaku ini menjadi faktor penting dalam menjaga keamanan pangan dalam penyelenggaraan makanan pada program MBG. Dengan demikian, kegiatan bimbingan teknis higiene dan sanitasi penjamah makanan dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam meningkatkan kualitas pengelolaan makanan pada Program Makan Bergizi Gratis. Kegiatan pelatihan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan guna memperkuat kapasitas relawan serta memastikan bahwa makanan yang disediakan tidak hanya bergizi tetapi juga aman dan higienis untuk dikonsumsi oleh penerima manfaat.

DAFTAR REFERENSI

- Handajani, S. (2020). Model pelatihan higiene sanitasi bagi penjamah makanan. *Jurnal Sains Boga*, 3(2), 33–45.
- Hayati, B., & Mirawati, W. (2022). Pendidikan dan pelatihan tentang higiene sanitasi makanan pada penjamah makanan di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 49–52. <https://doi.org/10.29238/jkpm.v3i1>

- Hermawan, D., & Somantri, U. W. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku hidup bersih dan sehat pada keluarga di Kelurahan Muara Ciujung Barat wilayah kerja Puskesmas Rangkasbitung. *Jurnal Abdidas*, 1(4), 296–305. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i4.66>
- Hidayah, M. N., Rusba, K., & Liku, J. E. A. (2025). Evaluasi penerapan higiene sanitasi dalam mendukung program *food safety* di unit instalasi gizi Rumah Sakit Restu Ibu Kota Balikpapan. *Jurnal Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Lindungan Lingkungan*, 11(4), 1142–1146.
- Inayah, Suhani, W., Rubban, A., & Putri, R. A. (2024). Perilaku penjamah makanan dalam penerapan higiene dan sanitasi pengolahan makanan di RSUD K.H. Hayyang Kabupaten Kepulauan Selayar. *Jurnal Sulolipu: Media Komunikasi Sivitas Akademika dan Masyarakat*, 24(2).
- Madilo, F. K., & Mgqibandaba, P. Z. (2020). Food safety knowledge and hygiene practices among the staff of school feeding scheme in the basic schools of Soweto, South Africa. *African Journal of Clinical and Experimental Microbiology*. [Artikel penelitian](#)
- Murniwati, Rahmatullah, M., Suhria, Jusran, & Mifa, S. (2025). Optimalisasi edukasi sanitasi lingkungan melalui pemanfaatan sampah non-organik untuk mendukung Sustainable Development Goal. *Journal of Social Responsibility Projects by Higher Education Forum*, 6(2), 57–66. <https://doi.org/10.47065/jrespro.v6i2.9661>
- Negara, A. S. A., Faizal, L., & Furkon, A. F. (2025). Analisis implementasi higiene dan sanitasi dalam Program Makan Bergizi Gratis berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2023. *Rewang Rencang: Jurnal Hukum Lex Generalis*, 6(12).
- Putriningtyas, D. N., Lestari, N. Y., Rachmawati, L., & Cahyati, W. H. (2023). Sosialisasi higiene dan sanitasi penjamah makanan di KB/TK Alam Jungle School Semarang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(10), 4328–4339. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i10.12249>
- Ramdaniati, S. N., Handayani, E. E., Wahyuningsih, E. N., Sasmita, H., Himmawan, L. S., & Somantri, U. W. (2024). Edukasi sanitasi dan kebersihan lingkungan dengan media ular tangga di SMA Mathla'ul Anwar Menes Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Terapan*, 1(3), 33–41. <https://doi.org/10.62951/unggulan.v1i3.299>
- Somantri, U. W., & Sasmita, H. (2022). Peningkatan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan praktik cuci tangan pakai sabun pada saat pandemi COVID-19 di Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 7(3), 578–583.
- Sophian, A. (2025). *Pengelolaan higienitas dan sanitasi sekolah untuk mendukung mutu MBG*.
- Suryoadji, K. A., Ali, N., Setyawan, D. A., Faruqi, M., Keane, A., Christian, C., Wardani, A. K., Suskhan, R. F., Rompies, A. M. E., Garnette, K. A., A'yun, I. Q., Putra, E. N. W., & Simanjuntak, K. T. (2025). Hubungan antara pemberian makanan bergizi dan keamanan pangan: Tinjauan literatur. *Journal of Health and Therapy*, 5(1), 37–57.
- World Health Organization. (2006). *Five keys to safer food manual*. World Health Organization. [WHO – Five Keys to Safer Food](#)
- World Health Organization. (2012). *Five keys to safer food manual*. World Health Organization. [WHO – Five Keys to Safer Food](#)

- World Health Organization. (2019). WHO Five Keys to Safer Food communication campaign: Evidence-based simple messages with a global impact. *Food Control*, 101, 53–57. [WHO – Five Keys to Safer Food](#)
- Young, I., Waddell, B., Harding, S., Greig, J., Mascarenhas, M., & Waddell, B. (2020). A systematic review and meta-analysis of the effects of food safety and hygiene training on food handlers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24). [Artikel di PubMed Central](#)