



PENGABDIAN PADA MASYARAKAT

Editor Officer : PPPM Institut Teknologi Pagar Alam Jl Masik Siagim No.75
Kec Dempo Tengah Kota Pagar Alam Sumatera Selatan Indonesia
Email : Ngabdimas@lppmsttpagaralam.ac.id
Alamat Jurnal : <https://ejournal.pppmitpa.or.id/>

KEAMANAN PANGAN DI RUMAH UNTUK KESEHATAN BALITA

¹⁾Harumi Sujatmiko, ²⁾Ina Permata Sari*

^{1,2)}Program Studi Teknologi Hasil Pertanian
Institut Teknologi Pagar Alam

Jl. Masik Siagim No. 75, Kec. Dempo Tengah, Kota Pagar Alam, Sumatera Selatan, Indonesia

*Email: hsjatmiko12@gmail.com

Abstrak

Balita merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap penyakit bawaan makanan. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Indonesia, kasus penyakit bawaan makanan pada balita masih cukup tinggi dengan persentase lebih dari 40%. Tingginya kasus penyakit bawaan makanan pada balita dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan masyarakat tentang prinsip keamanan pangan, terutama ibu rumah tangga. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu rumah tangga mengenai pentingnya keamanan pangan, khususnya dalam menyiapkan makanan untuk balita. Kegiatan pengabdian dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan, diikuti oleh 18 orang ibu rumah tangga dan ibu-ibu PKK di Kelurahan Sidorejo, Kota Pagar Alam. Berdasarkan evaluasi yang diberikan, penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu rumah tangga mengenai keamanan pangan skala rumah tangga hingga 84.2%.

Kata Kunci : balita, keamanan pangan, penyakit bawaan pangan

1. PENDAHULUAN.

Memiliki akses terhadap makanan yang bergizi, aman, dan sehat merupakan hak bagi semua orang. Makanan yang tidak aman/terkontaminasi mengandung berbagai jenis bakteri, virus, parasit, atau benda asing yang berbahaya bagi kesehatan. Konsumsi makanan yang terkontaminasi menyebabkan terjadinya *foodborne illnesses* atau yang dikenal sebagai penyakit bawaan makanan [1]. Terdapat lebih dari 200 jenis penyakit bawaan makanan tergantung dari kontaminasinya, mulai dari diare hingga cacat permanen atau bahkan menyebabkan kematian. Berdasarkan data yang dilaporkan World Health Organization (WHO) pada tahun 2016, diestimasikan 600 juta orang jatuh sakit setelah mengonsumsi makanan yang terkontaminasi dan 420 ribu jiwa lainnya mengalami kematian [2].

Salah satu kelompok yang rentan terhadap penyakit bawaan makanan dan komplikasi kesehatan lainnya adalah balita dengan rentang usia 0 – 5 tahun. Dilaporkan setiap tahunnya 125 ribu balita meninggal akibat penyakit bawaan makanan [3]. Tingginya angka kematian pada kelompok balita disebabkan karena sistem kekebalan tubuh yang masih dalam tahap berkembang. Balita dengan sistem kekebalan tubuh yang masih berkembang tidak dapat melawan infeksi sebaik orang dewasa. Selain itu, balita menghasilkan lebih sedikit asam lambung yang berfungsi untuk melindungi diri dari patogen, sehingga lebih mudah sakit [4].

Keamanan pangan merupakan salah satu isu global yang penting, terutama bagi kelompok rentan seperti balita. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Indonesia (Kemenkes RI), kasus penyakit bawaan makanan pada balita masih cukup tinggi dengan persentase lebih dari 40% [5] dengan diare sebagai penyebab utama kedua kematian pada kelompok balita [6]. Tingginya kasus penyakit bawaan makanan pada balita dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan masyarakat tentang prinsip keamanan pangan, terutama ibu rumah tangga. Ibu rumah tangga sebagai pihak yang bertanggung

jawab dalam menyiapkan makanan bagi keluarga memiliki peran yang sangat krusial dalam mencegah terjadinya penyakit bawaan makanan pada balita. Namun, berdasarkan survey yang dilakukan, 65,2% ibu rumah tangga dari 443 responden masih belum memahami mengenai keamanan pangan pada tingkat rumah tangga [7].

Tingginya angka kejadian luar biasa (KLB) penyakit bawaan makanan pada balita ditingkat rumah tangga menandakan kurangnya pemahaman ibu rumah tangga mengenai prinsip dasar keamanan pangan dan praktik pengolahan makanan yang benar. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu rumah tangga mengenai pentingnya keamanan pangan, khususnya dalam menyiapkan makanan untuk balita. Melalui kegiatan penyuluhan dan demonstrasi, diharapkan peserta mampu menerapkan praktik keamanan pangan yang baik di rumah sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya penyakit bawaan pangan pada balita. Dengan demikian, kesehatan dan kesejahteraan keluarga dapat ditingkatkan.

