

EDUKASI KEAMANAN PANGAN PADA IBU-IBU DI DESA RANAH SINGKUANG KABUPATEN KAMPAR DALAM RANGKA PENCEGAHAN STUNTING

Sri Mulyani^{1*}, Lily Restusari¹, Fitri¹

¹Prodi DIII Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Riau, Indonesia

* Penulis Korespondensi : srimulyani@pkr.ac.id

Abstrak

Stunting adalah kondisi kekurangan gizi kronis yang berdampak pada pertumbuhan anak, diakibatkan oleh asupan gizi yang tidak memadai selama 1000 hari pertama kehidupan. Indonesia masih menghadapi tantangan serius dengan stunting, menempati peringkat kedua secara global. Data WHO menunjukkan 178 juta anak di bawah lima tahun mengalami stunting, yang disebabkan oleh faktor seperti pola asuh yang kurang baik, pelayanan antenatal yang tidak memadai, dan akses terbatas terhadap gizi dan air bersih. Keamanan pangan menjadi aspek krusial dalam pencegahan stunting, namun masih banyak masyarakat yang kurang memahami hal ini. Sekitar 10% populasi global mengalami penyakit akibat makanan terkontaminasi, dengan 420 ribu kematian tahunan. Oleh karena itu, edukasi mengenai keamanan pangan, terutama kepada ibu-ibu, sangat penting untuk menanggulangi stunting dari akarnya. Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Ranah Singkuang, Kabupaten Kampar, dari Januari hingga Agustus 2024, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu mengenai keamanan pangan. Metode yang digunakan meliputi pre-test, post-test, penyuluhan, dan pendampingan pemilihan pangan yang aman. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan dari 44,5% menjadi 79%, mencerminkan keberhasilan program dalam meningkatkan kesadaran akan keamanan pangan.

Kata kunci: Keterampilan, Keamanan Pangan, Pengetahuan, Stunting

Abstract

Stunting is a chronic malnutrition condition that impacts child growth, resulting from inadequate nutrient intake during the first 1000 days of life. Indonesia still faces serious challenges with stunting, ranking second globally. WHO data shows 178 million children under five years old are stunted, caused by factors such as poor parenting, inadequate antenatal care, and limited access to nutrition and clean water. Food safety is a crucial aspect of stunting prevention, yet many people still lack understanding of this. About 10% of the global population experiences illness from contaminated food, with 420,000 annual deaths. Therefore, education about food safety, especially to mothers, is very important to tackle stunting from its roots. The community service program conducted in Ranah Singkuang Village, Kampar Regency, from January to August 2024, aimed to improve the knowledge and skills of mothers regarding food safety. The methods used included pre-test, post-test, counseling, and assistance in selecting safe food. Results showed a significant increase in knowledge from 44.5% to 79%, reflecting the success of the program in raising awareness of food safety.

Keywords: Skills, Food Safety, Knowledge, Stunting

1. Pendahuluan

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar (WHO, 2015). Selanjutnya menurut WHO (2020) stunting adalah pendek atau sangat pendek berdasarkan panjang / tinggi badan menurut usia yang kurang dari -2 standar deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO yang terjadi dikarenakan kondisi irreversibel akibat asupan nutrisi yang tidak adekuat dan/atau infeksi berulang / kronis yang terjadi dalam 1000 HPK. Menurut data dari WHO, di seluruh dunia, 178 juta anak di bawah usia lima tahun diperkirakan mengalami pertumbuhan terhambat karena stunting.

Stunting adalah permasalahan gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam rentang yang cukup waktu lama, umumnya hal ini karena asupan makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Permasalahan stunting terjadi mulai dari dalam kandungan dan baru akan terlihat ketika anak sudah menginjak usia dua tahun. Selain mengalami pertumbuhan terhambat, stunting juga kerap kali dikaitkan dengan penyebab perkembangan otak yang tidak maksimal. Hal ini dapat mempengaruhi kemampuan mental dan belajar tidak maksimal, serta prestasi belajar yang buruk. Selain itu, efek jangka panjang yang disebabkan oleh stunting dan kondisi lain terkait kurang gizi, acap kali dianggap sebagai salah satu faktor risiko diabetes, hipertensi, obesitas dan kematian akibat infeksi (promkes.kemkes.go.id, 2018).

