

Edukasi Keamanan Pangan dan Gizi Bagi Warga RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren Jakarta

Education of Food Safety and Nutrition for Denizen of Amanah Bunda RPTRA Tanjung Duren Jakarta

Diana Lestari¹, Diana Elizabeth Waturangi^{2*}, Adi Yulandi², Laura Wijaya¹, Feliciano Sabrina¹, Valencia Vanessa²

¹Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas Teknobiologi
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

²Program Studi Magister Bioteknologi, Fakultas Teknobiologi
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

*Email: diana.waturangi@atmajaya.ac.id

(Diterima 13-05-2024; Disetujui 27-07-2024)

ABSTRAK

Penyakit bawaan pangan masih merupakan masalah penting di negara berkembang termasuk Indonesia. Penyakit ini berdampak terhadap keamanan pangan serta kesehatan masyarakat. Diare masih merupakan penyebab mortalitas tertinggi diantara berbagai penyakit lain untuk anak-anak di bawah usia lima tahun. Kontrol terhadap penyakit bawaan pangan dapat dilakukan melalui peningkatan sanitasi serta gizi dalam kehidupan anak-anak sehari-hari. Namun sayangnya, pengetahuan yang terbatas dari para ibu rumah tangga tentang bagaimana menyiapkan pangan yang aman dan bergizi berkontribusi besar terhadap permasalahan ini. Karena itu, sangat diperlukan untuk melakukan edukasi publik terkait keamanan pangan dan gizi. Dalam kegiatan ini, kami membagikan pengetahuan kepada warga di RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren Jakarta, sebagai salah satu pencegahan dan strategi untuk mengurangi permasalahan penyakit bawaan pangan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman IRT di lingkungan RPTRA Amanah Bunda tentang pangan aman dan bergizi. Dari kegiatan ini terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah pemaparan materi mengenai pangan dan gizi.

Kata kunci: Edukasi, Keamanan pangan, Gizi, RPTRA Amanah Bunda, Tanjung Duren

ABSTRACT

Foodborne illness is still considered as major problem in developing countries including Indonesia. These disease may impact on food safety and public health. Diarrhea remains the highest cause of under-five mortality among other diseases. Control of foodborne disease can be done through improve sanitation as well as nutrition in children's daily life. Unfortunately the limited knowledge of housewife on how to prepare safety and nutritious food contribute significantly in this burden. Therefore it is required to conduct public education related to food safety and nutrition. In this regard, we share knowledge to the denizen of Amanah Bunda RPTRA Tanjung Duren Jakarta, as a prevention and strategy minimize burden of foodborne diseases. The aim of this activity is to increase the understanding of housewives around the Amanah Bunda RPTRA regarding safe and nutritious food. From this activity, there was an increase in participants' knowledge after presenting material regarding food and nutrition.

Keywords: Education. Food safety, Nutrition, RPTRA, Tanjung Duren

PENDAHULUAN

Keamanan pangan dan gizi merupakan dua aspek penting dalam memastikan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Keamanan pangan menyangkut aspek-aspek seperti kebersihan, pencegahan kontaminasi bahan kimia atau mikroba yang berbahaya bagi kesehatan manusia (Marty 2016, Susilawati & Lestari 2021). Sementara itu, gizi mengacu pada ketersediaan dan aksesibilitas nutrisi yang cukup dan seimbang bagi tubuh manusia.

Kedua aspek ini saling terkait dan memainkan peran krusial dalam memengaruhi kondisi kesehatan individu dan populasi secara keseluruhan.

Penyakit bawaan pangan memiliki dampak yang besar bagi keamanan pangan dan kesehatan masyarakat. WHO Asia Tenggara melaporkan bahwa negara di kawasan Asia Tenggara menempati urutan kedua tertinggi setelah Afrika terkait permasalahan dengan penyakit bawaan pangan di antara negara-negara dalam lingkup WHO dan 98% permasalahan dengan penyakit bawaan pangan terjadi di negara berkembang (WHO, 2020).

