

Sosialisasi dan Pelatihan Cara Pengolahan Pangan yang Baik untuk Rumah Tangga di RT/RW 03/24 Kelurahan Sialang Munggu Kecamatan Tuah Madani

Sri Mulyani*, Yolahumaroh

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Riau, Indonesia

* Penulis Korespondensi : srimulyani@pkr.ac.id

Abstrak

Makanan yang baik dan sehat haruslah memenuhi syarat kesehatan yang merupakan salah satu upaya untuk mencapai tingkat kesehatan masyarakat yang optimal, sehingga perlu mendapatkan perhatian dari segi nilai gizi, segi kemurnian, maupun dari segi kebersihan. Sebab meskipun nilai gizi dan kemurnian baik namun kebersihan lingkungan tidak diawasi dan dipelihara, maka makanan tersebut dapat menimbulkan penyakit akibat dari kontaminasi. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dikatakan pula bahwa keamanan pangan penting untuk diperhatikan dalam pengelolaan atau pengolahan makanan. Pengolahan makanan yang baik yakni dengan mencegah terjadinya kerusakankerusakan makanan sebagai akibat cara pengolahan yang salah dan mengikuti kaidah atau prinsip-prinsip sanitasi dan higiene yang baik atau disebut GMP (Good Manufacturing Practice). Tujuan umum dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mensosialisasikan cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga. Pengabdian masyarakat ini dilakukan dari bulan Februari 2022 s/d Juli 2022 bertempat di RT/RW 03/24 Kelurahan Sialang Munggu Kecamatan Tuah Madani dengan metode sosialisasi dan pendampingan praktik pada responden. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan terhadap cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga oleh ibu-ibu rumah tangga RT/RW 03/24 Kelurahan Sialang Munggu. Pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi kategori baik adalah 60%, meningkat menjadi 75% setelah diberikan sosialisasi dan pendampingan praktik. Dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan ceramah dan melakukan praktik cukup efektif.

Kata kunci: Cara Pengolahan Pangan yang baik, Keamanan Pangan, Ibu Rumah Tangga

Abstract

Good and healthy food must meet health requirements which is one of the efforts to achieve an optimal level of public health, so it needs to get attention in terms of nutritional value, purity and hygiene. Because even though the nutritional value and purity are good, the cleanliness of the environment is not monitored and maintained, so these foods can cause disease due to contamination. Based on this, it can also be said that food safety is important to note in the management or processing of food. Good food processing, namely by preventing food damage as a result of wrong processing methods and following the rules or principles of good sanitation and hygiene or what is called GMP (Good Manufacturing Practice). The general objective of this community service activity is to socialize good food processing methods for households. This community service was carried out from February 2022 to July 2022 at RT/RW 03/24 Sialang Munggu Village, Tuah Madani District with the method of outreach and practical assistance to respondents. The results of community service show that there has been an increase in knowledge about good food processing methods for households by housewives of RT/RW 03/24 Sialang Munggu Village. Respondents' knowledge before being given education in the good category was 60%, increasing to 75% after being given socialization and practical assistance. It can be concluded that health counseling with lectures and practice is quite effective.

Keywords: Good Food Processing Practices, Food Safety, Housewives

1. Pendahuluan

Keamanan pangan menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2012 tentang pangan adalah kondisi dan upaya yang diperlukan untuk mencegah pangan dari kemungkinan cemaran biologis, kimia, dan benda lain yang dapat mengganggu, merugikan, dan membahayakan kesehatan manusia serta tidak bertentangan dengan agama, keyakinan, dan budaya masyarakat sehingga aman untuk dikonsumsi. Menurut Khazanah (2020), keamanan pangan tidak hanya pelaku industri pangan yang harus memperhatikannya. Tetapi masyarakat seperti ibu, anak-anak serta lansia juga harus memperhatikan keamanan pangan yang akan dikonsumsi. Hal ini dikarenakan ibu, anak-anak serta lansia merupakan golongan yang rentan terhadap bakteri dari makanan.

