

Konstruksi Sosial Makanan Sehat di Kalangan Pekerja Kesehatan Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta

Vinsensia Ventilanova¹, Yosafat Hermawan Trinugraha², Saifuddin Zuhri³

Universitas Sebelas Maret

Article Info

Article history:

Received : 11 July 2023

Publish : 25 Juli 2023

Keywords:

Construction

Healthy Food

Office Workers

Info Artikel

Article history:

Diterima : 11 Juli 2023

Publis : 25 Juli 2023

Abstract

This study aims to analyze the social construction of healthy eating among health workers at RS Dr. Oen Surakarta. Using a qualitative approach, the study explores the perceptions and practices related to healthy food among health workers at RS Dr. Oen Surakarta. The findings of the study indicate that the social construction of healthy eating among health workers at RS Dr. Oen Surakarta is influenced by factors such as organizational culture, work environment, and individual knowledge. The analysis reveals that practical needs, time constraints, and individual preferences have an impact on the choices and social construction of healthy food among health workers at RS Dr. Oen Surakarta. This study provides valuable insights into the social construction of healthy eating among health workers at RS Dr. Oen Surakarta and can serve as a basis for developing more effective health promotion programs in the workplace.

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk memahami konstruksi sosial makanan sehat di kalangan pekerja kesehatan di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali persepsi dan praktik seputar makanan sehat yang dilakukan oleh para pekerja kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konstruksi sosial makanan sehat dipengaruhi oleh budaya organisasi, lingkungan kerja, dan pengetahuan individu di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta. Analisis juga mengungkap bahwa kebutuhan praktis, keterbatasan waktu, dan preferensi individu berperan penting dalam mempengaruhi pilihan dan konstruksi sosial makanan sehat di kalangan pekerja kantor tersebut. Temuan penelitian ini memberikan wawasan yang berharga dan dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program-program promosi kesehatan yang lebih efektif di lingkungan kerja Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta.

This is an open access article under the [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

4.0 Internasional



Corresponding Author:

Vinsensia Ventilanova

Pendidikan Sosiologi Antropologi Universitas Sebelas Maret

Email : vinsensiaventilanova@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Manusia memiliki kebutuhan hidup pokok seperti pangan (makanan), sandang (pakaian), dan papan (tempat tinggal), namun pemenuhan kebutuhan ini berbeda bagi setiap individu berdasarkan pengaruh budaya, ekonomi, agama, lingkungan, letak geografis wilayah, dan waktu.

Fokus utama disini adalah pada kebutuhan akan pangan, dan bagaimana makanan tidak hanya menjadi benda ekonomi, tetapi juga menjadi identitas budaya dan pola gaya hidup masyarakat. Hal ini mendasari pentingnya makanan sehat yang mengandung nutrisi dan gizi yang seimbang dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit kronis.

Pada bagian ini pun membahas kasus keracunan makanan di Indonesia dan pentingnya kebersihan dan sanitasi dalam pengolahan dan penyimpanan makanan. Faktor-faktor seperti ketahanan hidup pantogen, persiapan makanan yang terlalu lama, dan penyimpanan yang tidak sesuai dapat menyebabkan keracunan pangan.

Pandemi Covid-19 juga membawa kesadaran akan pentingnya pola hidup sehat, termasuk konsumsi makanan sehat untuk menjaga sistem kekebalan tubuh. Namun, kesibukan dan perubahan gaya hidup yang serba instan dapat mengakibatkan pola makan yang tidak seimbang dan kurang sehat, terutama di kalangan pekerja kantor. Pekerja kantor cenderung memilih makanan cepat saji, junk food, atau makanan instan dengan rasa yang kuat dan kandungan MSG yang tinggi, meskipun mereka menyadari pentingnya pola makan sehat.

Pengaruh budaya dan gaya hidup terhadap pemilihan makanan, serta tantangan dalam mempertahankan pola makan yang sehat terutama di kalangan pekerja kesehatan. Kesibukan bagi pekerja kesehatan terkadang membuat pola makan sehat terabaikan dan tidak menjadi prioritas bagi mereka. Walaupun perusahaan memberikan jam makan siang kepada para karyawannya, namun para pekerja kantoran kurang memperhatikan asupan makanan mereka. Keterbatasan pilihan makanan yang tersedia dilingkungan kantor kerjanya menyebabkan keterbatasan akan makanan itu sendiri, demikian pula kecenderungan dalam memilih makanan tersebut.

