

## Edukasi Minimalisir Penggunaan Wadah Plastik Melalui Kampanye “Sayangi Bumi dan Dirimu, dengan Membawa Bekalmu”

### *Education to Minimize the Use of Plastic Containers Through the Campaign “Love the Earth and Yourself, by Bringing Your Lunch”*

Ramadhan Tosepu<sup>1</sup>, Devi Savitri Effendy<sup>2</sup>, Syakinah Jamustiara<sup>3\*</sup>, Sri Rahmadani<sup>4</sup>,  
Tamara Moratono Jono<sup>5</sup>, Revalina<sup>6</sup>, Dela Ramadhan<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

<sup>2-7</sup>Program studi Gizi, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

[syakinahdokumen@gmail.com](mailto:syakinahdokumen@gmail.com) <sup>1\*</sup>

Alamat: Kampus Hijau Bumi Tridharma, Anduonohu, Kec. Kambu, Kota Kendari, Sulawesi  
Tenggara 93232

Koresponden penulis : [syakinahdokumen@gmail.com](mailto:syakinahdokumen@gmail.com)

#### Article History:

Received: Oktober 20, 2024;

Revised: November 04, 2024;

Accepted: November 18, 2024;

Online Available: November 20,  
2024;

**Keywords:** Single-Use Plastic  
Containers, Styrofoam, Halu Oleo  
University Students, Health

**Abstract:** Campaign The purpose of the "Love the Earth and Yourself, by Bringing Your Own Lunchbox" campaign is to educate students about the dangers of using plastic as food containers and to encourage the use of non-plastic food containers among students. An initial survey was conducted to obtain information on the pattern of single-use plastic use among students with a questionnaire developed using the Health Belief Model (HBM) theory approach. The campaign developed educational posters and appointed anti-single-use plastic ambassadors. Through this initiative, it is hoped that Halu Oleo University can become a pioneer in the movement to reduce plastic usage and create a more sustainable campus environment

#### Abstrak

Tujuan dari Kampanye “Sayangi Bumi dan Dirimu, Dengan Membawa Bekalmu” adalah untuk mengedukasi mahasiswa tentang bahaya penggunaan plastik sebagai wadah makanan dan meningkatkan penggunaan wadah makanan non plastic dikalangan mahasiswa. Survey awal dilakukan untuk mendapatkan informasi pola penggunaan plastik sekali pakai di kalangan mahasiswa dengan kuesionernya dikembangkan dengan menggunakan pendekatan teori *Health Belief Model (HBM)*. Media yang dikembangkan untuk kegiatan kampanye adalah poster edukasi dan juga pembentukan duta anti plastic sekali pakai. Dengan langkah ini, diharapkan Universitas Halu Oleo dapat menjadi pionir dalam gerakan pengurangan plastik dan menciptakan lingkungan kampus yang lebih berkelanjutan.

**Kata Kunci :** Wadah Plastic Sekali Pakai, Styrofoam, Mahasiswa Universitas Halu Oleo, Kampanye Kesehatan

## 1. PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari, plastik merupakan produk yang sangat umum kita temui dalam berbagai bentuk dan fungsi yang berbeda-beda. Namun plastic juga memiliki dampak bagi Kesehatan dan lingkungan, salah satu kasus yang pernah ditemukan adalah satu ekor ikan paus jenis *Phyoster Macrocephalus* di wilayah laut Pulau Kapota, Kabupaten Wakatobi, Sulawesi Tenggara dan tiga ekor penyu di wilayah laut Pulau Pari,

Kepulauan Seribu, Jakarta Utara ditemukan mati dengan kondisi terdapat plastic dalam perut hewan tersebut yang tidak bisa dicerna secara sempurna (Wirasmita et al., 2020).

