



**PEMBERDAYAAN KEWIRAUSAHAAN BIDANG GIZI MELALUI PELATIHAN
USAHA KATERING DIET BAGI MAHASISWA DAN ALUMNI GIZI POLTEKKES
KEMENKES ACEH**

Nunung Sri Mulyani^{1)*}, Abdul Hadi²⁾, Silvia Wagustina³⁾, Arnisam⁴⁾, Eva Fitriyaningsih⁵⁾
^{1 2 3 4 5} Dosen Prodi D III Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Aceh

Article Info

Article History:

Received October 12, 2024

Revised October 30, 2024

Accepted October 31, 2024

Keywords:

Pemberdayaan Kewirausahaan
Bidang gizi, Pelatihan Usaha
Katering Diet

ABSTRAK

Upaya menciptakan diet bagi penderita diabetes mellitus yang enak, sehat, praktis dan sesuai dengan prinsip diet diperlukan pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan pelatihan katering diet dan pengembangan kewirausahaan katering diet kepada mahasiswa dan alumni. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan 30 orang peserta terdiri dari 15 mahasiswa dan 15 orang alumni Jurusan Gizi yang dilaksanakan pada tanggal 21-22 Agustus 2024 di Jurusan Gizi Poltekkes Aceh. Pelaksanaan terdiri dari 2 tahap di mana tahap I sosialisasi dan ceramah serta tahap II adalah praktek. Ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian materi dari 60,33 menjadi 76,33. Ada peningkatan ketrampilan sebelum dan sesudah pemberian materi dari 84,33 menjadi 85,67.

ABSTRACT

Efforts to create a diet for diabetes mellitus sufferers that is delicious, healthy, practical and following dietary principles requires community empowerment through diet catering training activities and development of diet catering entrepreneurship for students and alumni. The implementation of this community service activity involved 30 participants consisting of 15 students and 15 alumni which was carried out on 21-22 August 2024 at the Nutrition Department of the Aceh Health Polytechnic. The implementation consists of 2 stages, where stage I is socialization and lectures and stage II is practice. There was an increase in knowledge before and after giving the material from 60.33 to 76.33. There was an increase in skills before and after giving the material from 84.33 to 85.67.

*Corresponding Author: nunungmulyani76@gmail.com

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) dikenal sebagai penyakit kronis tetapi tidak ditularkan dari orang ke orang lainnya. World Health Organization (WHO) memprediksi bahwa pada tahun 2020 penyakit tidak menular akan menjadi penyebab 73% kematian di dunia. Penyakit Tidak Menular salah satunya adalah Diabetes mellitus (DM) (Sekarrini, 2022). Prevalensi diabetes secara umum meningkat dari 4,7% menjadi 8,5% pada populasi orang dewasa. Di wilayah Asia Tenggara perkembangan kasus diabetes mellitus telah mencapai 96 juta orang penderita dan 90% di antaranya adalah diabetes melitus tipe 2 namun setengah dari kasus tersebut menjadi sumber komplikasi yang berujung pada kematian. International Diabetes Federation (IDF) mengungkapkan di Asia Indonesia tercatat sebagai negara penyandang diabetes ke-7 dengan prevalensi (8,5 Juta) dan diprediksi adanya kenaikan jumlah penyandang DM di Indonesia menjadi 14,1 juta pada tahun 2035. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), menunjukkan prevalensi

Diabetes Melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun menurut provinsi pada tahun 2013 sebesar 1,5% meningkat pada tahun 2018 sebanyak 2,0%¹.

Menurut konsensus Perhimpunan Endokrin Indonesia (Perkeni 2011), pilar pengendalian DM meliputi latihan fisik, terapi gizi medik, intervensi obat, dan edukasi. Keberhasilan proses pengendalian DM tergantung pada kepatuhan pasien terhadap diet atau pola makan sehari-hari. Hal ini untuk mencegah komplikasi DM. Prinsip pengaturan pola makan bagi penderita diabetes hampir sama dengan masyarakat umum, yaitu pola makan seimbang, berdasarkan kebutuhan kalori dan gizi setiap orang. Penderita diabetes perlu menekankan pentingnya pola makan yang teratur dalam hal pengaturan makan, jenis dan jumlah makanan, terutama bagi mereka yang menggunakan obat penurun gula darah atau insulin².