Uniknya, pekerja kesehatan lebih suka jajan junkfood melalui platform online dikarenakan rasanya yang enak dan banyak promonya ditambah apabila ada teman pesen bersama membuat potongan makanan menjadi lebih besar. Pekerja kesehatan lebih suka makanan dengan rasa yang kuat dengan kandungan MSG yang tinggi. Masalah tersebut hampir sama dengan pola makan sehat, banyak orang mengetahui bahwa pola makan yang sehat memberikan manfaat yang baik bagi tubuh. Namun faktanya para pekerja kantoran tidak memperhatikan hal tersebut, dengan alasan faktor kesibukan, harga makanan yang mahal tidak ada teman yang mau bareng beli makanan tersebut maupun kebiasaan dari pola pekerja kesehatan tersebut.

Jadi, adanya kasus keracunan makanan dan masuknya pandemi Covid-19 membuat kesadaran konsumsi makanan sehat meningkat. Fokus penelitian ini mengungkap dan memahami sebuah makna konstruksi sosial makanan sehat pada pekerja kesehatan di Rumah Sakit Dr. Oen dengan menggunakan perspektif Berger dan Luckman. Berdasarkan uraian diatas, konstruksi sosial terkait makanan sehat ini menarik untuk dikaji lebih lanjut. Belum terdapat riset yang sama mengenai konstruksi sosial makanan sehat di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta mendorong peneliti untuk mengulik tentang pandangan pekerja kesehatan terhadap makanan sehat.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Metode penelitian kualitatif ini adalah jenis penelitian yang mempelajari dan mencari pemahaman tentang makna di antara sejumlah individu atau kelompok orang yang terlibat dalam masalah sosial. Pengumpulan data dalam metode ini tidak didasarkan pada teori, tetapi berfokus pada fakta-fakta yang ditemukan. Penelitian dengan metode kualitatif ini menghasilkan penemuan-penemuan yang tidak dapat dicapai melalui prosedur atau metode kuantitatif lainnya.

Penelitian kualitatif menekankan proses dan interpretasi. Metode ini dapat digunakan secara umum dalam penelitian tentang kehidupan, masyarakat, sejarah, perilaku, konsep, fenomena, masalah sosial, dan lain-lain. Penelitian ini berfokus pada konstruksi sosial terhadap makanan sehat pekerja kesehatan khususnya di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta. Teknik penelitian yang digunakan adalah teknik triangulasi. Menurut Sugiyono (2016: 373), teknik triangulasi digunakan untuk memverifikasi keabsahan data dalam penelitian. Data penelitian ini diperoleh dari observasi, wawancara dan dokumentasi. Trianggulasi dalam penelitian ini menggunakan sumber data dengan membandingkan hasil wawancara informan satu dengan lainnya. Pada penelitian ini informan terdiri dari 6 pekerja Rumah Sakit Dr. Oen, 3 pekerja perempuan dan 3 pekerja laki-laki dengan pendangannya masing-masing terkait makanan sehat. Data observasi di peroleh dari pengamatan dari aktivitas pekerja kesehatan yang membeli dari Healthy Caffe Oen. Uji validitas penelitian menggunakan Teknik triangulasi sumber yakni menggali kebenaran informasi tertentu, melalui berbagai metode dan sumber perolehan data (Mudjia Rahardjo, 2010).

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Persepsi dan Pengetahuan Pekerja Kesehatan tentang Makanan Sehat

Persepsi dan pengetahuan pekerja kesehatan di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta tentang makanan sehat memainkan peran penting dalam membentuk pola makan dan gaya hidup mereka. Persepsi merujuk pada cara individu memandang dan menginterpretasikan makanan sehat, sedangkan pengetahuan mencakup pemahaman mereka tentang komposisi nutrisi, manfaat kesehatan, dan cara memilih makanan sehat.