2. METODE.

Kegiatan penyuluhan “Keamanan Pangan di Rumah untuk Kesehatan Balita” dilaksanakan pada tanggal 4 November 2024 yang berlokasi di Kelurahan Sidorejo, Kota Pagar Alam. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah ibu yang memiliki balita. Kegiatan diikuti oleh 18 orang peserta termasuk beberapa ibu-ibu PKK yang ikut berpartisipasi. Pengabdian masyarakat ini dilakukan menggunakan metode ceramah dan diskusi pada akhir kegiatan. Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini secara rinci dijelaskan sebagai berikut:

1. Tahap Awal
Tahap awal dalam kegiatan penyuluhan “Keamanan Pangan di Rumah untuk Kesehatan Balita” adalah dilaksanakannya koordinasi dan diskusi antar tim untuk menentukan waktu pelaksanaan. Selain itu, tim juga menjalin komunikasi dengan pihak eksternal yang terlibat, yaitu ibu-ibu PKK di Kelurahan Sidorejo.
2. Tahap Perencanaan dan Persiapan
Dilakukan perencanaan dan persiapan oleh tim terkait alat dan bahan yang dibutuhkan. Pada tahapan ini tim juga menyiapkan materi dalam bentuk PPT serta kuisisioner yang akan digunakan untuk evaluasi.
3. Tahap Pelaksanaan
Tahap pelaksanaan yang dilakukan dalam 4 sesi, yaitu *pre-test*, penyampaian materi, diskusi, dan *post-test*. Soal *pre-test* dan *post-test* disusun dan dikembangkan berdasarkan materi keamanan pangan yang diberikan, yaitu: 1) Pentingnya keamanan pangan bagi balita; 2) Prinsip dasar keamanan pangan WHO; dan 3) Penanganan dan penyimpanan bahan pangan. Hasil *pre-test* dan *post-test* dikonversi kedalam bentuk persentase dengan 3 katagori, yaitu baik (benar 76-100%), cukup (56-75%), dan kurang (<56%) yang mengacu pada Zuhkriana dkk. [8]

3. PEMBAHASAN DAN HASIL

Sejak didirikannya pada tahun 1948, WHO telah berkomitmen untuk mengurangi beban penyakit bawaan makanan bersama *Food and Agriculture Organization* (FAO). Hal ini tertuang dalam Codex Alimentarius yang memuat segala standar, pedoman, dan kode praktik pangan internasional. Pada skala nasional, pemerintah Indonesia juga melakukan berbagai upaya dalam mencegah dan menurunkan beban penyakit bawaan makanan. Berbagai pihak terlibat demi menjamin keamanan pangan, diantaranya Kementerian Pertanian (Kementan), Badan pengawasan Obat dan Makanan (BPOM), dan juga Perguruan Tinggi (PT). Kementan dan BPOM bekerja dengan menjamin mutu hasil pertanian, sedangkan PT dalam bentuk pengabdian masyarakat. Salah satu bentuk pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan seperti yang dilakukan oleh dosen Prodi Teknologi Hasil Pertanian Institut Teknologi Pagar Alam. Kegiatan ini bertujuan tujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu rumah tangga mengenai pentingnya keamanan pangan skala rumah tangga guna menjamin kesehatan balita. *Rundown* penyuluhan “Keamanan Pangan di Rumah untuk Kesehatan Balita” ditampilkan pada Tabel 1.

Balita yang berusia dibawah lima tahun memiliki resiko lebih tinggi terhadap penyakit bawaan

makanan. Penyakit yang ditularkan melalui makanan berisiko lebih tinggi pada balita karena memicu muntah, diare, atau bahkan keduanya yang menyebabkan terjadinya dehidrasi [4]. Tidak hanya itu, penyakit bawaan makanan akan berdampak pada proses kembang balita dengan mengganggu perkembangan sel-sel otak balita [9]. Ibu memiliki peran penting untuk menurunkan dan mencegah terjadinya penyakit bawaan pangan pada balita. Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu mengenai keamanan pangan dengan perilaku keamanan pangan yang secara langsung berdampak pada kesehatan anggota keluarga, terutama balita [10][11].