Plastik juga umum kita temui sebagai wadah pengemasan makanan, misalnya penggunaan plastik dan *Styrofoam*, namun banyak konsumen belum mengetahui resiko yang mampu ditimbulkan dari penggunaannya. Misalnya berpindahnya senyawa toksik berasal dari plastic ke makanan dikarenakan terpengaruh oleh suhu serta lama kontak. Bahan utama pembuatan plastic polikarbonat adalah senyawa *Bisphenol A* (BPA). Bahan ini bisa masuk kedalam tubuh manusia karena dapat bermigrasi ke makanan yang dikemas. BPA dapat berpotensi menyebabkan ketidaknormalan perkembangan endometrium yang dapat mengakibatkan infertilitas dan meningkatkan resiko terkena kanker payudara (Utami et al., 2020)

Styrofoam (polystyrene) adalah bahan kemasan busa yang paling terkenal dan paling umum digunakan dan terdiri dari 90% udara dan 10% polistiren, sehingga menghasilkan volume yang besar. Polystyrene adalah butiran stirena yang diolah dengan benzena, yang dapat menyebabkan Bahaya (Wardhani, D. K. 2020). Benzana dapat menyebabkan gangguan kesehatan seperti gangguan sistem saraf, kelelahan, peningkatan detak jantung, sulit tidur, tubuh gemetar, dan sering gelisah. (Utami et al., 2020)

Penggunaan kemasan plastik dan Styrofoam merupakan salah satu contoh praktik yang berujung pada gangguan kesehatan dan pencemaran lingkungan. Kemasan makanan dari plastik seperti plastik kresek berwarna sering digunakan oleh banyak orang karena harganya murah, praktis dan mudah didapat. Di Indonesia, kemasan plastik mulai menjadi mainstream dalam industri makanan, mencakup 80% dari seluruh jenis kemasan makanan (Riset Dan Inovasi Al-Matani et al., 2021). Banyak masyarakat dari berbagai kalangan, termasuk pelajar, yang menggunakan kemasan plastik dan *styrofoam*.

Di Kota Kendari, Provinsi Sulawesi Tenggara, penggunaan plastik sebagai wadah untuk makanan sangat tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Ringbeck et al dengan melakukan pemeriksaan sampel urine pada siswa sekolah dasar di Kota Kendari menemukan tingkat paparan rata-rata siswa terhadap *oxo-NP*, yaitu zat kimia yang bisa menjadi indikator paparan terhadap produk kimiawi tertentu, yang mungkin berasal dari lingkungan, makanan, atau produk sehari-hari, adalah 1.10 (Ringbeck et al., 2022) . Konsentrasi *oxo-NP* merujuk pada konsentrasi senyawa *oxo-nonylphenol*, turunan dari *nonylphenol* (NP). *Nonylphenol* sendiri adalah senyawa organik yang banyak digunakan dalam produksi surfaktan industri, plastik, dan pestisida. Senyawa ini diketahui memiliki efek negatif pada lingkungan dan organisme hidup karena sifatnya yang *endokrin disruptor*, yaitu dapat mengganggu sistem hormonal.

Berdasarkan survey yang telah dilakukann kepada 16 orang mahasiswa Universitas Halu Oleo bahwa masih ada beberapa dari mereka yang belum menganggap serius dampak dari penggunaan plastik sekali pakai sebagai wadah konsumsi, hal ini bisa terjadi karena salah satu factor kurangnya informasi yang diterima mahasiswa mengenai bahaya penggunaan wadah plastic sekali pakai, baik informasi dari media cetak maupun media elektronik. Tujuan dari “Kampanye “Sayangi Bumi dan Dirimu, Dengan Membawa Bekalmu” adalah untuk mengedukasi mahasiswa tentang bahaya penggunaan plastic sebagai wadah makanan dan meningkatkan penggunaan wadah makanan non plastic dikalangan mahasiswa Universitas Halu Oleo