Beberapa pekerja kesehatan di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta mungkin memiliki persepsi positif terhadap makanan sehat. Mereka menganggapnya sebagai aspek penting dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan mereka. Mereka mungkin memahami bahwa makanan sehat memberikan nutrisi penting, energi yang diperlukan, dan melindungi tubuh dari penyakit. Pekerja kesehatan dengan persepsi yang positif cenderung lebih termotivasi untuk memilih makanan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Namun, tidak semua pekerja kesehatan mungkin memiliki persepsi yang sama tentang makanan sehat. Beberapa individu mungkin memiliki persepsi negatif atau kurang memahami pentingnya makanan sehat dalam menjaga kesehatan. Mereka mungkin menganggap makanan sehat sebagai sesuatu yang tidak menarik atau membosankan, atau mereka mungkin memiliki pemahaman yang terbatas tentang manfaat kesehatan yang terkait dengan makanan sehat. Dalam situasi ini, upaya edukasi yang lebih intensif diperlukan untuk mengubah persepsi mereka tentang makanan sehat.

Dalam wawancara dengan dokter AF, beliau menekankan pentingnya kesadaran akan kebutuhan nutrisi dan makanan sehat dalam rutinitas sehari-hari. Membawa bekal makanan sehat bukan hanya membantu menjaga kesehatan, tetapi juga meningkatkan energi dan produktivitas di tempat kerja. Disarankan untuk mencari informasi lebih lanjut tentang pola makan sehat dan berkonsultasi dengan ahli gizi jika diperlukan.

b. Faktor-faktor Pengaruh dalam Konstruksi Sosial Makanan Sehat

Ada faktor-faktor yang mempengaruhi konstruksi sosial makanan sehat dalam komunitas pekerja kesehatan di RS Dr. Oen Surakarta. Salah satu faktor penting adalah edukasi dan informasi yang diterima individu. Edukasi yang komprehensif tentang manfaat makanan sehat dan dampaknya terhadap kesehatan dapat memengaruhi persepsi dan pengetahuan individu tentang makanan sehat.

Edukasi ini mencakup informasi tentang komposisi nutrisi, pentingnya gizi seimbang, pilihan makanan sehat, dan cara mempersiapkan hidangan yang sehat. Selain itu, edukasi juga memberikan penekanan pada pentingnya memahami label gizi dan membaca daftar bahan pada kemasan makanan. Pekerja kesehatan juga dapat menerima informasi tentang makanan sehat melalui sumber-sumber lain seperti brosur, poster, artikel, atau sumber online yang terpercaya.

Lingkungan juga memainkan peran penting dalam konstruksi sosial makanan sehat. Lingkungan kerja yang mendukung makanan sehat, seperti kantin atau ruang makan yang menyediakan pilihan makanan sehat secara mudah diakses, dapat mempengaruhi perilaku makan pekerja kesehatan. Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta dapat memastikan kantin atau ruang makan menyediakan hidangan yang kaya akan sayuran, buah-buahan, protein sehat, dan sumber serat.

Norma sosial dan tekanan sosial juga mempengaruhi konstruksi sosial makanan sehat. Ketika norma sosial di komunitas pekerja kantor mengarah pada gaya hidup sehat dan makanan sehat dianggap positif dan dihargai, individu cenderung mengadopsi praktik makanan sehat. Tekanan sosial dari rekan kerja, atasan, atau peran model juga dapat mempengaruhi perilaku makan individu.

Kebijakan dan regulasi yang diterapkan oleh Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta turut mempengaruhi konstruksi sosial makanan sehat. Dengan mengimplementasikan kebijakan yang mendorong pilihan makanan sehat dan mengurangi ketersediaan makanan kurang sehat, rumah sakit menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku makan sehat.

Faktor individu, seperti preferensi pribadi, budaya, dan keyakinan, juga memengaruhi konstruksi sosial makanan sehat. Preferensi pribadi terkait dengan rasa, kebiasaan, dan preferensi makanan setiap individu dapat mempengaruhi pemilihan makanan sehat. Budaya juga memainkan peran dalam pemahaman individu tentang makanan sehat, sementara keyakinan individu dapat mempengaruhi preferensi makanan dan motivasi dalam mengadopsi pola makan sehat. Untuk mengubah konstruksi sosial makanan sehat di kalangan pekerja

kesehatan, Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta perlu merancang strategi yang memperhitungkan preferensi pribadi.