Tabel 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* keamanan pangan skala rumah tangga

No.	Waktu	Kegiatan
1	09.00 – 09.20	Pembukaan
2	09.20 – 09.30	<i>Pre-test</i>
3	09.30 – 11.00	Penyampaian materi
4	11.00 – 11.30	Diskusi
5	11.30 – 11.40	<i>Post-test</i>
6	11.40 – 12.00	Penutupan

Kegiatan penyuluhan “Keamanan Pangan di Rumah untuk Kesehatan Balita” diawali dengan *pre-test* untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai keamanan pangan khususnya ditingkat rumah tangga. Pada akhir sesi juga akan dilakukan *post-test* dengan kuisisioner yang sama. Kedelapanbelas peserta diminta untuk mengisi kuisisioner yang berisikan 15 pertanyaan dengan bentuk benar atau salah. *Pre-test* diberikan untuk mengukur tingkat pemahaman mengenai materi yang akan diberikan, sedangkan *post-test* bertujuan untuk mengetahui apakah peserta memahami materi yang telah diberikan. Hasil *pre-test* dan *post-test* keamanan pangan skala rumah tangga ditampilkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* keamanan pangan skala rumah tangga

No	Pertanyaan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
		Benar (%)	Kategori	Benar (%)	Kategori
1	Mencuci tangan dengan sabun sebelum menyiapkan makanan dapat membantu mencegah kontaminasi makanan?	83%	Baik	100%	Baik
2	Makanan yang sudah dimasak dapat disimpan pada suhu ruang selama lebih dari 4 jam tanpa menyebabkan resiko kesehatan bagi balita?	39%	Kurang	89%	Baik
3	Balita sebaiknya tidak diberikan susu atau makanan yang sudah melewati tanggal kadaluwarsa meskipun terlihat masih baik?	56%	Cukup	100%	Baik
4	Menyimpan bahan makanan mentah, seperti daging atau ikan, Bersama-sama dengan sayuran dalam satu wadah adalah cara yang aman?	100%	Baik	100%	Baik
5	Memanaskan makanan sisa hingga benar-benar panas (minimal 75°C) dapat membantu membunuh bakteri yang mungkin ada?	61%	Cukup	89%	Baik
6	Mencuci buah dan sayur dengan air mengalir sebelum dikonsumsi atau dimasak adalah langkah penting untuk mengurangi kontaminasi?	39%	Kurang	100%	Baik
7	Bayi dan balita tidak rentan terhadap keracunan makanan, sehingga kebersihan makanan tidak terlalu penting dibandingkan orang dewasa?	100%	Baik	100%	Baik

8	Menyimpan makanan di dalam lemari pendingin (dibawah 4°C) dapat memperlambat pertumbuhan bakteri yang menyebabkan kerusakan makanan?	72%	Cukup	89%	Baik
9	Menggunakan salah satu talenan yang sama untuk memotong daging mentah dan sayuran tanpa mencucinya terlebih dahulu dapat menyebabkan kontaminasi silang?	28%	Kurang	67%	Cukup

Tabel 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* keamanan pangan skala rumah tangga (lanjutan)

No	Pertanyaan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
		Benar (%)	Kategori	Benar (%)	Kategori
10	Sisa makanan balita yang tidak habis dalam waktu 2 jam masih aman diberikan pada waktu makan berikutnya tanpa perlu dipanaskan ulang?	28%	Kurang	78%	Baik
11	Makanan yang telah dimasak harus disimpan pada bagian bawah kulkas?	17%	Kurang	83%	Baik
12	Produk susu cair yang telah dibuka masih aman untuk dikonsumsi setelah 1 minggu penyimpanan dalam kulkas?	17%	Kurang	95%	Baik
13	Terdapat 4 kunci keamanan pangan pada skala rumah tangga?	28%	Kurang	100%	Baik
14	Sterioform tidak aman digunakan untuk makanan panas?	34%	Kurang	73%	Cukup
15	Pangan beku, seperti ikan beku, sebaiknya dibeli pada urutan terakhir ketika berbelanja?	12%	Kurang	100%	Baik
Nilai rata-rata		47.6%	Kurang	84.2%	Baik

Berdasarkan hasil dari *pre-test* yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pengetahuan dan pemahaman ibu rumah tangga terhadap keamanan pangan masih kurang. Kurangnya pemahaman ibu rumah tangga mengenai keamanan pangan dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya adalah minimnya edukasi mengenai keamanan pangan yang secara khusus diberikan kepada ibu rumah tangga. Topik keamanan pangan seringkali diberikan kepada pelaku usaha makanan sedangkan masyarakat umum, khususnya ibu rumah tangga sering kali luput dari perhatian. Hal ini menyebabkan ibu rumah tangga tidak memiliki akses terhadap informasi atau panduan mengenai praktik keamanan pangan.

Terdapat tiga materi yang diberikan dalam penyuluhan “Keamanan Pangan di Rumah untuk Kesehatan Balita”, yaitu pentingnya keamanan pangan bagi balita, prinsip dasar keamanan pangan WHO, dan penanganan dan penyimpanan bahan pangan. Berdasarkan materi yang diberikan, pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai penanganan dan penyimpanan bahan pangan masih sangat kurang yang ditunjukkan dari hasil *pre-test* soal 11 – 15 tidak ada yang masuk kategori cukup atau baik. Hal ini dapat disebabkan karena kebiasaan pengolahan dan cara menangani makanan yang sudah berlangsung lama seringkali tidak higienis atau tidak sesuai standar keamanan pangan.

