

## Penyuluhan Keamanan Pangan pada Ibu Rumah Tangga di RT 05 RW 06 Kelurahan Bandar Kidul Kota Kediri

Eka Desy Karismawati<sup>1</sup>, Galuh Sitorik<sup>2</sup>, Nelli Nafidatul Isfanah<sup>3</sup>, Anggraeta Ayu Fernanda<sup>4</sup>, Arya Ulilalbab<sup>5</sup>, Sony Andika Saputra\*<sup>6</sup>

<sup>1-5</sup> Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Indonesia

<sup>6</sup> Program Studi D3 Analisis Farmasi dan Makanan, Fakultas Farmasi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Indonesia

Jl. KH Wachid Hasyim No.65, Kelurahan Bandar Lor, Kecamatan Mojoroto, Kota Kediri, Jawa Timur, 64114, Indonesia.

[sony.saputra@iik.ac.id](mailto:sony.saputra@iik.ac.id)

### Article History:

Received: July 25, 2024;

Revised: August 08, 2024;

Accepted: August 23, 2024;

Published: August 27, 2024;

**Abstract:** Two important factors in preventing foodborne illness are food hygiene and sanitation. These efforts can reduce the risk of bacterial contamination of food. Some examples of hazardous materials in food are plastics, metals, borax, formalin, insecticides, and banned food additives such as benzoic acid, ascorbic acid, lactic acid, and citric acid. The objective of this outreach is to increase knowledge about food safety and how to manage it. The method of counseling to the general public includes coordination with the head of the RT, providing materials, giving pre- and post-tests, and evaluating activities carried out at the RT head's house on June 1, 2024 at 16.00-17.30. The results of this activity were an increase in pre and post-test scores on questions regarding storage temperature and the main purpose of food storage, from 50 to 70 and 95 to 100. The conclusion of this counseling is that there is an increase in housewives' knowledge about food safety on a household scale. Suggestions for further counseling are to increase the number of targets so that more housewives understand the importance of household-scale food safety.

**Keywords :** food safety, level of knowledge, sanitation hygiene, wife household

**Abstrak.** Dua faktor penting dalam mencegah penyakit melalui makanan adalah higiene dan sanitasi makanan. Upaya ini dapat mengurangi risiko kontaminasi bakteri dari makanan. Beberapa contoh bahan berbahaya dalam makanan adalah plastik, logam, boraks, formalin, insektisida, dan bahan tambahan pangan yang dilarang seperti asam benzoat, asam askorbat, asam laktat, dan asam sitrat. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang keamanan pangan dan cara mengelolanya. Metode penyuluhan kepada masyarakat umum mencakup koordinasi dengan ketua RT, penyediaan materi, pemberian pre- dan post-test, dan evaluasi kegiatan yang dilakukan di rumah ketua RT pada tanggal 1 Juni 2024 pukul 16.00–17.30. Hasil dari kegiatan ini yaitu adanya peningkatan skor pre dan post-test pada pertanyaan mengenai suhu penyimpanan dan tujuan utama penyimpanan bahan pangan yaitu dari 50 ke 70 dan 95 ke 100. Kesimpulan dari penyuluhan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai keamanan pangan skala rumah tangga. Saran untuk penyuluhan selanjutnya adalah menambah jumlah sasaran agar lebih banyak ibu rumah tangga yang memahami pentingnya keamanan pangan skala rumah tangga.

**Kata kunci :** keamanan pangan, tingkat pengetahuan, hygiene sanitasi, ibu rumah tangga

## 1. PENDAHULUAN

Pangan yang sehat harus memiliki jumlah gizi yang cukup. Status gizi seseorang dipengaruhi oleh aktivitas fisik dan konsumsi makanan mereka (Setyorini et al., n.d.).

Konsumsi makanan penting untuk memenuhi kebutuhan zat gizi tubuh. Pemilihan makanan dan jumlah makanan yang dikonsumsi dipengaruhi oleh pengetahuan gizi. Zat gizi berfungsi sebagai sumber tenaga, yang mengatur metabolisme tubuh, memperbaiki jaringan tubuh, dan meningkatkan pertumbuhannya (Setyorini et al., n.d.).