c. Konstruksi Sosial Makanan Sehat dalam Komunitas Pekerja Kesehatan

Konstruksi sosial makanan sehat di komunitas pekerja kesehatan Rumah Sakit Dr. Oen melibatkan interaksi dan pengaruh berbagai faktor. Ada edukasi dan informasi mengenai manfaat makanan sehat dan dampaknya terhadap kesehatan Rumah Sakit Dr. Oen mengimplementasikan kebijakan makanan sehat dengan mengurangi penawaran makanan kurang sehat dan memperluas pilihan makanan sehat. Lingkungan kantor didesain untuk memfasilitasi akses mudah terhadap makanan sehat. Program kesehatan dan dukungan seperti kontes sehat, tantangan diet sehat, dan pelatihan kesehatan diselenggarakan untuk memotivasi pekerja kesehatan memilih makanan sehat. Peran model juga berkontribusi dengan menjadi duta makanan sehat yang memberikan inspirasi dan teladan. Proses konstruksi sosial ini melibatkan partisipasi aktif dari berbagai pihak dan bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan pekerja kesehatan di Rumah Sakit Dr. Oen.

d. Strategi dan Intervensi untuk Mengubah Konstruksi Sosial Makanan Sehat

Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta telah mengadopsi serangkaian strategi dan intervensi yang komprehensif untuk mengubah konstruksi sosial seputar makanan sehat. Salah satu pendekatan yang mereka gunakan adalah melalui edukasi dan kampanye penyuluhan. Mereka memberikan pendidikan menyeluruh tentang manfaat makanan sehat dan dampaknya terhadap kesehatan kepada pekerja kesehatan melalui penyuluhan gizi, seminar, lokakarya, serta distribusi brosur dan materi edukasi.

Selain itu, Rumah Sakit Dr. Oen juga menerapkan kebijakan makanan sehat yang mendorong pilihan makanan yang baik bagi pekerja kesehatan. Mereka mengurangi atau menghapuskan penawaran makanan kurang sehat seperti makanan cepat saji dan camilan tinggi lemak dan gula. Sebagai gantinya, Rumah Sakit Dr. Oen menyediakan hidangan sehat yang kaya akan sayuran, buah-buahan, protein sehat, dan sumber serat.

Rumah Sakit Dr. Oen juga berupaya menciptakan lingkungan kantor yang mendukung makanan sehat. Mereka merancang kantin dan ruang makan yang memberikan akses mudah ke pilihan makanan sehat. RS Dr. Oen juga menjalin kerjasama dengan penyedia makanan untuk memastikan ketersediaan makanan sehat dengan harga terjangkau.

Untuk mendukung upaya ini, Rumah Sakit Dr. Oen mengadakan program kesehatan dan dukungan untuk pekerja kesehatan. Mereka menyelenggarakan program-program seperti kontes sehat atau tantangan diet sehat yang melibatkan pekerja kantoran. Program ini mencakup pelatihan kesehatan, konseling gizi, dan penilaian gizi individu guna memberikan dukungan dan bimbingan kepada pekerja dalam memilih makanan sehat.

Rumah Sakit Dr. Oen juga menunjuk individu atau kelompok dalam organisasi sebagai peran model bagi pekerja kantoran. Mereka menjadi duta makanan sehat yang berbagi pengalaman mereka dan memberikan inspirasi kepada orang lain untuk mengadopsi gaya hidup sehat.

Untuk memastikan keberhasilan upaya ini, Rumah Sakit Dr. Oen perlu melakukan pemantauan dan evaluasi secara rutin terhadap efektivitas strategi dan intervensi yang diterapkan. Hal ini membantu mereka menentukan apakah terjadi perubahan sosial dan peningkatan pengetahuan pekerja tentang makanan sehat. Jika perlu, Rumah Sakit Dr. Oen melakukan penyesuaian dan perbaikan strategi yang diterapkan.

Melibatkan berbagai pihak seperti manajemen rumah sakit, staf medis, dan pekerja kesehatan, Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta bertujuan untuk mencapai perubahan sosial yang signifikan dalam konstruksi makanan sehat untuk dampak yang lebih baik di masa depan.

4. KESIMPULAN

Persepsi dan pengetahuan pekerja kesehatan tentang makanan sehat memainkan peran krusial dalam pembentukan pola makan mereka. Pekerja kantoran yang memiliki persepsi dan pengetahuan yang baik tentang makanan sehat cenderung lebih termotivasi untuk memilih

makanan sehat dalam kehidupan sehari-hari mereka. Namun, sebagian pekerja kesehatan masih memiliki persepsi yang negatif atau kurang pemahaman tentang pentingnya makanan sehat. Oleh karena itu, pendekatan edukasi yang efektif dan komprehensif diperlukan untuk mengubah persepsi dan meningkatkan pengetahuan mereka tentang makanan sehat.

