

Penyuluhan Keamanan Pangan Rumah Tangga Pada Masa Pandemi Covid-19 di Desa Sigerongan

Febrina Sulistiawati¹, Dwi Lestari¹

1) Ilmu Gizi, Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat

Email: r_febri@yahoo.co.id

Abstrak

Mengonsumsi makanan bergizi seimbang harus dibarengi pula dengan terjaminnya keamanan makanan tersebut. Secara umum, keamanan pangan (*food safety*) adalah hal-hal yang membuat produk pangan aman untuk dimakan, bebas dari faktor-faktor yang bisa menyebabkan penyakit misalnya banyak mengandung sumber penular penyakit (*infectious agents*), mengandung bahan kimia beracun, dan mengandung benda asing (*foreign objects*). Salah satu kelompok dengan sistem imunitas tubuh yang rendah sehingga lebih rentan untuk mengidap penyakit atau infeksi adalah ibu hamil. Pada masa pandemi virus COVID-19 saat ini, ibu hamil perlu mengetahui dengan baik faktor resiko yang dapat meningkatkan paparan virus sehingga perlu diberikan penyuluhan terkait keamanan pangan pada proses persiapan, pengolahan dan penyajian pangan di tingkat rumah tangga. Diharapkan dengan penyuluhan tersebut muncul kesadaran untuk melakukan *praktik* persiapan, pengolahan dan penyajian pangan yang sesuai dengan kaidah keamanan pangan sehingga dapat membantu masyarakat terutama ibu hamil untuk mencegah tertular dari virus COVID-19. Kegiatan Penyuluhan Keamanan Pangan Rumah Tangga dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi. Hasil dari kegiatan ini adalah meningkatnya tingkat pengetahuan responden (ibu hamil) tentang keamanan pangan rumah tangga baik dari tahap persiapan, pengolahan hingga penyajian bahan pangan.

Kata Kunci: COVID-19; keamanan pangan; ibu hamil

Abstract

Consuming a nutritionally balanced diet must also be accompanied by ensuring the food safety. In general, food safety is the things that make food products safe to eat; free from factors that can cause disease; for example, many contain infectious agents, toxic chemicals, and foreign objects. One group with a low immune system that is more susceptible to disease or infection are pregnant women. During the current COVID-19 virus pandemic, pregnant women need to know well the risk factors that can increase exposure to the virus so it is necessary to provide a counseling related to food safety in the process of food preparation, processing and serving the food at the household level. It is hoped that with this counseling there will be awareness to carry out food handling, processing and serving the food in accordance with food safety principles so that it can help the community, especially pregnant women, to prevent contracting the COVID-19 virus. Household Food Safety Counseling activities were carried out by means of lectures and discussions. The result of this activity is an increase in the level of knowledge of respondents (pregnant women) about household food safety, from the preparation, processing until the serving of food.

Keywords: COVID-19; food safety; pregnant women

Article History

Received: 7 Januari 2021

Revised: 9 Januari 2021

Accepted: 10 Januari 2021



Abdinesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Saat ini keamanan pangan merupakan isu dalam kesehatan masyarakat serta penyediaan pangan lokal, serta dalam perdagangan pangan internasional. Persyaratan keamanan pangan tidak dapat dipisahkan dari persyaratan mutu pangan. Terdapat tiga bahaya yang perlu diwaspadai sehubungan dengan keamanan pangan, yaitu bahaya mikrobiologi, bahaya kimia, dan bahaya fisik. Bahaya mikrobiologi mencakup bakteri patogen, virus, dan parasit (BPOM, 2001).

Berbagai laporan menunjukkan bahwa bakteri patogen merupakan penyebab utama pada kasus-kasus keracunan pangan, dan virus menduduki urutan kedua. Bahaya kimia sangat bervariasi, namun yang paling banyak dilaporkan adalah pestisida, alergen, dan toksin alami termasuk scrobotoxins yang terdapat pada ikan dan mikotoksin pada serealia dan kacang-kacangan. Bahaya fisik merupakan bahaya yang paling sedikit pengaruhnya terhadap keamanan pangan, di antara ketiga bahaya dalam keamanan pangan (Brooks *et al.*, 2007). Pada umumnya pengendalian bahaya tersebut dilakukan dengan penerapan cara pengolahan pangan yang baik (Seto, 2011).