Pada akhir sesi peserta penyuluhan diberikan kembali kuesioner yang sama. Hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan hingga 84.2% terhadap pengetahuan dan pemahaman mengenai keamanan pangan skala rumah tangga. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan berhasil untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai keamanan pangan skala rumah tangga. Selain itu, para peserta juga terlihat antusias pada sesi diskusi yang dilakukan. Beberapa pertanyaan yang ditanyakan oleh peserta diantaranya, 1) Apakah mencuci sayur dan buah dengan air mengalir sudah cukup atau harus menggunakan larutan khusus?; 2) Apakah semua makanan harus disimpan di dalam kulkas? Bagaimana dengan makanan kering seperti beras atau tepung?; 3) Bagaimana cara mengetahui apakah susu formula atau makanan kemasan untuk balita masih aman dikonsumsi; dan 4) Apa langkah utama yang harus saya lakukan untuk memastikan makanan balita selalu aman?

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan pengetahuan tentang keamanan pangan pada ibu rumah tangga di Kelurahan Sidorejo, dapat dilaksanakan dan diterima dengan baik oleh para peserta. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang diberikan, menunjukkan adanya peningkatan yang lebih baik mengenai pengetahuan dan pemahaman keamanan pangan skala rumah tangga dari 47.6% menjadi 84.2%. Diharapkan dengan pengetahuan dan pemahaman yang lebih baik, ibu sebagai penjamah pangan langsung, dapat mengurangi resiko terjadinya penyakit bawaan pangan pada balita. Dengan demikian, kesehatan dan kesejahteraan keluarga dapat ditingkatkan.

5. SARAN

Perlu dilakukannya penyuluhan mengenai keamanan pangan dan pelatihan yang dilakukan secara berkelanjutan khusus pada penanganan dan pengolahan pangan sumber protein hewani.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada seluruh anggota tim kegiatan pengabdian “Keamanan Pangan di Rumah untuk Kesehatan Balita” dan ibu-ibu PKK di Kelurahan Sidorejo, Kabupaten Pagar Alam.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] National Institutes of Health. (2012). Foodborne Illnesses. *NIH Publication*, 12, 1-10.
- [2] World Health Organization. (2022). *WHO Global Strategy for Food Safety 2022-2030*. New York: World Health Organization. Tersedia dalam publikasi iris WHO.
- [3] World Health Organization. (2016). WHO’s First Ever Global Estimate of Foodborne Diseases Find Children Under 5 Account for Almost One Third of Deaths. *Saudi Medical Journal*, 37(1), 109-110. Diakses dari <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4724672/pdf/SaudiMedJ-37-109.pdf>
- [4] Savitri, D. A. & Herdiani, N. (2024). Hubungan Pemberian Pola Makan dengan Kejadian Diare pada Balita di Wilayah Puskesmas Kalijudan Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 3470-3276.
- [5] Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2015). Situasi Kesehatan Anak Balita di Indonesia. Jakarta: Kemenkes. Tersedia dari Kemenkes database.
- [6] Indraswari, R., Handayani, N., Shaluhiah, Z., & Kusumawati, A. (2023). Peningkatan Keterampilan Ibu-ibu dalam Menyajikan Makanan Bergizi Seimbang untuk Anak. *Journal of Public Health and Community Services*, 2(2), 89-94.
- [7] Minamilail, W. A., Nuraida, L., & Rahayu, W. P. (2022). Pengetahuan dan Praktik Keamanan Pangan Ibu di Jakarta Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Mutu Pangan*, 9(2), 84-91. doi: 10.29244/jmpi.2022.9.2.84.
- [8] Zuhkrina, Y., Martina, & Rahmayanti, Y. (2023). Edukasi Kesehatan Tentang Keamanan Pangan pada Kader Desa di Wilayah Kerja Puskesmas Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 5(2), 195-204.
- [9] Lestari, T. R. P. (2020). Penyelenggaraan Keamanan Pangan sebagai Salah Satu Upaya Perlindungan Hak Masyarakat sebagai Konsumen. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 11(1), 57-72.
- [10] Suryani, D. & Mudrik, S. (2023). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Peran Petugas Kesehatan dengan Perilaku Keamanan Pangan pada Ibu Balita di Dusun Kepuh Wetan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(3), 14-20.
- [11] Zhoud, S., Shalabi, J., Imran, K., Ayaseh, L., Radwany, N., & Salameh, R. (2019). Knowledge, Attitude, and Practice among Parents Regarding Food Poisoning: A Cross-Sectional Study from Palestine. *BMC Public Health*, 2019(19), 1-10.