Makanan sangat penting bagi kesehatan manusia. Kesadaran akan pentingnya makanan dapat menunjang kesehatan tubuh setiap anggota keluarga dan mendukung aktivitas keluarga yang dilakukan setiap harinya. Masalah kesehatan adalah suatu masalah yang sangat kompleks yang saling berkaitan dengan masalah lain di luar kesehatan. Pemecahan masalah kesehatan masyarakat, tidak hanya dilihat dari segi kesehatan saja, tetapi harus dilihat dari seluruh segi yang ada pengaruhnya terhadap masalah kesehatan (Hermawan, 2016). Masalah kesehatan khususnya masalah hygiene dan sanitasi pada makanan merupakan masalah yang sangat kompleks dan sebenarnya bukan merupakan masalah yang baru. Banyak kasus yang terjadi terkait dengan kesehatan karena faktor *hygiene* dan sanitasi pada makanan. Hal ini menunjukkan bahwa konsep personal higien dalam kehidupan sehari-hari merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena konsep personal *hygiene* akan mempengaruhi kehidupan seseorang.

Semakin tingginya masalah kesehatan dan banyaknya kasus yang terjadi terkait dengan kesehatan pada makanan, maka diperlukan perhatian khusus terhadap sanitasi dan *hygiene* pada makanan yang akan dikonsumsi sebagai wujud penyelenggaraan makanan sehat untuk keluarga. Penyelenggaraan makanan yang sehat dan aman untuk keluarga merupakan salah satu faktor yang penting untuk meningkatkan derajat kesehatan oleh karena itu kualitas makanan yang baik secara bakteriologis, kimiawi, maupun fisik harus selalu diperhatikan. Kualitas makanan harus senantiasa terjamin setiap saat agar masyarakat dapat terhindar dari penyakit atau gangguan kesehatan serta keracunan akibat makanan. Oleh karena itu *hygiene* dan sanitasi pengolahan makanan perlu mendapat perhatian yang lebih seksama (Hermawan, 2016).

Makanan yang baik dan sehat haruslah memenuhi syarat kesehatan yang merupakan salah satu upaya untuk mencapai tingkat kesehatan masyarakat yang optimal, sehingga perlu mendapatkan perhatian dari segi nilai gizi, segi kemurnian, maupun dari segi kebersihan. Sebab meskipun nilai gizi dan kemurnian baik namun kebersihan lingkungan tidak diawasi dan dipelihara, maka makanan tersebut dapat menimbulkan penyakit akibat dari kontaminasi. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dikatakan pula bahwa keamanan pangan penting untuk diperhatikan dalam pengelolaan atau pengolahan makanan. Pengolahan makanan yang baik yakni dengan mencegah terjadinya kerusakan-kerusakan makanan sebagai akibat cara pengolahan yang salah dan mengikuti kaidah atau prinsip-prinsip sanitasi dan hygiene yang baik atau disebut GMP (*Good Manufacturing Practice*). Hygiene dan sanitasi makanan adalah dua prinsip dalam pengolahan atau penyelenggaraan makanan yang sehat (Chatun and Andayani 2015). Pengetahuan mengenai pengaruh *hygiene* dalam pengolahan makanan di dapur juga sangatlah penting. Pengolahan makanan akan berdampak pada kualitas makanan yang akan dibuat (Auliya and Aprilia 2016). Menurut Khazanah (2020), sebagian besar kasus kematian yang disebabkan oleh penyakit bawaan dari makanan terjadi karena kesalahan penanganan makanan di rumah yang dapat disebabkan oleh bakteri seperti *Escherichia coli*, *Staphylococcus aureus*, *Enterobacteriaceae*, *Listeria sp* yang terdapat di rumah tangga. salah satu tempat yang perlu di perhatikan keamanannya ialah dapur. Dapur merupakan persiapan pengolahan makanan di rumah yang dapat dikaitkan dengan risiko penyakit bawaan makanan karena penanganan yang salah terhadap makanan (Deselnicu et al. 2013). RT/RW 03/24 Kelurahan Sialang Munggu berada di wilayah Kecamatan Tuah Madani.

Pada RT.RW 03/24 ini terdapat lebih kurang 47 kepala keluarga. Ibu-ibu pada RT/RW ini kebanyakan adalah Ibu rumah tangga dengan kisaran umur 25 – 50 tahun dan tingkat pendidikan rata-rata sekolah menengah atas. Terdapat lebih kurang 15 orang balita dan 32 orang anak usia 6 – 12 tahun. Balita dan anak usia sekolah masih mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga membutuhkan konsumsi pangan yang cukup, bergizi serta aman. Berdasarkan situasi dan permasalahan tersebut maka dilakukan sosialisasi cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga di RT/RW 01/03 Kelurahan Sialang Munggu Kecamatan Tampan.