## 2. METODE

Program ini dimulai dengan perancangan instrument kusioner menggunakan teori *Health Belief Model* (HBM) mengenai persepsi dan keyakinan Mahasiswa Universitas Halu oleo terhadap penggunaan plastik sekali pakai. Dari penyebaran kusioner ini dirumuskan satu program yaitu “Kampanye “Sayangi Bumi dan Dirimu, Dengan Membawa Bekalmu”. Tahap kedua yaitu Penyebaran pamflet bahaya penggunaan plastic sekali pakai melalui media cetak maupun media elektronik berupa story Instagram pribadi peserta. Tahap ketiga yaitu adopsi, dimana sasaran program bersedia dan berkomitmen mengikuti program. Tahap keempat yaitu pelaksanaan, dimana sasaran mulai membiasakan menggunakan kotak bekal dan botol minum pribadi apabila bepergian serta mengurangi perilaku membungkus makanan menggunakan wadah plastic sekali pakai. Tahap terakhir yaitu tahap maintenance, dimana peserta program bersedia menjadi influencer dan menyebarkan kebiasaan-kebiasaan menggunakan wadah makan dan minum non plastic sekali pakai serta menyebarkan informasi bahaya penggunaan plastic sekali pakai.

Pelaksanaan program “Kampanye “Sayangi Bumi dan Dirimu, Dengan Membawa Bekalmu” melau media sosial Instagram melalui akun @23gizieducate serta kampanye secara offline yang bertempat di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo.

Program Kampanye “Sayangi Bumi dan Dirimu, Dengan Membawa Bekalmu” terdiri dari beberapa metode

- a. Penyebaran Pamflet di media sosial Instagram dengan akun @23gizieducate;
- b. Penyebaran pamflet di area sekitaran Fakultas Kesehatan Masyarakat;
- c. Pemberian contoh pada warga Fakultas Kesehatan Masyarakat dalam membawa tumbler dan kotak makan ketika bepergian.



**Gambar 1.** Akun Instagram yang digunakan



**Gambar 2.** Pamflet yang digunakan sebagai media informasi

### 3. HASIL

Program ini dimulai dengan melakukan penyusunan dan penyebaran kusioner menggunakan teori *Health Belief Model* (HBM) untuk menganalisis perilaku, keyakinan dan persepsi mahasiswa universitas Halu Oleo Fakultas kesehatan Masyarakat Program Studi Gizi terhadap dampak penggunaan plastic sekali pakai sebagai wadah konsumsi terhadap Kesehatan. Berdasarkan hasil penyebaran kusioner ditemukan beberapa kondisi yang membuat penulis tertarik, yaitu meliputi

**Tabel 1.** Prevalensi penggunaan plastic sekali pakai sebagai wadah konsumsi

variabel	Frekuensi
Tidak pernah	0%
Jarang	13,3%
Sering	80%
Sangat sering	6,7%

Berdasarkan Tabel 1, Seluruh responden yang terlibat telah menggunakan plastic sekali pakai sebagai wadah konsumsinya, 13,3% jarang menggunakannya, 80% sering menggunakannya, ini merupakan prevalensi yang tertinggi sehingga menunjukkan bahwa mahasiswa tidak terlepas dari penggunaan plastic sekali pakai, serta 6,7% sangat sering menggunakan plastic sekali pakai.

**Tabel 2.** Prevalensi mendapatkan informasi atau kampanye mengenai dampak negative penggunaan plastic sekali pakai sebagai wadah konsumsi

Variabel	Frekuensi
Jarang sekali	6,2%
Kadang-kadang	68,8%
Sering	18,8%
Sangat sering	6,2%

Berdasarkan Tabel 2, diperoleh bahwa mahasiswa masih sangat minim mengenai informasi dampak penggunaan plastic sekali pakai bagi Kesehatan, hal ini tercermin dari sebanyak 6,2% jarang sekali mendapatkan informasi mengenai bahaya penggunaan plastic sekali pakai sebagai wadah konsumsi, 68,8% kadang-kadang mendapatkan informasi, 18,8% sering mendapatkan informasi dan 6,2% sangat sering.