Penyakit utama terkait bawaan pangan adalah diare. Prevalensi diare di Indonesia berdasarkan laporan Riskesdas (Penelitian dasar terkait kesehatan) pada tahun 2018 menurun sebesar 6,2% dimana sebelumnya laporan Riskesdas 2013 sebesar 12,3%. Meskipun terjadi penurunan, diare tetap menempati urutan tertinggi mortalitas pada anak-anak di bawah usia lima tahun. Kondisi tersebut dapat terjadi karena sanitasi makanan yang kurang baik dan diperparah dengan status gizi yang buruk pada sebagian anak-anak di Indonesia.

Kemampuan pangan serta nutrisi dari suatu pangan merupakan hal yang amat perlu diperhatikan untuk kesehatan. Untuk dihasilkannya pangan yang memiliki nutrisi baik serta aman peran seorang ibu rumah tangga (IRT) sebagai unit terkecil dalam suatu ekosistem amat penting (Helmy *et al.*, 2023).

Nutrisi merupakan faktor penting untuk perkembangan anak serta remaja. Kebutuhan nutrisi berubah seiring pertambahan usia. Nutrisi berperan penting dalam mencegah timbul serta berkembangnya suatu penyakit, terutama untuk penyakit kronis. Begitu banyak anak dan remaja tidak mendapatkan nutrisi yang optimum. Peran keluarga amat besar untuk memberikan nutrisi yang optimum, karena pencegahan sedini mungkin akan mengurangi resiko berbagai penyakit antara lain penyakit jantung saat mereka dewasa kelak (Corkins *et al.*, 2016, Alderman & Headey 2017).

Nutrisi yang tidak lengkap dan tidak seimbang mengakibatkan pertumbuhan anak-anak menjadi terhambat. Selain itu kontaminasi bakteri pembusuk ataupun bakteri patogen dalam jumlah besar akan mengakibatkan diare akut, sedangkan kontaminasi dalam jumlah kecil mengakibatkan diare ringan yang dalam jangka panjang berdampak pada gizi buruk dari anak-anak ataupun orang dewasa yang mengalaminya (Meysenburg *et al.* 2014).

Namun kenyataannya pengetahuan para ibu rumah tangga ataupun orang yang menyiapkan makanan di rumah belum memiliki pengetahuan yang cukup akan hal ini, bila dibiarkan kondisi ini dalam jangka panjang akan berdampak pada status kesehatan dari anggota dalam rumah tangga tersebut khususnya anak-anak (Khazanah 2020, Aryani &

Ernawati 2022). Oleh karena itu, edukasi masyarakat akan pangan aman serta pangan dengan gizi yang baik perlu dilakukan, antara lain melalui program edukasi publik di Rumah Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA). Pada kesempatan ini program pengabdian kepada masyarakat dilakukan di RPTRA Amanah Bunda yang berlokasi di area Tanjung Duren, Jakarta Barat.

Penyuluhan keamanan pangan dan gizi memiliki peran yang vital dalam membantu masyarakat memahami pentingnya memilih dan mengonsumsi makanan yang aman dan bergizi. Oleh karena itu, penyuluhan ini tidak hanya penting untuk meningkatkan pengetahuan individu, tetapi juga untuk mendorong perubahan perilaku yang positif dalam masyarakat secara keseluruhan. Dengan dilaksanakannya program ini kami berharap pemahaman ibu rumah tangga di lingkungan tersebut menjadi lebih baik akan pangan aman dan bergizi. Melalui pelaksanaan *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah program ini, maka dapat dievaluasi manfaat dari pelaksanaan program ini