2. BAHAN DAN METODE

Bahan dan metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah modul tentang cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga yang terdaftar HKI dan metode sosialisasi dilakukan dengan bentuk ceramah dan diskusi serta evaluasi dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk melihat pengetahuan Ibu rumah tangga dalam pengolahan pangan yang baik. Selain itu juga dilakukan diskusi dan tanya jawab untuk melihat perkembangan pengetahuan dan praktik dalam pengolahan pangan yang baik pada rumah tangga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. KARAKTERISTIK RESPONDEN

Pengabdian masyarakat dilakukan terhadap masyarakat di RT/RW 03/24 Kelurahan Sialang Munggu Kecamatan Tuah Madani yang terdiri dari 20 responden. Penggunaan kuisioner sebagai alat pengumpulan data digunakan untuk melihat pengetahuan Ibu rumah tangga dalam pengolahan pangan yang baik. Karakteristik responden pada kegiatan pengabdian masyarakat di RT/RW 03/04 Kelurahan Sialang Munggu Kecamatan Tuah Madani dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1
Karakteristik Responden Menurut Umur

No	Karakteristik	N	%
1	Usia		
	< 30 tahun	1	5
	30 – 39 tahun	7	35
	40 – 49 tahun	12	60
	> 50 tahun	0	0
	Total	20	100

Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan bahwa jumlah terbanyak dilihat dari usia yaitu usia 40-49 tahun sebesar 60% (12 orang), kemudian usia 30-39 tahun sebesar 35% (7 orang), usia <30 tahun 5% (1 orang), dan tidak ada responden yang memiliki usia >50 tahun. Semakin bertambahnya usia seseorang, maka akan mampu mengembangkan dari pola pikirnya serta mempunyai daya tangkap yang baik sehingga akan menambah pengetahuan.

b. GAMBARAN PENGETAHUAN

Tabel 2
Tingkat Pengetahuan Responden

Kategori	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Baik	12	60	15	75
Kurang Baik	8	40	5	25

Hasil pre test terhadap cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik adalah sebesar 60% dan kurang baik sebesar 40%, sedangkan hasil post test diperoleh responden dengan pengetahuan yang baik sebesar 75% dan kurang baik sebesar 25%. Dengan demikian, terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga setelah diberikan penyuluhan dan edukasi.

c. SOSIALISASI CARA PENGOLAHAN PANGAN YANG BAIK

Sosialisasi pengolahan pangan yang baik di rumah tangga dilakukan dengan memberikan materi tentang bagaimana cara memilih pangan yang baik seperti sayur-sayuran, daging, ikan, telur, kacang-kacangan dan lain sebagainya. Selain cara memilih pangan, dijelaskan juga tentang tata cara menyimpan pangan, mengolah yang baik dengan memperhatikan sanitasi dan hygiene hingga penyajian makanan. Selain pemaparan teori dilakukan juga praktik tentang memilih bahan pangan yang baik seperti yang dapat dilihat pada Gambar 1.

4.2. PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan di rumah warga RT/RW 03/24 Kelurahan Sialang Munggu Kecamatan Tuah Madani. Sebelum kegiatan dimulai tim pengabdian kepada masyarakat melakukan Penjajakan dan berdiskusi bersama

Ibu Ketua RT 03 RW 24 Kelurahan Sialang Munggu Kecamatan Tuah Madani, kemudian kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 23 April 2022- 16 Agustus 2022 yang dihadiri oleh 20 ibu rumah tangga. Kegiatan sosialisasi dibuka oleh ketua tim pengabdian masyarakat dengan menyampaikan tujuan dan target yang ingin dicapai dalam kegiatan ini. Dilanjutkan dengan mengisi kuisioner pretest kemudian dilakukan pemberian materi tentang cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga.