**Tabel 3.** Prevalensi pemahaman kerentanan resiko terkena penyakit akibat paparan bakteri atau bahan kimia dari plastic

Variabel	Frekuensi
Tidak setuju	0%
Netral	31,3%
Setuju	43,8%
Sangat setuju	25%

Berdasarkan tabel 3. Diperoleh bahwa masih ada beberapa responden yang belum merasa rentan terserang penyakit akibat paparan bakteri atau bahan kimia dari plastic (31,3%).

Berdasarkan beberapa hal diatas yang dijadikan bahan pertimbangan, penulis menginisiasi sebuah program “Kampanye Sayangi Bumi dan Dirimu, Dengan Membawa Bekalmu”, Program ini dimulai dengan penyebaran pamflet dimedia sosial, dengan pertimbangan mahasiswa sangat sering menggunakan media sosial (Instagram) sehingga informasi akan sampai ketarget secara cepat dengan jangkauan peserta yang lebih besar.



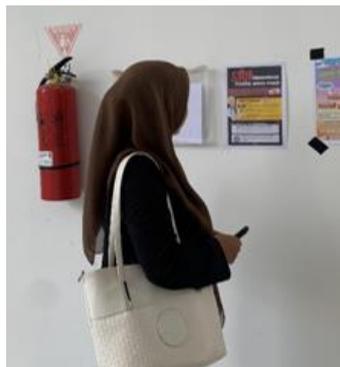
**Gambar 3.** Jangkauan Postingan pada terhadap @23gizieducate



**Gambar 4.** *Feedback* khalayak akun penyebaran pamphlet

Salah satu feedback yang diberikan oleh akun Instagram @xyyz\_neijin terhadap postingan di akun @23gizieducate yang mengatakan bahwa untuk pertama kali dia melihat edukasi plastic mengenai bahayanya bagi Kesehatan, hal ini membuktikan edukasi mengenai dampak penggunaan plastic sekali pakai terhadap Kesehatan masih minim ditemukan, penulis berharap dengan penyebaran pamphlet edukasi tersebut mampu memberikan pemahaman kepada khalayak umum sehingga mengurangi penggunaan plastic sekali pakai sebagai wadah konsumsi.

Akun @23gizieducate juga diharapkan mampu menjadi sarana diskusi online bagi khalayak umum yang masih awam mengenai edukasi, sehingga memudahkan untuk bertukar pikiran dan mendapat informasi tambahan. Selanjutnya program ini dilakukan dengan penyebaran poster di area fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo



**Gambar 5.** Mahasiswa mendapatkan edukasi melalui poster

Penyebaran poster dalam bentuk fisik menjadi sarana edukasi singkat bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat apabila sekiranya belum menemukan pamphlet yang disebar melalui media Instagram, sehingga edukasi tetap berjalan dan cakupan massa mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oelo dapat terpenuhi dan teredukasi.

Tahap akhir dari program ini adalah pemberian contoh Pemberian contoh pada warga Fakultas Kesehatan Masyarakat dalam membawa tumbler dan kotak makan ketika bepergian.



**Gambar 6.** Pemberian contoh membawa tumbler & kotak makan

Pemberian contoh ini sebagai edukasi lanjutan kepada mahasiswa agar mengurangi penggunaan plastic sekali pakai sebagai wadah konsumsi, penulis juga menjadikan perilaku FOMO (*Fear of Missing Out*) yang dicirikan oleh keinginan untuk terus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain (O'connell, 2020). sebagai pertimbangan untuk membentuk perilaku mahasiswa dalam membiasakan membawa tumbler dan kotak makan ketika bepergian