Keamanan pangan merupakan masalah bagi kesehatan masyarakat, ketersediaan makanan lokal, dan perdagangan internasional. Persyaratan kualitas makanan tidak dapat dipisahkan dari persyaratan keamanan makanan. Bahaya mikrobiologi, bahaya kimia, dan bahaya fisik adalah tiga ancaman keamanan pangan yang harus diperhatikan. Bakteri, virus, dan parasit termasuk dalam kategori bahaya mikrobiologi (Badan Pengawas Obat Dan Makanan Republik Indonesia., n.d.). Beberapa laporan menyatakan bahwa bakteri patogen adalah penyebab utama keracunan makanan, dan virus menjadi penyebab sekunder. Ada banyak laporan mengenai bahaya kimia, namun yang paling umum adalah pestisida, alergen, dan racun alami seperti srobotoksin pada ikan dan mikotoksin pada biji-bijian dan kacang-kacangan. Pengolahan makanan yang tepat umumnya digunakan untuk mengendalikan bahaya ini. Bahaya fisik merupakan bahaya yang dampaknya paling kecil terhadap keamanan pangan di antara ketiga bahaya tersebut (Febriana Kesuma et al., 2020).

Keamanan pangan ditentukan oleh adanya unsur-unsur berbahaya secara fisika, kimia, atau mikrobiologi. Plastik, logam, boraks, formalin, insektisida, dan bahan tambahan pangan yang dilarang seperti asam benzoat, asam askorbat, asam laktat, dan asam sitrat adalah beberapa contoh bahan berbahaya dalam makanan. Perilaku gizi yang baik dan keamanan pangan sangat penting untuk memastikan masyarakat mengonsumsi makanan yang sehat. Untuk menghindari pemborosan dan meningkatkan kualitas bahan makanan, pengetahuan tentang teknik penyimpanan bahan makanan sangat penting (Rizki et al., 2022). Kehilangan dan kerusakan bahan pangan yang telah diproduksi dapat terjadi selama tahap penyimpanan. Pada tahap penyimpanan, pengendalian hama yang tepat dan metode penyimpanan yang tepat dapat diterapkan untuk mengurangi kerusakan selama masa penyimpanan (Rizki et al., 2022).

Makanan disimpan agar tahan lama dan terhindar dari pembusukan. Faktor pembusukan makanan termasuk suhu, kelembaban, kekeringan, udara, oksigen, cahaya, dan waktu. Pembusukan makanan dapat disebabkan juga oleh bakteri, jamur, ragi, alga, protozoa, enzim makanan, insektisida, dan hewan pengerat (Sari, n.d.). Tindakan penjamah makanan harus diperhatikan dari sudut pandang kebersihan makanan, karena mereka menentukan kualitas makanan yang dihasilkan dan memastikan makanan bebas dari kontaminan (Della Septiyani et al., n.d.). Menurut teori Lawrence Green, salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku adalah faktor predisposisi seperti tingkat pendidikan, kualifikasi, tingkat pengetahuan,

dan sikap (Della Spetiyani et al., n.d.). Saat ini, beberapa penelitian menunjukkan bahwa upaya keamanan pangan masih belum memadai di kalangan penjamah makanan.

Kegiatan penyuluhan dilakukan di Kelurahan Bandar Kidul RT 05 RW 06 Kota Kediri yang ditujukan untuk ibu rumah tangga. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk memberikan panduan kepada ibu rumah tangga dalam menangani makanan sesuai dengan peraturan pemerintah dan teknik penyimpanan yang benar serta memahami bahan tambahan makanan. Setelah penyuluhan, peserta atau warga diharapkan memahami dan mampu menerapkan isu keamanan pangan seperti penggunaan bahan pengawet, pewarna, dan pemanis buatan yang benar serta kepatuhan terhadap peraturan yang ada.

## 2. METODE

Kegiatan Penyuluhan Keamananan Pangan Rumah Tangga dilaksanakan di rumah ketua RT pada hari Rabu tanggal 19 Juni 2024 pada pukul 16.00 – 17.30 WIB. Metode yang digunakan adalah memberikan materi dalam bentuk power point dan diskusi, juga menggunakan leaflet serta LCD sebagai media dalam penyuluhan. Sasaran pada kegiatan ini adalah 20 ibu rumah tangga di kelurahan tersebut. Adapun proses dalam tahap pelaksanaan, yaitu:



**Gambar 1. Tahap Pelaksanaan**

Sebelum kami memberikan materi, ibu rumah tangga diwajibkan mengisi soal pre test yang telah kami sediakan. Setelah semua sudah mengisi, kami memberikan materi penyuluhan tentang keamanan pangan dalam skala rumah tangga. Kami juga membuka tanya jawab atau diskusi kepada peserta/ warga tentang materi yang telah kami berikan. Selanjutnya

yang terakhir peserta mengisi soal post test.

### 3. HASIL

Untuk memenuhi kebutuhan pokok harian manusia, pengolahan makanan yang baik dan tepat harus dilakukan agar tidak merusak tubuh manusia. Salah satu cara untuk menjamin sanitasi makanan adalah dengan memperhatikan cara pencucian dan penyimpanan peralatan pengolahan makanan (Della Septiyani et al., n.d.). Menjaga kebersihan kuku, tangan, dan rambut, mencuci peralatan masak dan makanan, menggunakan sabun untuk mencuci tangan, dan menghindari menggaruk tubuh saat memasak.