Menurut Sutedjo dalam Hasbi (2012), kunci sukses dari pengelolaan pasien DM adalah kepatuhan dalam melakukan terapi, baik farmakologi maupun non farmakologi³. Kendala utama pada penanganan diet DM adalah kejenuhan pasien dalam mengikuti terapi diet yang sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan. Penderita DM mengalami kebosanan dalam melaksanakan program diet akibat kurangnya variasi makanan yang diberikan juga kurangnya dukungan keluarga terhadap diet yang seharusnya penderita jalani⁴. Pengaturan pola diet yang tidak tepat seperti yang dianjurkan sesuai jadwal, jumlah dan jenis (3J) dapat mengakibatkan peningkatan kadar gula darah. Perubahan pola diet DM bertujuan agar pasien mampu menjaga kekonsistenan diri untuk mau melakukan perubahan pola makan dari yang tidak teratur dan tidak di jaga menjadi diet yang terkontrol, konsistensi disini sangat penting untuk menjaga agar pasien tidak gagal dalam diet DM⁵.

Berdasarkan kajian tersebut serta dukungan latar belakang permasalahan gizi yang ada dan sebagai salah satu upaya menciptakan diet bagi penderita diabetes mellitus yang enak, sehat, praktis dan sesuai dengan prinsip diet maka diperlukan pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan pelatihan katering diet untuk mengolah makanan untuk pasien Diabetes Mellitus dan pengembangan kewirausahaan katering diet kepada mahasiswa dan alumni.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini terbagi kedalam 2 kelompok sasaran yaitu kelompok mahasiswa dan kelompok alumni. Kelompok dalam kegiatan ini berjumlah 30 orang yang terdiri dari 15 orang mahasiswa gizi, 10 orang alumni gizi, dan 5 orang mahasiswa atau alumni yang merintis usaha baru. Pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 21-22 Agustus 2024. Kegiatan pelatihan dilaksanakan 2 tahap atau 2 gelombang, dimana kegiatan ceramah atau sosialisasi dan juga praktik dilaksanakan di kampus terpadu Poltekkes Kemenkes Aceh yang berlokasi di Jalan Soekarno Hatta Lampeunurut Kabupaten Aceh Besar. Kegiatan pengabdian ini didukung oleh ketersediaan beberapa fasilitas seperti bahan dan alat : Kuesioner pre test dan post test yang digunakan untuk mengetahui pengetahuan dan ketrampilan peserta sebelum dan sesudah kegiatan, Modul/Resep dari fasilitator, Bahan makanan, bahan pangan penunjang, dan peralatan untuk kegiatan praktik, Laptop dan Infokus, sebagai sarana penunjang saat dilakukan kegiatan sosialisasi, Alat Tulis Kantor (ATK), Kamera, sebagai alat bukti atau dokumentasi kegiatan, Spanduk kegiatan pengabdian masyarakat. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan metode pelatihan yang terdiri dari beberapa tahapan kegiatan yaitu : 1. Tahap persiapan terdiri dari : Seleksi calon peserta/tenant, yang dilaksanakan dalam beberapa tahapan yaitu : Sosialisasi kepada mahasiswa dan alumni atau mahasiswa yang merintis usaha baru yang berminat dalam bidang kewirausahaan pangan dan gizi, Wawancara kepada seluruh calon peserta/tenant yang berminat, Seleksi untuk rekrutmen calon peserta/tenant, Pengiriman surat permintaan narasumber dan fasilitator, persiapan bahan dan alat untuk praktek pengolahan makanan untuk catering diet, 2. Tahap pelaksanaan pelatihan yaitu : Pelaksanaan kegiatan pelatihan dilaksanakan dengan metode : Ceramah dan diskusi untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang pengolahan makanan untuk catering diet, bermutu dan bergizi dari pemilik usaha catering diet, pengembangan kewirausahaan, perhitungann modal, harga jual dan keuntungan, desain dan pemilihan kemasan serta pemberian label dan merk, Praktek di Laboratorium meliputi pengolahan makanan diet Diabetes Mellitus untuk meningkatkan ketrampilan peserta tentang mengolah makanan untuk katering diet oleh fasilitator dari pemilik usaha catering diet, wawancara peserta pelatihan 3. Tahap evaluasi pelatihan yaitu : Evaluasi kegiatan pelatihan dilakukan pada saat sebelum dan sesudah dilaksanakan kegiatan dengan membagikan kuesioner pretest pada awal kegiatan dan posttest pada akhir kegiatan pelatihan. Evaluasi kegiatan meliputi pengetahuan dan ketrampilan peserta/tenant dan juga evaluasi terhadap narasumber dan fasilitator dan proses kegiatan pelatihan.