Masalah stunting yaitu gangguan tumbuh kembang anak karena anak tidak tumbuh sesuai umurnya, di mana mereka lebih pendek dari rata-rata tinggi anak normal di usianya. Anak-anak penting untuk mengonsumsi makanan yang sehat, memiliki kandungan nutrisi yang baik dan aman dikonsumsi agar pertumbuhan anak menjadi lebih optimal (BPOM, 2023).

Pangan yang aman adalah pangan yang bebas bahaya, Pencemaran pangan dapat terjadi karena tidak disengaja yaitu praktek yang salah, ketidaktahuan dan ketidakpedulian. Masalah utama keamanan pangan disebabkan oleh cemaran mikroba karena rendahnya kondisi higienis dan sanitasi, cemaran kimia karena bahan baku yang sudah tercemar, serta penyalahgunaan bahan berbahaya pada pangan dan penggunaan Bahan Tambahan Pangan (BTP) melebihi batas maksimal yang diijinkan. Keamanan pangan adalah tanggung jawab bersama, baik Pemerintah, Produsen pengelola pangan, maupun konsumen. Penggunaan bahan kimia yang dilarang pada pangan, seperti boraks, formalin, dan pewarna rhodamin B serta methanil yellow (pewarna sintesis). Keracunan setelah mengonsumsi pangan dan kurangnya kesadaran masyarakat akan kebersihan dalam memasak makanan. Bahaya biologi bisa berupa bakteri, kapang, kamir, parasit, virus dan ganggang. Pertumbuhan mikroba bisa menyebabkan pangan menjadi busuk sehingga tidak layak untuk dimakan dan menyebabkan keracunan pada manusia bahkan kematian. Untuk dapat tumbuh dan berkembang biak, bakteri membutuhkan makanan, kondisi hangat, air, keasaman dan waktu. Keamanan pangan merupakan syarat penting yang harus dipenuhi sebelum pangan di konsumsi (solokkota, 2020).

Keamanan pangan jadi hal krusial dalam perbaikan gizi anak. Sayangnya, masyarakat tidak paham dengan hal itu dan masih menganggap remeh. Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan 1 dari 10 orang di dunia sakit setelah menyantap makanan yang terkontaminasi. Dari jumlah itu, sekitar 420 ribu orang meninggal dunia setiap tahunnya. Selain gizi, keamanan pangan memang tidak bisa diabaikan. Pangan yang dianggap sehat jika tidak aman menjadi tidak berarti. Oleh karena itu, makanan yang akan dikonsumsi harus diupayakan aman supaya tidak menyebabkan penyakit. Bahan pangan tidak bisa disebut sebagai makanan jika mengabaikan aspek keamanan. Makanan yang sudah terkontaminasi akan mengandung kuman seperti bakteri, virus, parasit, atau zat kimia berbahaya. Sehingga berisiko menimbulkan berbagai penyakit. Terkait dengan keamanan pangan dapat timbul penyakit berbahaya yang mempengaruhi berbagai kalangan orang, akan tetapi yang paling rentan adalah anak-anak di bawah usia 5 tahun, serta orang yang tinggal di wilayah berpenghasilan rendah. Edukasi keamanan pangan bagi banyak orang dinilai efektif. Hal ini dapat mengurangi penyakit bawaan makanan. Penyakit tersebut biasanya berkaitan dengan gangguan sistem pencernaan. Beberapa kasus penyakit bahkan bisa menyebabkan kematian. Bukan cuma sekedar penyakit bawaan, saat seseorang tidak mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, risiko stunting juga muncul (www.health.okezone.com, 2019).

Desa Ranah Singkuang merupakan salah satu desa yang masuk dalam wilayah administrasi Kecamatan Kampar, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau. Masyarakat Desa Ranah Singkuang mayoritas bekerja sebagai petani, Desa Ranah Singkuang merupakan desa yang potensinya pertaniannya cukup besar yang selama ini hanya didominasi tanaman kelapa sawit dan karet. Desa Ranah Singkuang adalah salah satu desa dari 10 desa yang tergolong desa gizi buruk, di wilayah Kabupaten Kampar. Di Desa Ranah Singkuang, terdapat 27 anak stunting, ada beberapa faktor penyebabnya yaitu pertama faktor ekonomi, faktor ekonomi adalah faktor internal (dalam) yang mempengaruhi kegiatan ekonomi atau usaha dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari sehari untuk mencapai kemakmuran. Yang kedua faktor pendidikan. Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan baik formal maupun nonformal yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan adalah sebuah proses pengubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok dan juga sebagai usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Jadi rendahnya pendidikan orang tua mengakibatkan kurangnya pengetahuan orang tua dalam memberikan asupan tambahan kepada anak-anaknya, seperti makanan bergizi, lingkungan air, sanitasi dan lain- lain. Faktor yang ketiga yaitu Kesehatan. Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial, dan ekonomis. Jadi perilaku hidup sehat dan kebersihan lingkungan juga merupakan faktor utama penyebab stunting di desa tersebut, kontaminasi ketika anak menyentuh lantai atau benda yang ada dirumah sehingga membuat tangan anak kotor dan tanpa sengaja memasukkan kedalam mulut, hal ini bisa memacu bakteri atau kuman bisa mengganggu pencernaan dan membuat nafsu makan menurun (Zakiyah, 2021).