**Gambar 7.** Mahasiswa Program Studi Gizi..

Beberapa hari setelah pemberian contoh kepada mahasiswa terhadap perilaku membawa kotak bekal dan tumbler, beberapa mahasiswa Program Studi Gizi mulai mengikuti perilaku tersebut, sehingga apabila hal ini berkelanjutan secara terus menerus mampu meminimalisir penggunaan plastic sekali pakai sebagai wadah konsumsi Mahasiswa Universitas Halu Oleo.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Program Kampanye “Sayangi Bumi dan Dirimu, Dengan Membawa Bekalmu” dengan metode penyebaran poster edukasi dengan media cetak poster yang ditempel di area fakultas Kesehatan Masyarakat universitas Halu Oleo dan media sosial (Instagram) yang mampu

mencakup massa yang lebih banyak sehingga penyampaian informasi lebih cepat dan mudah, selain itu, pemberian contoh membawa bekal dan tumbler ketika bepergian dengan pertimbangan perilaku FOMO mahasiswa sehingga mampu membentuk kebiasaan penggunaan plastic non sekali pakai. Program kampanye “Plastic Non Sekali Pakai” yang mengkombinasikan 3 metode ini mendapat respon yang sangat baik dari khalayak umum maupun Mahasiswa fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo serta berdampak terhadap peningkatan pengetahuan mahasiswa. Namun demikian program ini masih membutuhkan perbaikan dalam hal desain media, desain pesan, dan berbagai element penting lainnya.

### **Pengakuan/Acknowledgements**

Program ini dilaksanakan dalam rangka memenuhi salah satu dari tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan berbagi ilmu dan informasi yang diharapkan memberikan manfaat bagi masyarakat, terutama kepada mahasiswa Universitas Halu Oleo Fakultas Kesehatan Masyarakat yang menjadi peserta program ini. Adapun PKM ini mengangkat tema “Edukasi Minimalisir Penggunaan Wadah Plastik Melalui Kampanye “Sayangi Bumi Dan Dirimu, Dengan Membawa Bekalmu”. Pada kesempatan ini kami mengucapkan banyak terimakasih kepada, responden beserta semua pihak yang ikut berpartisipasi sehingga program berjalan lancar dan sukses.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- O’connell, C. (2020). How FOMO (Fear of Missing Out), The Smartphone, and Social Media May Be Affecting University Students in the Middle East. *North American Journal of Psychology*, 22(1), 83–102.
- Ringbeck, B., Bury, D., Lee, I., Lee, G., Alakeel, R., Alrashed, M., Tosepu, R., Jayadipraja, E. A., Tantrakarnapa, K., Kliengchuay, W., Brüning, T., Choi, K., & Koch, H. M. (2022). Biomarker-Determined Nonylphenol Exposure and Associated Risks in Children of Thailand, Indonesia, and Saudi Arabia. *Environmental Science and Technology*, 56(14), 10229–10238. <https://doi.org/10.1021/acs.est.2c01404>
- Riset Dan Inovasi Al-Matani, L., Maharani, R., & Hang Tuah Pekanbaru, Stik. (2021). PERILAKU MAHASISWA TERHADAP BAHAYA PENGGUNAAN STYROFOAM PADA KEMASAN MAKANAN DI STIKES HANG TUAH KOTA PEKANBARU TAHUN 2020. In *Journal of Hospital Management and Health Sciences* (Vol. 2, Issue 1). JHMHS.
- Utami, A. M. yuni, Listina, F., & Novariana, N. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Mahasiswa Dalam Penggunaan Plastik Dan Styrofoam Untuk Pembungkus Makanan Di Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia Tahun 2020.

*Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 5(2), 129.  
<https://doi.org/10.35842/formil.v5i2.326>

Wirasmita, R. H., Arianti, B. D. D., Uska, M. Z., Kholisho, Y. N., & Wardi, Z. (2020). Edukasi Zero Waste Berbasis Teknologi Informasi. *ABSYARA: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.29408/ab.v1i2.2749>