Berdasarkan permasalahan yang sudah dipaparkan sebelumnya, kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan pengetahuan bagi IRT di RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren mengenai keamanan pangan dan gizi mengenai bagaimana mengolah dan menyimpan pangan yang aman, peran bakteri sehingga menyebabkan sakit, pentingnya gizi bagi pertumbuhan anak serta panduan konsumsi makanan bergizi. Pengabdian masyarakat ini bekerja sama dengan pengurus RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren dalam mengedukasi warga sekitar terutama ibu rumah tangga. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman IRT di lingkungan RPTRA Amanah Bunda tentang pangan aman dan bergizi.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan selama dua bulan, dari bulan September sampai Oktober 2023. Kegiatan dilaksanakan dengan cara melakukan kunjungan dan penyuluhan ke RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren, Jakarta. Kunjungan ini diisi dengan pemaparan materi mengenai keamanan pangan dan gizi pada anak. Kegiatan pengabdian dimulai dengan tahap persiapan, lalu dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan dan evaluasi.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan membentuk tim panitia yang bertanggung jawab. Tim panitia berkoordinasi dengan petugas RPTRA Amanah Bunda untuk mengatur tempat, jadwal kunjungan, transportasi, konsumsi, susunan acara, serta durasi kunjungan. Materi

yang akan dipaparkan juga dipersiapkan pada tahap ini. Materi akan dipaparkan oleh tim sesuai dengan bidang keahlian masing-masing.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilaksanakan secara offline di RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren, Jakarta barat. Kegiatan dimulai dengan pengisian *pre-test* untuk mengukur pemahaman awal IRT di RPTRA Amanah Bunda tersebut. Kemudian pemaparan materi mengenai keamanan pangan disampaikan oleh Prof. Diana E. Waturangi dan dilanjutkan dengan materi tentang gizi oleh Diana Lestari, S.Gz., M.Si. Setelah itu dilanjutkan dengan tanya jawab, 3 penanya terbaik akan diberikan bingkisan sebagai apresiasi. Kegiatan ini diakhiri dengan *postest* untuk seluruh peserta.



Gambar 1. Pemaparan Materi Keamanan Pangan dan Gizi



Gambar 2. Penyerahan apresiasi bagi penanya terbaik



Gambar 3. Foto Bersama dengan seluruh peserta

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 16 Oktober 2023 di RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren, dihadiri oleh 30 peserta yang dihadiri pula oleh perwakilan dari Lurah Tanjung Duren Selatan. Acara diadakan dengan susunan sebagai berikut:

- 10.00 - 10.05 Pembukaan oleh Ibu Iis Anggraini selaku Kepala RPTRA Amanah Bunda
- 10.05 - 10.30 Edukasi publik keamanan pangan oleh Prof. Dr. Diana E. Waturangi

- 10.30 - 11.00 Edukasi publik pangan bergizi oleh Diana Lestari, S.Gz., M.Si.
11.00 - 11.30 Diskusi dan tanya jawab serta diakhiri dengan pemberian bingkisan bagi tiga orang penanya pertama dan foto bersama

Tahap Evaluasi

Evaluasi dari program ini dilakukan dengan memberikan *pretest* dan *posttest* kepada para peserta. Kriteria yang dinilai terkait dengan materi tentang gizi dan keamanan pangan. Pertanyaan yang diberikan meliputi bahan pangan sumber zat gizi, cara penanganan bahan pangan yang baik, serta dampak mengonsumsi makanan yang tercemar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi keamanan pangan dan gizi merupakan strategi penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konsumsi makanan yang aman dan bergizi. Hasil dari kegiatan ini berupa pengukuran tingkat pengetahuan dari peserta kegiatan. Dapat dilihat pada Tabel 1, terdapat peningkatan rata-rata nilai dari *pretest* (sebelum penyampaian materi) sebesar 83,2 menjadi 88,8 pada saat *posttest* (setelah penyampaian materi). Dapat dilihat pula nilai minimum menjadi meningkat dimana pada saat *pretest* masih ditemui nilai 40, sedangkan setelah pemaparan nilai minimum peserta meningkat menjadi 60. Hal ini sejalan dengan yang telah dilakukan Mohammed *et al* (2023) bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* dimana terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu yang diberi penyuluhan mengenai penanganan makan yang baik (*food handling practices*).