2. BAHAN DAN METOD

Pelatihan edukasi dilaksanakan pada bulan Januari hingga November 2024. Kegiatan ini dilakukan di Desa Ranah Singkuang Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan melakukan ceramah dan diskusi. Tahap pertama dilakukan dengan edukasi dalam bentuk penyampaian materi keamanan pangan. Tahap kedua, dilakukan pendampingan pemilihan dan pengolahan pangan yang aman. Tahap ketiga, dilakukan evaluasi berupa pengetahuan dan evaluasi keterampilan tentang keamanan pangan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Kelompok Sasaran

Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu yang ada di Desa Ranah Singkuang. Berikut hasil karakteristik dari responden yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	n	%
1.	Usia		
	- Remaja akhir (17 – 25 tahun)	7	35%
	- Dewasa awal (26 – 35 tahun)	7	35%
	- Dewasa akhir (36 – 45 tahun)	6	30%
	Total	20	100
2.	Pendidikan Terakhir		
	- Tidak Sekolah	0	0%
	- SD	1	5%
	- SMP	3	15%
	- SMA	13	65%
	- Perguruan Tinggi	3	15%
	Total	20	100

Dari Tabel 1. menunjukkan bahwa ibu-ibu di Desa Ranah Singkuang yang memiliki usia terbanyak yaitu usia remaja akhir dan dewasa awal dari 26 – 35 tahun sebanyak 35 %. Dan pendidikan terakhir tamatan SMA sebanyak 65 %.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan media buku saku tentang pangan aman di rumah tangga dalam meningkatkan pengetahuan ibu-ibu di Desa Ranah Singkuang dalam keamanan pangan. Buku saku ini menjelaskan tentang definisi keamanan pangan, keadaan keamanan pangan di rumah tangga Indonesia, bahan tambahan pangan, kerusakan bahan pangan, faktor penyebab kerusakan bahan pangan, penurunan bahan pangan, upaya mencegah kerusakan pangan dan penurunan mutu pangan, dan dampak kerusakan pangan pada kesehatan dan ekonomi. Pembuatan buku dilakukan pada bulan Januari-Juni 2024. Buku ini dirancang untuk mempermudah ibu-ibu di Desa Ranah Singkuang mendapatkan informasi tentang konsep keamanan pangan dan mutu bahan pangan.

Pelatihan diberikan dalam bentuk ceramah dan diskusi bertujuan untuk memberikan edukasi tentang keamanan pangan dalam meningkatkan kesehatan keluarga. Dalam kegiatan ini juga disampaikan bagaimana cara memilih dan mengolah pangan sehingga diperoleh pangan yang aman. Materi disampaikan langsung oleh dosen Poltekkes Kemenkes Riau bagian dari tim pengabdian masyarakat.

Sebelum pemaparan materi berlangsung untuk mengetahui pengetahuan awal ibu-ibu di Desa Ranah Singkuang, tim pengabdian masyarakat melakukan pre – test kepada para kader menggunakan kuisisioner yang berisi 10 pertanyaan tentang materi dari buku yang dibuat sebelumnya. Ibu-ibu di Desa Ranah Singkuang yang hadir saat pemaparan materi mengenai keamanan pangan tampak fokus dan antusias mendengarkan penyampaian materi yang diberikan.