Gambar 1. Praktik Pemilihan Pangan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diawali dengan pre test dan pembukaan kegiatan PKM yang dilaksanakan pada tanggal 28 Mei 2022, kegiatan kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi cara pengolahan pangan yang baik di rumah pada tanggal 21 Juni 2022, dan materi hygiene sanitasi penjamah makanan pada tanggal 22 Juni 2022, pada kegiatan PKM ini juga dilaksanakan kegiatan pendampingan praktik pemilihan bahan pangan yang baik serta pengolahan pangan yang baik yang dilaksanakan pada tanggal 30 Juli 2022 dengan pemberian buku “Cara Pengolahan Pangan yang Baik untuk Rumah Tangga”, serta evaluasi pada tanggal 06 Agustus 2022. Menurut Notoadmojo (2012), sosialisasi yang diberikan akan membuat responden mendapatkan suatu pelajaran sehingga menghasilkan perubahan yang dari semula belum diketahui menjadi diketahui. Setiap pemberian materi ditutup dengan sesi tanya jawab yang cukup aktif, responden antusias dalam memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan cara pengolahan makanan yang baik dengan memperhatikan kebersihan sehingga makanan yang diolah akan aman dikonsumsi oleh keluarga.

Pendampingan terhadap praktek Ibu rumah tangga dalam menerapkan cara pengolahan pangan yang baik diharapkan akan memberikan perubahan terkait sanitasi dan hygiene dalam pengolahan pangan serta pemilihan bahan makanan yang baik atau tidak baik untuk dikonsumsi yang dilakukan di rumah tangga selama mendapatkan pendampingan oleh tim pengabdian masyarakat. Pendampingan praktik dilakukan mulai dari pemilihan bahan pangan yang baik, mempersiapkan bahan pangan yang akan diolah, pengolahan serta cara penyimpanan yang baik.

Ibu-ibu responden telah dapat mempraktikkan sendiri bagaimana cara pengolahan pangan yang baik, ini dapat dilihat dari bahan pangan seperti sayur dan lauk hewani seperti ikan dan ayam yang disediakan oleh tim pengabdian masyarakat telah berhasil dijelaskan kembali oleh ibu-ibu apakah bahan pangan tersebut baik dan masih layak untuk diolah, kemudian cara mempersiapkan bahan makanan sebelum diolah, mengolah dan juga menyimpan bahan pangan serta peningkatan pengetahuan terkait cara pengolahan pangan yang baik. Ibu-ibu juga telah memperhatikan hygiene dan sanitasi makanan yang diolah, contohnya dalam membersihkan sayur, ibu mencuci terlebih dahulu sebelum memotong makanan yang akan diolah. Responden juga memperhatikan kebersihan diri sendiri dengan mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan kegiatan, membersihkan tempat memasak dan mencuci kembali piring dan wadah sesudah memasak.

Pengolahan makanan yang baik dalam keluarga memiliki syarat-syarat yaitu memenuhi zat gizi, bahan pangan yang disajikan mudah didapat dan murah, mengandung gizi yang cukup dalam jumlah dan mutu, disajikan bervariasi untuk menghindari kebosanan, memasak bahan pangan yang benar, mudah memasaknya dan cara menyajikannya cukup menarik untuk menimbulkan selera makan (Setiadi, Gandini, and Kalsum 2020). Cara Pengolahan Pangan yang Baik (CPPB) diperlukan untuk menjamin mutu produk pangan serta menjaga keamanan pangan sehingga produk pangan tersebut aman dan layak dikonsumsi. Penerapan cara pengolahan ini mampu meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap produk pangan tersebut. CPPB Industri Rumah Tangga (IRT) ini menjelaskan persyaratan-persyaratan yang harus dipenuhi tentang penanganan pangan di seluruh mata rantai produksi mulai dari bahan baku sampai produk akhir yang mencakup lokasi dan lingkungan produksi, bangunan, peralatan, suplai air, fasilitas dan kegiatan hygiene dan sanitasi, pengendalian proses, penyimpanan, hingga pencatatan dan dokumentasi (BPOM, 2012). Dengan berkembangnya industri pangan yang menghasilkan pangan bermutu dan aman untuk dikonsumsi, maka masyarakat

pada umumnya akan terlindung dari penyimpangan mutu pangan dan bahaya yang mengancam kesehatan (Nurhayati et al., 2021).

Keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilihat dari hasil *pre test* dan *post test* apakah terjadi peningkatan pengetahuan sesudah dan sebelum diberikan sosialisasi dan pendampingan oleh tim pengabdian masyarakat. Pengetahuan adalah hasil dari penginderaan terutama indera pengelihatan dan pendengaran terhadap sesuatu yang menimbulkan suatu pengertian terhadap subjek atau objek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behaviour*). Hal ini didasarkan pada pengalaman berbagai penelitian yang menyatakan bahwa perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih tahan lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoadmojo 2007).