**Tabel 1.** Hasil Pre Test dan Post test Tentang keamanan pangan skala rumah tangga

Pertanyaan	% Jawaban Benar		
	Pre-Test	Post-Test	Perubahan
Contoh komponen berbahaya pada makanan adalah	100	100	0
Penyimpanan bahan pangan yang salah dapat menyebabkan	100	100	0
Berapa suhu yang dianjurkan untuk menyimpan makanan lebih dari 4 jam?	50	70	20
Apa yang menjadi penyebab utama pembusukan makanan?	100	100	0
Apa tujuan utama penyimpanan bahan pangan skala rumah tangga?	95	100	5
Diantara bahan makanan berikut yang memiliki daya simpan lebih lama yaitu	40	15	-25
Salah satu tips menyimpan sayur yang benar adalah	95	95	0
Mengapa penting untuk mencuci tangan sebelum menyiapkan makanan ?	100	100	0
Bagaimana cara menyimpan tepung yang benar?	80	80	0
Berikut adalah cara menyimpan buah yang salah yaitu	85	85	0
<b>Rata-Rata Skor</b>	<b>84,5</b>	<b>84,5</b>	<b>5</b>

Menurut Dagne et al. (2019), pengetahuan adalah salah satu faktor yang memengaruhi tindakan keamanan pangan ibu rumah tangga. Perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan mereka. Pengetahuan menentukan perilaku (DellaSeptiyani et al., n.d.). Sangat penting bagi penjamah makanan untuk mengetahui tentang kebersihan diri karena akan mempengaruhi cara mereka menjaga kebersihan diri mereka (Della Septiyani et al., n.d.). Pengetahuan tentang kebersihan diri merupakan komponen yang sangat penting karena

pengetahuan yang baik tentang kebersihan diri dapat meningkatkan kesehatan (Della Septiyani et al., n.d.).

Kegiatan edukasi keamanan pangan skala rumah tangga di RT 05 RW 06 Bandar Kidul Kota Kediri, diawali dengan melakukan koordinasi dengan ketua RT. Komunikasi dan koordinasi bertujuan untuk membahas terkait jadwal pelaksanaan, dan teknis pelaksanaan penyuluhan. Target penyuluhan ini adalah 20 orang ibu rumah tangga.



Gambar 2. Pengerjaan soal pre post test



Gambar 3. Penyampaian materi



Gambar 4. Dokumentasi bersama ibu rumah tangga

Kegiatan penyuluhan diawali dengan pemberian konsumsi kepada warga yang datang, setelah warga berkumpul acara di mulai dengan pembukaan dan pemberian pre-test sebanyak 10 soal dengan pilihan A,B,C yang kemudian dikerjakan untuk mengetahui seberapa pemahaman warga tentang keamanan pangan skala rumah tangga. Setelah itu, pemberian materi terkait keamanan pangan skala rumah tangga diberikan dengan metode ceramah dan diskusi. Adapun kegiatan praktik cuci tangan yang benar menurut WHO yang dilakukan bersama-sama. Setelah penyampaian materi selesai, warga dipersilahkan untuk bertanya.

Setelah sesi tanya jawab, warga diberikan post-test sebanyak 10 soal dengan jawaban pilihan A,B,C guna untuk mengetahui seberapa banyak pemahaman warga terkait materi yang telah disampaikan. Lalu kegiatan penyuluhan ditutup dengan adanya sesi foto bersama dan pembagian sayur sop pada warga.

Hasil pengolahan data yang diperoleh dari hasil kuesioner tersebut memperlihatkan bahwa pengetahuan sebelum dan sesudah penyampaian materi ke warga yaitu memiliki kesamaan hasil. Namun, setelah penyampaian materi pada pengetahuan suhu yang dianjurkan untuk menyimpan makanan lebih dari 4 jam, peserta atau warga memiliki pemahaman yang lebih baik yang ditunjukkan dengan nilai post test 70% dari sebelumnya nilai pre test yaitu 50%. Pengetahuan memengaruhi tindakan seseorang. Salah satu elemen yang sangat penting dalam menentukan tindakan seseorang adalah pengetahuan, menurut Notoadmodjo (2012). Tidak hanya pendidikan formal yang dapat memberi Anda pengetahuan, tetapi juga dari banyak informasi, seperti media cetak, media sosial, dan lain-lain. Dalam kegiatan ini, informasi diberikan secara langsung melalui penyuluhan. Setelah melakukan pre dan post tes, ditemukan bahwa responden lebih tahu tentang keamanan pangan di dapur rumah tangga. Penemuan ini sejalan dengan penelitian Khazanah (2020), yang menemukan bahwa responden mengalami peningkatan pengetahuan tentang keamanan pangan.