Sebelum diberikan pemaparan materi oleh tim pengabdian masyarakat, terlebih dahulu diberikan pre-test kepada ibu-ibu di Desa Ranah Singkuang untuk melihat tingkat pengetahuan ibu-ibu sebelum diberikan materi. Peningkatan pengetahuan kader dapat dilihat dari hasil pre-test, dimana sebelum adanya kegiatan ini ibu-ibu masih kurang mengetahui tentang keamanan pangan yang dapat dilihat dari nilai pre-test yang rendah.

Berdasarkan hasil pre-test sebelum penyuluhan, ibu-ibu masih belum mengetahui tentang definisi keamanan pangan, keadaan keamanan pangan di rumah tangga Indonesia, bahan tambahan pangan, kerusakan bahan pangan, faktor penyebab kerusakan bahan pangan, penurunan bahan pangan, upaya mencegah kerusakan pangan dan penurunan mutu pangan, dan dampak kerusakan pangan pada kesehatan dan ekonomi. Berdasarkan hasil yang sudah dilakukan, bahwa pengetahuan hasil pre-test ibu-ibu yang diperoleh yaitu dari 44,5%. Angka ini mengindikasikan adanya kebutuhan

signifikan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran mengenai pentingnya keamanan pangan di kalangan kelompok ini. Keamanan pangan adalah aspek krusial dalam memastikan kesehatan masyarakat, terutama dalam konteks keluarga dan anak-anak. Pengetahuan yang memadai tentang keamanan pangan dapat mencegah berbagai masalah kesehatan terkait makanan, termasuk keracunan makanan dan penyakit menular yang ditularkan melalui makanan (FAO, 2020).

Namun, setelah dilakukan intervensi berupa edukasi dan sosialisasi tentang keamanan pangan, hasil post-test menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan hingga 79%. Beberapa faktor yang berkontribusi pada peningkatan ini yaitu, materi yang disampaikan mencakup pengetahuan komprehensif dan melibatkan peserta secara aktif, sehingga mereka lebih mampu mengaplikasikan pengetahuan ini dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan ibu-ibu dapat mengambil langkah-langkah yang lebih efektif untuk menjaga keamanan pangan di rumah tangga, yang pada gilirannya berdampak positif pada kesehatan dan ekonomi keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan mengenai keamanan pangan sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan praktik yang lebih baik dalam pengelolaan pangan di masyarakat.

4. KESIMPULAN

Dari hasil dari pre-test dan post-test menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman ibu-ibu di Ranah Singkuang tentang keamanan pangan adalah positif dan signifikan. Program edukasi yang dilakukan telah berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang berbagai aspek keamanan pangan, yang diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pemahaman yang lebih baik, ibu-ibu diharapkan dapat mengambil langkah-langkah yang lebih efektif untuk menjaga keamanan pangan di rumah tangga mereka, yang pada gilirannya berdampak positif pada kesehatan dan ekonomi keluarga.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada tim pengabdian kepada masyarakat serta warga di Ranah Singkuang yang ikut serta dalam pengabdian kepada masyarakat.

6. DAFTAR PUSTAKA

bpom.go.id. (2023). Bersama Cegah Stunting dengan Edukasi Keamanan Pangan kepada Masyarakat Kabupaten Kubu Raya. <https://www.pom.go.id/new/view/more/berita/31198/Bersama-Cegah-Stunting-dengan-Edukasi-Keamamanan-Pangan-kepada-Masyarakat-Kabupaten-Kubu-Raya-.html>. Diakses Tanggal 27 April 2023.

FAO. (2020). Food Safety and Quality. Food and Agriculture Organization of the United Nations.

health.okezone.com2019). Edukasi Keamanan Pangan Penting untuk Cegah Stunting. <https://health.okezone.com/read/2019/08/13/481/2091398/edukasi-keamanan-pangan-penting-untuk-cegah-stunting?page=3>. Diakses Tanggal 27 April 2023.

promkes.kemkes. (2018). Mengenal Stunting dan Gizi Buruk. Penyebab, Gejala, Dan Mencegah. <https://promkes.kemkes.go.id/?p=8486>. Diakses Tanggal 27 April 2023.

Solokkota. (2020). Sosialisasi Keamanan Pangan Jajanan bagi Anak Sekolah SD. <https://infopublik.solokkota.go.id/sosialisasi-keamanan-pangan-jajanan-bagi-anak-sekolah-sd/> Diakses tanggal 27 April 2023

Zakiah, N. (2021). Upaya Puskesmas dalam Penanggulangan Stunting di Desa Ranah Singkuang Kecamatan Kampar. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.