Merebaknya virus corona di seluruh dunia yang dimulai sejak bulan Februari 2020 hingga saat ini belum mereda, bahkan menunjukkan peningkatan yang berarti. Hingga tanggal 24 September 2020 jumlah kasus positif COVID-19 di Indonesia mencapai 262.022 kasus, sedangkan di Provinsi NTB mencapai 3215 kasus dengan jumlah terkonfirmasi meninggal 192 orang (5,97%), sembuh 2538 orang (78,94%) dan masih dirawat 485 orang (15,09%) (Dinas Kesehatan NTB, 2020).

Pada masa pandemi saat ini masyarakat Indonesia diharuskan hidup dengan tatanan hidup baru, yang dapat 'berdamai' dengan COVID-19 (*new normal*). *New normal* adalah suatu tindakan atau perilaku yang dilakukan oleh masyarakat dan semua institusi yang ada di wilayah tersebut untuk melakukan pola harian atau pola kerja atau pola hidup baru yang berbeda dengan sebelumnya. Bila hal ini tidak dilakukan, akan terjadi risiko penularan. Kita dituntut untuk mampu mengadaptasi/ menyesuaikan kebiasaan baru dimanapun kita berada, seperti di rumah, di kantor, di sekolah, di tempat ibadah, dan juga di tempat-tempat umum, seperti terminal, pasar, dan mal. Beberapa adaptasi *new normal* yang dimaksud adalah sering cuci tangan pakai sabun, menggunakan masker, menjaga jarak, istirahat yang cukup dan rajin olahraga, serta mengonsumsi makanan bergizi seimbang (Kemenkes RI, 2020).

Mengonsumsi makanan bergizi seimbang harus dibarengi pula dengan terjaminnya keamanan makanan tersebut. Diketahui bahwa virus COVID-19 dapat bertahan pada permukaan selama beberapa jam sampai beberapa hari, tergantung pada jenis permukaan, suhu, sinar, pH, dan lain-lain. Namun demikian, virus dapat inaktivasi oleh panas dan sanitaiser. Dengan mempraktikkan Cara Produksi yang Baik (GMP),

Cara Higiene yang Baik (GHP) yang meliputi proses pembersihan dan sanitasi peralatan dan fasilitas pengolahan pangan dengan baik, maka risiko adanya virus pada permukaan tersebut dapat diminimalkan.

Dengan praktik-praktik yang baik itu, berbagai Badan Otoritas Keamanan Pangan di berbagai negara menyatakan bahwa virus COVID-19 tidak ditularkan melalui pangan dan/atau kemasan pangan. Walaupun tidak terdapat laporan mengenai COVID-19 yang ditularkan melalui makanan atau kemasan makanan, praktik kebersihan dan hygiene yang baik harus selalu dilaksanakan secara disiplin dan bertanggung jawab baik dalam proses penanganan, pengolahan dan penyiapan pangan (Hariyadi dan Haryadi, 2020).

Salah satu kelompok dengan sistem imunitas tubuh yang rendah sehingga lebih rentan untuk mengidap penyakit atau infeksi adalah ibu hamil. Pada masa pandemi virus COVID-19 saat ini, ibu hamil perlu mengetahui dengan baik faktor resiko yang dapat meningkatkan paparan virus sehingga perlu diberikan penyuluhan terkait keamanan pangan pada proses penanganan, pengolahan dan penyiapan pangan di tingkat rumah tangga. Pada kegiatan pengabdian ini, transfer informasi dilakukan melalui penyuluhan secara langsung. Diharapkan dengan penyuluhan tersebut muncul kesadaran untuk melakukan *praktik* penyiapan, pengolahan dan penyajian pangan yang sesuai dengan kaidah keamanan pangan sehingga dapat membantu masyarakat terutama ibu hamil untuk mencegah tertular dari virus COVID-19.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi ibu hamil dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap serta perilaku sehingga masyarakat terutama ibu hamil sadar, mau dan mampu mempraktikkan keamanan pangan dalam proses persiapan, pengolahan dan penyajian pangan di tingkat rumah tangga.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Penyuluhan Keamananan Pangan Rumah Tangga Pada Masa Pandemi COVID-19 di Desa Sigerongan Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Desember 2020. Sasaran pada kegiatan ini adalah 20 orang ibu hamil. Adapun proses dalam tahap pelaksanaan, yaitu:

1. Mengumpulkan sasaran yaitu 20 orang ibu hamil.
2. Melakukan *pre test* terkait indikator praktik keamanan pangan rumah tangga.
3. Melakukan penyuluhan tentang keamananan pangan rumah tangga.
4. Melakukan *post test* terkait indikator praktik keamanan pangan rumah tangga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keamanan pangan merupakan prasyarat bagi produk pangan yang bermutu. Keamanan pangan secara teknis dicirikan oleh terbebasnya masyarakat dari jenis pangan yang berbahaya bagi kesehatan manusia. Menurut Fardiaz (2006) dalam Hariyadi dan Hariyadi (2012), masalah keamanan pangan biasanya terjadi karena produk pangan terpapar dengan lingkungan yang kotor, sehingga pangan menjadi tercemar oleh

bahan-bahan yang dapat membahayakan kesehatan manusia. Sebagaimana konsep keamanan pangan *from farm to table*; maka konsumen memegang peranan yang sangat penting khususnya di dalam pemilihan, penyimpanan dan penanganan produk pangan di rumah tangga. Oleh karena itu, upaya untuk meminimalisasi risiko di tingkat rumah tangga perlu diketahui dengan baik oleh konsumen.

Pada kegiatan ini, masyarakat diberikan penyuluhan tentang pentingnya keamanan pangan pada masa pandemi COVID-19 baik pada tahap persiapan, pengolahan maupun penyajian bahan pangan. Responden sangat antusias mengikuti setiap materi yang disampaikan sebagaimana terlihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Responden Mendengarkan Paparan Narasumber



Gambar 2. Narasumber dan Responden dalam Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Sebelum materi penyuluhan disampaikan, dilakukan pre test untuk melihat sejauh mana pengetahuan responden terhadap keamanan pangan rumah tangga. Setelah penyuluhan disampaikan dilakukan post test sehingga didapatkan hasil sebagai berikut:

A. Karakteristik Sampel

Berdasarkan hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia <25 tahun (55%), sebagian besar berpendidikan tamat Sekolah Dasar (40%) dengan pekerjaan 85% adalah ibu rumah tangga (IRT). Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi karakteristik responden dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden

Karakteristik	n	%
Usia		
<25 tahun	13	65
26-30 tahun	2	10
>30 tahun	5	25
Pendidikan		
SD	9	45
SLTP	4	20
SLTA	7	35

Karakteristik	n	%
Pekerjaan		
Wiraswasta	3	15
Ibu Rumah Tangga	17	85

B. Pengetahuan Responden tentang Keamanan Pangan pada Tahap Persiapan Pengolahan Bahan Pangan

Tingkat pengetahuan responden tentang keamanan pangan pada tahap persiapan pengolahan bahan pangan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Pengetahuan Pre test dan Post test tentang Keamanan Pangan pada Tahap Persiapan Pengolahan Bahan Pangan

Pengetahuan	Pre test		Post test	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Tinggi	2	10	10	50
Sedang	18	90	10	50
Rendah	0	0	0	0
Jumlah	20	100	20	100

Keterangan:

Pengetahuan Tinggi : Skor Nilai 80 s.d 100

Pengetahuan Sedang : Skor Nilai 60 s.d 79

Pengetahuan Rendah : Skor Nilai <59

Pada tabel di atas ditunjukkan bahwa pada tahap persiapan bahan pangan, persentase responden dengan tingkat pengetahuan tinggi meningkat setelah pelaksanaan kegiatan, dari semula hanya 10% menjadi 50%; sedangkan persentase responden dengan tingkat pengetahuan sedang menurun dari semula 90% menjadi 50%. Pada tahap ini, mencuci tangan dengan sabun, mencuci bahan pangan di bawah air yang mengalir, serta menjaga kebersihan ruangan dan alat yang akan digunakan untuk mengolah bahan pangan merupakan beberapa tindakan yang harus dilakukan untuk memastikan kebersihan saat akan mengolah makanan. Tindakan seseorang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan. Menurut Notoadmodjo (2012), pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan tidak hanya didapatkan dari pendidikan formal namun dapat juga diperoleh dari berbagai informasi seperti media cetak, media sosial, dan lain-lain. Dalam kegiatan ini, transfer informasi dilakukan melalui penyuluhan secara langsung dan setelah dilakukan post test diperoleh hasil terjadi peningkatan pengetahuan responden. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian Khazanah (2020) dimana terdapat peningkatan pengetahuan pada responden setelah dilakukan penyuluhan keamanan pangan di dapur rumah tangga. Hasil yang sama didapatkan pula oleh Pratiwi dan Hamidiyanti (2020) dimana pemberian edukasi meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang.

C. Pengetahuan Responden tentang Keamanan Pangan pada Tahap Pengolahan Bahan Pangan

Tingkat pengetahuan responden tentang keamanan pangan pada tahap persiapan pengolahan bahan pangan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. Pengetahuan Pre test dan Post test tentang Keamanan Pangan pada Tahap Pengolahan Bahan Pangan

Pengetahuan	Pre test		Post test	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Tinggi	6	30	7	35
Sedang	5	25	10	50
Rendah	9	45	3	15
Jumlah	20	100	20	100

Keterangan:

Pengetahuan Tinggi : Skor Nilai 80 s.d 100

Pengetahuan Sedang : Skor Nilai 60 s.d 79

Pengetahuan Rendah : Skor Nilai <59

Pada tabel di atas ditunjukkan bahwa terjadi peningkatan pula terhadap pengetahuan responden tentang keamanan pangan pada tahap pengolahan setelah dilakukan penyuluhan. Persentase responden dengan tingkat pengetahuan tinggi meningkat dari 30% menjadi 35%; tingkat pengetahuan sedang meningkat dari 25% menjadi 50%, sedangkan persentase responden dengan tingkat pengetahuan rendah menurun dari 45% menjadi 15%.

Beberapa hal yang harus menjadi perhatian dalam tahap pengolahan agar keamanan bahan pangan selalu terjaga adalah memastikan bahan pangan dimasak pada suhu yang tepat serta menghindari cemaran fisik, kimia, maupun biologi mengkontaminasi bahan pangan. Dari pengamatan yang dilakukan selama pelaksanaan kegiatan banyak responden yang belum mengetahui cara pengolahan makanan yang tepat. Byrd-Bredbenner *et al.* (2013) menyatakan bahwa tenaga kesehatan harus waspada terhadap sikap dan perilaku keamanan pangan konsumen di rumah tangga dan memberikan intervensi keamanan pangan sesuai dengan teori yang ada. Pemahaman ibu tentang keamanan pangan sangat penting karena dapat mencegah resiko terjadinya penyakit akibat pangan olahan yang tidak sehat.

D. Pengetahuan Responden tentang Keamanan Pangan pada Tahap Penyajian Bahan Pangan

Tingkat pengetahuan responden tentang keamanan pangan pada tahap penyajian bahan pangan dapat dilihat pada berikut:

Tabel 4. Pengetahuan Pre test dan Post test tentang Keamanan Pangan pada tahap Penyajian Bahan Pangan

Pengetahuan	Pre test		Post test	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Tinggi	14	70	17	85
Sedang	3	15	3	15

Pengetahuan	Pre test		Post test	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Rendah	3	15	0	0
Jumlah	20	100	20	100

Keterangan:

Pengetahuan Tinggi : Skor Nilai 80 s.d 100

Pengetahuan Sedang : Skor Nilai 60 s.d 79

Pengetahuan Rendah : Skor Nilai <59

Pada tabel tersebut ditunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden terhadap keamanan pangan pada tahap penyajian mengalami peningkatan pula setelah dilakukan penyuluhan. Hal ini dapat dilihat dari persentase responden dengan pengetahuan rendah menurun dari 15% menjadi 0%, sedangkan persentase tingkat pengetahuan tinggi meningkat dari 70% menjadi 85%. Sebagian besar responden telah memahami bahwa pangan mentah harus dipisahkan dengan pangan siap saji. Selain itu, mereka juga telah memahami bahwa waktu maupun suhu penyimpanan pangan yang telah dimasak pun harus diperhatikan agar tidak terjadi kontaminasi silang.

Sehubungan dengan pandemi COVID-19 yang masih berlangsung hingga saat ini, belum ada laporan mengenai COVID-19 yang ditularkan melalui makanan atau kemasan makanan. Namun berbagai Badan Otoritas Keamanan Pangan di seluruh dunia tetap menekankan pentingnya selalu secara disiplin dan bertanggung jawab melaksanakan praktik kebersihan dan higiene yang baik (misalnya : sering mencuci tangan dengan sabun, mendisinfeksi permukaan, memisahkan pangan mentah dari pangan yang sudah diolah, melakukan proses pemanasan dengan suhu dan waktu yang tepat, mendinginkan makanan dengan segera, dan lain-lain) dalam proses penyiapan, pengolahan maupun penyajian bahan pangan (Hariyadi dan Hariyadi, 2020)

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema "Penyuluhan Keamanan Pangan Rumah Tangga Pada Masa Pandemi COVID-19" di Desa Sigerongan Kecamatan Lingsar Kabupaten Lombok Barat berjalan dengan lancar dan mendapat respon yang sangat baik dari perangkat desa maupun responden. Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden setelah dilakukan penyuluhan. Masyarakat bersifat *open minded* terhadap informasi yang diberikan sehingga proses transfer informasi berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan ini sangat diapresiasi oleh perangkat desa sehingga perlu dilakukan secara berkala dengan jumlah responden yang lebih banyak.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pelaksana mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat sebagai penyandang dana pada skema Pengabdian kepada Masyarakat Tahun Anggaran 2020 yang telah memfasilitasi kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan sangat baik.

DAFTAR PUSTAKA

- BPOM (Badan Pengawas Obat Dan Makanan). (2001). *Prinsip-prinsip Pelaksanaan Analisis Risiko*. Jakarta: BPOM.
- Brooks, G.F. et al. (2007). *Medica Microbiology*. USA: 24 Ed. 224-7.
- Byrd-Bredbenner C, Berning J, Martin Biggers J, Quick V. Food Safety in Home Kitchens: a Synthesis of the Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 10(9): 4060-4085.
- Dinas Kesehatan NTB. (2020). *Data COVID-19 NTB*. Diakses dari <https://corona.ntbprov.go.id/>.
- Hariyadi P, RD Haryadi. (2012). Antisipasi Terhadap Isu-isu Baru Keamanan Pangan. *Pangan*, 21(1): 85-100.
- _____. (2020). COVID-19 dan Keamanan Pangan: Sepuluh Pelajaran Untuk Industri Pangan. *Food Review Indonesia XV*, (5): 21-27.
- Kemendes RI. (2020). *Menuju Adaptasi Kebiasaan Baru*. Diakses dari <http://promkes.kemkes.go.id/menuju-adaptasi-kebiasaan-baru>.
- Khazanah W. (2020). Edukasi Keamanan Pangan di Dapur Rumah Tangga. *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal*, (5)1: 1-6.
- Notoatmodjo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Pratiwi IG, BYF Hamidiyanti. (2020). Edukasi tentang Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengamas Kesehatan Sasambo*, 1(2): 62-69.
- Seto, S. (2011). *Pangan dan Gizi Ilmu Teknologi Industri dan Perdagangan Internasional*. Bogor: Fakultas Teknologi Pertanian.