Peserta yang telah mendapat pelatihan juga pada akhir tahun kegiatan akan dievaluasi, 4. Tahap penyusunan laporan kegiatan yaitu : Penyajian hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini disusun dalam suatu laporan akhir kegiatan. Hasil-hasil seperti informasi lokasi pengabdian masyarakat, karakteristik sasaran, serta hasil evaluasi dalam proses pelaksanaan pengabdian ini disajikan dalam bentuk grafikal, tabular dan tekstular. Penyajian dalam bentuk ini dianggap lebih memudahkan pembaca dalam memahami hasil kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Jumlah peserta sudah mencapai target minimal yaitu 30 orang, sehingga dapat membantu terwujudnya kontribusi positif dari pelatihan usaha catering diet untuk pemberdayaan kewirausahaan bidang gizi bagi mahasiswa dan alumni gizi.

Tabel 1. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah
Perempuan	28
Laki – Laki	2
Total	30

Tabel 2. Pendidikan Terakhir

Pendidikan	Jumlah
Diploma Tiga Gizi	15
Sarjana Terapan Gizi	15
Total	30

Tabel 3. Rata-rata Pengetahuan dan Keterampilan Mahasiswa dan Alumni Gizi

	Sebelum	Sesudah
Pengetahuan	60,33	76,33
Ketrampilan	84,33	85,67

Dari hasil pre-test dan post-test yang telah diikuti oleh 30 mahasiswa dan alumni gizi diperoleh rata-rata pengetahuan sebelum pemberian materi sebesar 60,33 dan rata-rata pengetahuan setelah pemberian materi adalah sebesar 76,33. Selanjutnya hasil rata-rata keterampilan sebelum pemberian materi sebesar 84,33 dan rata-rata keterampilan sesudah pemberian materi adalah sebesar 85,67. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya perubahan pengetahuan dan keterampilan mahasiswa dan alumni setelah mengikuti pelatihan.

B. Pembahasan

Pelatihan tentang pemberdayaan kewirausahaan bidang gizi melalui catering diet diikuti oleh 30 peserta. Dari 30 peserta ini, terdapat 15 orang mahasiswa dan 15 orang alumni. Jumlah peserta ini sudah mencapai target peserta yaitu 30, sehingga dapat membantu terwujudnya kontribusi positif dari pelatihan tersebut.

Kontribusi positif yang dimaksud dalam pengabdian pada masyarakat ini yaitu berhasil meningkatkan pengetahuan mahasiswa dan alumni dari kurang baik hingga menjadi baik, hal ini dapat ditinjau dari hasil peningkatan pengetahuan peserta yang diuji melalui pre-test dan pos-test, sehingga

telah terwujudnya tujuan dari pengabdian ini yakni diharapkan meningkatnya pengetahuan peserta khususnya mahasiswa dan alumni tentang bagaimana merintis usaha khususnya catering diet.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan secara umum antara lain pendidikan, sosial budaya, ekonomi, lingkungan, pengalaman, dan usia. Adanya pengetahuan yang baik tentang suatu hal, akan mendorong terjadinya perubahan perilaku pada diri individu, dimana pengetahuan tentang manfaat suatu hal akan menyebabkan seseorang bersikap positif terhadap hal tersebut, demikian pula sebaliknya⁷.

Sikap tidak akan memberi respon secara langsung terhadap suatu perubahan, menyadari bahwa pengetahuan dan sikap dipengaruhi oleh pengalaman⁸. Penelitian tahun 2014 mengatakan pengalaman juga dapat membentuk sikap sebagai proses semakin meningkatnya pengetahuan yang dimiliki⁹. Pengetahuan merupakan tahap awal terjadinya persepsi yang kemudian melahirkan sikap dan pada gilirannya melahirkan perbuatan atau tindakan. Pengalaman menunjukkan bahwa interaksi yang terjadi cenderung mengakibatkan adanya diri yang timbal balik serta penyesuaian kecakapan dengan situasi baru^{10 11}.

Pengabdian masyarakat tentang Pelatihan Kewirausahaan Jasa Boga Diet Penyakit Degeneratif Bagi Pemula mendapatkan hasil bahwa Pelatihan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan dan psikomotor dari peserta pelatihan¹⁰. Selain itu dengan program pengabdian pengembangan usaha catering "real food" khusus balita berbasis online dapat meningkatkan pendapatan untuk ibu-ibu pos daya mandiri dengan banyak nya pasar yang dapat dijadikan konsumen^{12 13}.