Kedua, lingkungan kantor yang mendukung makanan sehat berperan penting dalam mempengaruhi pilihan makanan pekerja kesehatan. Dengan menata kantin atau ruang makan yang memberikan akses mudah ke pilihan makanan sehat, Rumah Sakit Dr. Oen

Surakarta dapat menciptakan lingkungan yang mendorong pekerja kesehatan untuk memilih makanan sehat. Kerjasama dengan penyedia makanan juga menjadi faktor penting dalam memastikan ketersediaan makanan sehat dengan harga terjangkau.

Ketiga, faktor individu seperti preferensi pribadi, budaya, dan keyakinan memengaruhi konstruksi sosial makanan sehat di kalangan pekerja kesehatan. Pilihan makanan dipengaruhi oleh preferensi rasa, kebiasaan makan, dan nilai-nilai budaya yang melekat pada individu. Oleh karena itu, pendekatan yang mencakup pemahaman dan pengakuan terhadap faktor-faktor ini dapat membantu dalam membangun konstruksi sosial yang lebih positif terkait makanan sehat.

Melalui implementasi strategi dan intervensi ini, diharapkan konstruksi sosial makanan sehat di kalangan pekerja kesehatan Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta dapat berubah secara positif. Hal ini akan membawa manfaat jangka panjang bagi kesehatan dan kesejahteraan karyawan, serta berdampak pada peningkatan kualitas layanan kesehatan yang diberikan kepada pasien.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Puji Syukur senantiasa diucapkan kepada Tuhan Yang maha Esa, yang telah melimpahkan berbagai kenikmatan, salah satunya kenikmatan untuk dapat berpartisipasi dalam penulisan jurnal ini. Terima kasih juga peneliti ucapkan kepada kedua orang tua dan dosen pembimbing yang senantiasa mendoakan dan mendukung setiap langkah peneliti. Kemudian, ucapan terimakasih juga peneliti haturkan kepada seluruh pihak yang telah berpartisipasi dan membantu dalam proses pembuatan jurnal ini. Tiada kata lain selain terima kasih. Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas kebaikan kalian semua.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Fikar, Fiqih Naila. Suroto. Dan Widjasena Baju. 2017. *Hubungan Indeks Massa Tubuh, Durasi Kerja dan Beban Kerja Fisik Terhadap Kebugaran Jasmani Karyawan Konstruksi di PT. X*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Vol 5(1). <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Imam Gunawan. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik*. Bumi Aksara.
- Momon Sudarman. (2009). *Sosiologi Kesehatan*. Salemba Medika.
- Kurniasari, Ratih. 2022. *Peningkatan Pengetahuan Pekerja Kantor Tentang Nilai Kandungan Gizi Makanan yang Banyak Dipesan melalui Aplikasi Pesan Antar Online dengan Media Linktree*. Minda Baharu. Vol 6(1). <https://doi.10.33373/jmb.v6i1.3908>
- Momon Sudarman. (2009). *Sosiologi Kesehatan*. Salemba Medika.
- Peter L Berger, & Thomas Luckmann. (1990). *Tafsir Sosial atas Kenyataan*. LP3ES.
- Rachmawati, Emma. Nurmansyah, Mochamad Iqbal. Laksmi, Betty Semara. Ummiyatun, Yuyun. Saraswati, Lia Kharisma. 2019. *Optimalisasi Promosi Kesehatan Rumah Sakit dalam Mewujudkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Berkemajuan di Rumah Sakit Muhammadiyah*. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat. Vol 3 (1)
- Riandi, Arie Norman. Rahayu, Winiati Pudji. Nurjanah, Siti. 2020. *Hubungan antara Tingkat Pendidikan dan Pendapatan Karyawan dengan Pengetahuan dan Sikap Kemanan Pangannya pada Tempat Makan di DKI Jakarta*. Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia. Vol 26(1) hal: 50-59. <https://doi.10.1834/jipi.26.1.50>
- Sandu Siyoto, & Ali Sodik. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Syahrudin, & Salim. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Ciptapustaka Media.