Pada akhir sesi penyuluhan, setelah penyampaian materi, pemateri memberikan kesempatan pada warga untuk mengajukan pertanyaan mengenai materi yang telah disampaikan oleh pemateri. Warga sangat antusias untuk bertanya mengenai penyimpanan ataupun cara mengolah bahan pangan dengan baik. Setelah dilakukan kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu rumah tangga terkait keamanan pangan dalam skala rumah tangga. Kegiatan penyuluhan ini ditutup dengan sesi foto bersama dengan warga desa RT 05 RW 06 yang telah hadir pada kegiatan tersebut.

#### **4. KESIMPULAN**

Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk penyuluhan kepada warga yang dilakukan untuk memenuhi tugas keamanan pangan. Sasarannya yaitu ibu rumah tangga RT 05 RW 06, Bandar Kidul, Kota Kediri. Penyuluhan terkait keamanan pangan skala rumah tangga pada warga merupakan langkah penting dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengolah dan menyimpan makanan dengan benar agar tidak terjadi kontaminasi pada masakan rumah tangga. Hasil kegiatan penyuluhan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai keamanan pangan skala rumah tangga. Kegiatan ini membuat warga

khususnya ibu rumah tangga dapat memahami bagaimana cara pengolahan makanan dan sayur yang tepat.

## 5. PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terima kasih kami ucapkan kepada bapak Agus Riadi sebagai ketua RT 05 RW 06 karena telah mengizinkan kami untuk melakukan penyuluhan keamanan pangan di lingkungan RT. Serta warga yang telah berpartisipasi dalam mengikuti penyuluhan keamanan pangan skala rumah tangga.

## 6. DAFTAR REFERENSI

- Aryani, T., & Barnawi, D. E. (2022). PKM kesehatan dan keamanan pangan ibu ibu PKK perumahan griya kencana bantul yogyakarta. *baktimu: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 15–22.
- Elvira, V. F., Badrah, S., Kaat, J. M., Silaban, V. R., Kharimah, I. Y., Sombolinggi, G. M., Sabila, A. B., Baharuddin, S. M., Putri, E. H. N., & Sabdah, D. A. (2022). Penyuluhan Prinsip Hygiene Sanitasi Makanan dan Pengolahan Makanan yang Sehat dan Tepat di Desa Handil Bakti Kecamatan Palaran Kota Samarinda. *ABDIKESMAS MULAWARMAN: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 85–88.
- Kesuma, R. F., Rahmadianto, S. A., & Yuniati, Y. (2020). Peningkatan Pemahaman Mengenai Keamanan Pangan bagi Masyarakat Desa Tegalweru. *J Akses Pengabdian Indones*, 5, 18–21.
- Lukman, A. S., & Kusnandar, F. (2015). Keamanan pangan untuk semua. *Jurnal Mutu Pangan: Indonesian Journal of Food Quality*, 2(2), 152–156.
- Rizki, A., Ameliani, B., Anam, F. K., Kusumanti, R. A., Hasanah, N. N., Marâ, A., Valentinna, A. S. P., Dewi, H. A. M., & Sejati, A. W. (2022). Optimalisasi Peningkatan Kesejahteraan Keluarga di Masa Pandemi Covid-19 dengan Praktik Penyiapan Bahan Makanan. *Jurnal Pengabdian Dharma Wacana*, 3(2), 194–206.
- Sari, D. A., & Hadiyanto, H. (2013). Teknologi dan metode penyimpanan makanan sebagai upaya memperpanjang shelf life. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 2(2), 52-59
- Septiyani, D., Suryani, D., & Yulianto, A. (2021). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tingkat Pendidikan dan Usia dengan Perilaku Keamanan Pangan Ibu Rumah Tangga di Kecamatan Pasaleman, Cirebon. *Gorontalo Journal of Public Health*, 4(1), 45–54.
- Setyorini, N., Sumastuti, E., & Utami, R. H. (2022). Urgensi Keamanan Pangan Rumah Tangga dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Sosial Ekonomi Pertanian*, 18(1), 15–26.
- Sulistiawati, F., & Lestari, D. (2021). Penyuluhan Keamanan Pangan Rumah Tangga Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Sigerongan. *Abdonesia J. Pengabdian*, 1(1), 6–13.
- Ulilalbab A., Nurdyansyah F., Aulia L. P., Fitriyah H., Nasution A. S., Wardana A. A., et al. (2023). Keamanan Pangan. Banten: Sada Kurnia Pustaka.