Hasil wawancara dengan peserta pelatihan pembuatan catering diet diperoleh hasil diantaranya adalah: 1. Pelatihan pembuatan catering diet Diabetes Mellitus menginspirasi mereka untuk membuat menu sehat dan menarik untuk dijadikan ide bisnis 2. Bahan dan cara pembuatan mudah serta efisien 3. Uji coba masakan mendapatkan respon positif 4. Peserta mulai memahami gizi yang tepat untuk catering diet 5. Meningkatkan keinginan peserta untuk berkeinginan merintis usaha catering diet. Dari hasil pengabdian kepada masyarakat ini dapat membantu mahasiswa dan alumni gizi untuk meningkatkan kemampuan berwirausaha.

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah melakukan pelatihan tentang kewirausahaan gizi catering diet pada mahasiswa dan alumni dapat menambah wawasan peserta serta dapat meningkatkan pengetahuan, dan keterampilan peserta menjadi lebih baik terhadap bagaimana merintis kewirausahaan gizi khususnya catering diet sebagai wirausaha. Mahasiswa dan alumni sudah mampu memahami tahapan merintis usaha dengan baik. Untuk memacu motivasi berwirausaha bagi peserta khususnya para alumni dan mahasiswa harus sering mengikuti pelatihan kewirausahaan agar berani untuk mengambil keputusan dalam memulai usaha, khususnya usaha catering diet yang belum ada di Aceh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada direktur, ketua jurusan, dosen dan staf Jurusan Gizi yang telah membantu sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar serta kepada seluruh mahasiswa dan alumni yang berpartisipasi dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Riskesdas. (2023). *Riset Kesehatan Dasar*.
2. Perkeni. (2011). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*.
3. Hasbi, M. (2017). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus Dalam Melakukan Olahraga Di Wilayah Kerja Puskesmas Praya Lombok Tengah. *Jurnal Kesehatan Prima : Vol 11, No.1, Februari 2017, Halaman : 76 - 82*
4. Sonhaji, S., Hani, U., & Rahmani, R. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Manajemen Diri Terhadap Tingkat Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Di Kabupaten Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 8(1), 25–31. <https://doi.org/10.33655/mak.v8i1.180>
5. Khasanah, J. F., Ridlo, M., & Putri, G. K. (2021). Gambaran Pola Diet Jumlah, Jadwal, dan Jenis (3J) pada Pasien dengan Diabetes Melitus Tipe 2. *Indonesian Journal of Nursing Scientific*, 1(1), 18–27.
6. Darsini, Fahrurrozi, E. A. C. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Keperawatan*, 12(1).
7. Giajati, S. A., & Kusumaningrum, N. S. D. (2020). Konsumsi Gizi Pada Penyandang Diabetes Mellitus Di Masyarakat. *Journal of Nutrition College*, 9(1), 38–43. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i1.26424>
8. Rizkitania, A., Auliyah, A., & Wani, Y. A. (2022). Faktor yang Memengaruhi Keputusan Pembelian Konsumen terhadap Katering Sehat. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, 17(2), 213–223. <https://doi.org/10.204736/mgi.v17i2.213-223>
9. Anjasari, E., & Nikmawati, E. E. (2014). Manfaat Hasil Belajar “Bisnis Makanan Diet” Sebagai Kesiapan Membuka Usaha Katering Diet. *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 4(1), 1–13.
10. Pudyastuti, RR Kariyadi, Nilfar Ruaida, Andrias Horhoruw, Z. P. (2022). PELATIHAN KEWIRAUSAHAAN JASA BOGA DIET PENYAKIT DEGENERATIF BAGI PEMULA. *Journal Malahayati Nursing*, 7(2), 1864–1873.
11. Paranita N, D., Ramdani, H., & Fera Risina, D. (2019). Pengembangan Usaha Katering “Real Food” Khusus Balita Berbasis Online Di Posdaya Mandiri Bekasi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JPM-IKP)*, 2(01). <https://doi.org/10.31326/jmp-ikp.v2i01.261>
12. Sekarrini, R. (2022). Gambaran Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular di Kelurahan Umban Sari Kecamatan Rumbai Pekanbaru Menggunakan Pendekatan Stepwise WHO. *Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia*, 1(8), 1087–1097. <https://katadata.co.id/berita/2020/01/06/baru-83-peserta-bpjs-kesehatan-per-akhir-2019->
13. Suhartatik, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus. *Healthy Tadulako Journal*, 8(3), 148–156.