Hasil *pre test* terhadap cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga adalah responden yang memiliki pengetahuan baik sebesar 60% dan kurang baik sebesar 40%, sedangkan hasil *post test* diperoleh responden dengan pengetahuan yang baik sebesar 75% dan kurang baik sebesar 25%. Dengan demikian, terdapat peningkatan pengetahuan terhadap cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga setelah diberikan sosialisasi dan pendampingan oleh tim pengabdian masyarakat. Hasil evaluasi melalui *pre test* dan *post test* menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan ceramah dan melakukan praktik cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan memengaruhi perubahan perilaku masyarakat.

Selain itu, evaluasi juga dilakukan dengan wawancara singkat bersama ibu responden untuk melihat pemahaman responden dalam memahami buku "Cara Pengolahan Pangan yang Baik untuk Rumah Tangga". Berdasarkan hasil wawancara, responden menyampaikan bahwa buku "Cara Pengolahan Pangan yang Baik untuk Rumah Tangga" sangat bermanfaat terutama dalam pengetahuan memilih bahan makanan yang baik untuk dikonsumsi. Materi pada buku memberikan ilmu tentang bagaimana mengolah makanan yang baik dan bersih untuk konsumsi harian keluarga, sehingga terciptanya makanan yang bergizi dan berkualitas untuk keluarga.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Sosialisasi dan Pelatihan cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga di RT/RW 03/24 Kelurahan Sialang Munggu Kecamatan Tuah Madani adalah terjadi peningkatan pengetahuannya ibu-ibu responden terkait bagaimana cara pengolahan pangan yang baik, dan peningkatan keterampilan ibu dalam memilih bahan pangan yang baik, pengolahan makanan dan hygiene sanitasi makanan yang diolah dan dapat mempraktikkan secara langsung materi yang telah diberikan oleh tim pengabdian masyarakat sehingga responden telah dapat mengolah makanan dengan baik, serta modul cara pengolahan pangan yang baik untuk rumah tangga telah dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan responden dalam mengolah makanan yang baik untuk keluarga.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada Poltekkes Kemenkes Riau. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Auliya, Anisatul, and Dinda Nira Aprilia. 2016. "Pengaruh *Hygiene* Pengolahan Makanan Terhadap Kualotas Makanan Di Hotel Aston Rasuna Jakarta." *Jurnal Hospitality Dan Pariwisata* 2(2):216–27.
- BPOM. 2012. "Cara Produksi Pangan yang Baik untuk Industri Rumah Tangga". https://standarpangan.pom.go.id/dokumen/peraturan/2012/Perka_BPOM_No_HK.03.1.2_3.04.12.2206_Tahun_2012_tentang_CPPB_PIRT.pdf
- Chatun, Chalin Mey, and Sri Wahyu Andayani. 2015. "Pengaruh Pengetahuan Sanitasi Dan Higiene Terhadap Pengolahan Makanan Sehat Keluarga Lpkk." *Jurnal Keluarga* 1(1):1–6.
- Deselnicu, Oana C., Marco Costanigro, Diogo M. Souza-Monteiro, and Dawn Thilmany McFadden. 2013. "A *Meta-Analysis of Geographical Indication Food Valuation Studies: What Drives the Premium for Origin-Based Labels?*" *Journal of Agricultural and Resource Economics* 38(2):204–19.
- Hermawan, Tri. 2016. "Hygiene Dan Sanitasi Pengolahan Makanan Keluarga Anggota Lembaga Pemberdayaan Kesejahteraan." *Jurnal Keluarga* 2(1):76–84.
- Khazanah, Wiqayatun. 2020. "Edukasi Keamanan Pangan Didapur Rumah Tangga." *AcTion: Aceh Nutrition Journal* 5(1):1–6.
- Notoadmojo. 2007. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Notoadmojo. 2012. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nurhayati, Sulastri Y., Ghazali, M., & I. 2021. "Penyuluhan Cara Pengolahan Pangan Yang Baik Untuk Perbaikan Proses

Produksi Dan Mutu Minyak Kelapa Di Ikm Sakra Timur Lombok". *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(1), 142–160.

Setiadi, Rizky, Andi Lis Arming Gandini, and Umi Kalsum. 2020. "Parenting Skill Increase Parents Knowledge about The Formation of Children's Discipline Characters Rizky." *Poltekia : Jurnal Ilmu Kesehatan* 14(1):18–23.