Menurut Oktaviani *et al* (2023) terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan pangan dan gizi ibu terhadap status gizi anak, sehingga diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan pangan dan gizi dari IRT peserta dapat menyiapkan makanan dengan gizi yang baik bagi anak-anaknya dirumah.

Tabel. 1 Nilai Minimum, Maksimum, dan Rata-rata Pengentahuan Peserta Program

	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Rata-rata	83,2	88,8
Minimum	40,0	60,0
Maksimum	100,0	100,0

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang keamanan pangan dan gizi sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat akan pentingnya konsumsi makanan yang aman dan bergizi dalam keluarga. Diketahui setelah pemaparan

materi dari para pembicara terjadi peningkatan pengetahuan IRT di RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren. Penyampaian informasi yang tepat tentang keamanan pangan dan gizi dapat membantu masyarakat membuat pilihan makanan yang lebih sehat. Kerja sama antara pemerintah, lembaga pendidikan, dan organisasi masyarakat sangat penting dalam meningkatkan kesadaran akan keamanan pangan dan gizi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya dan RPTRA Amanah Bunda Tanjung Duren atas dukungannya hingga kegiatan pengabdian ini dapat terselenggara.

DAFTAR PUSTAKA

- Alderman H, Headey DD. 2017. How Important is Parental Education for Child Nutrition? *World Development*, 94:448-464.
- Aryani T, Ernawati D. 2022. PkM Kesehatan dan Keamanan Pangan Ibu Pkk RT 35 Perumahan Griya Kencana Permai Bantul Yogyakarta. *BAKTIMU*, 2(1):15-22. <https://doi.org/10.37874/bm.v2i1.368>
- Corkins MR, Daniels SR, de Ferranti SD, Golden NH, Kim JH, Magge SN, Schwarzenberg SJ. 2016. Nutrition in Children and Adolescents. *Med Clin North Am*, 100(6):1217-1235. doi: 10.1016/j.mcna.2016.06.005. PMID: 27745591.
- Helmy YA, El-Adawy H, Sanad YM, Ghanem M. Editorial: Food safety and public health. *Front Microbiol*, 9;14:1169139. doi: 10.3389/fmicb.2023.1169139. PMID: 36970698; PMCID: PMC10034317.
- Kemkes RI. 2018. Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.
- Khazanah W. 2020. Edukasi Keamanan Pangan di Dapur Rumah Tangga Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal 5(1):1-6
- Marty KV, Gooderpr Albrecht JA. 2016. Food Safety Knowledge, Attitudes, and Behaviors of Native American Families with Young Children: AMixed Methods Study. *J. Racial and Ethnic Health Disparities*, 3:713–723. DOI 10.1007/s40615-015-0190-z
- Meysenburg R, Albrecht JA, Litchfield R, Gooder PKR. 2014. Food safety knowledge, practices and beliefs of primary food preparers in families with young children. A mixed methods study. *Appetite*, 73:121-131. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.10.015>
- Mohammed MS, Abuzaid ON, Hassan ZB. 2023. Educational Program about Safe Food Handling Practices among Mothers Based on Health Belief Model in Selected Villages, 13 (3):47-54.
- Oktaviasih AA, Sartono A, Susantini P, Ayuningtyas RA. 2023. Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu, Pendapatan, Ketahanan Pangan Keluarga dengan Status Gizi Siswa MTs Muhammadiyah Pemalang. *Jurnal Gizi*. 12(2):107-117.
- Sulistiawati F, Lestari D. 2021. Penyuluhan Keamanan Pangan Rumah Tangga Pada Masa Pandemi Covid-19 di Desa Sigerongan. *Abdonesia*, 1 (1):6-13.
- WHO. 2020. Framework for Action on Food Safety in the WHO South-East Asia Region