



Tersedia online di: journal.gunabangsa.ac.id

J.Abdimas: Community Health

ISSN (online): 2746-542X



Improving the Knowledge of Safe Healthy Food and the Ability to Make Healthy Meals for Children in Parents of Students at TK Khalifah Jakarta 1

Peningkatan Pengetahuan Pangan Sehat Aman serta Kemampuan Pembuatan Bekal Sehat Anak pada Orang Tua Murid TK Khalifah Jakarta 1

Ni Putu Ermi Hikmawanti^{1*}, Tuti Wiyati², Sofia Fatmawati³

Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi dan Sains, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, Jakarta Timur

ABSTRACT

Children are an age group that experiences a period of rapid growth and development during this phase of life, so healthy and safe food intake is needed to support optimal growth and development. Therefore, education about healthy and safe food for parents (guardians) is expected to maintain children's health and build healthy lifestyles for them into adulthood. The aim of implementing this community service program (PPM) is to help increase the knowledge of parents (and guardians) in determining healthy and safe food for children and families. The target of delivering this PPM is to parents (and guardians) of students at TK Khalifah Jakarta 1, located around the Faculty of Pharmacy and Science Campus, UHAMKA, East Jakarta. Implementation of PPM is carried out through the socialization of healthy and safe food materials. Training on making and packaging healthy lunches is also carried out in this activity involving parents (and guardians). Evaluation of the success of this PPM activity is assessed using a questionnaire given before and after the implementation of the activity. Based on statistical analysis, the results showed that there was an increase in knowledge of healthy and safe food and the ability of parents (and guardians) of students to make healthy provisions for children by 72.2% ($\alpha=0.05$).

Keywords: Family, Food additives, Health, Kindergarten

INFORMASI ARTIKEL

Diterima : 18 Mei 2023
Direvisi : 06 November 2023
Disetujui : 26 Februari 2024
Dipublikasi : 06 Mei 2024

KORESPONDENSI

Ni Putu Ermi Hikmawanti
ermy0907@uhamka.ac.id

Copyright © 2024 Author(s)



Di bawah lisensi *Creative Commons Attribution 4.0 International License*.

INTISARI

Anak-anak merupakan kelompok usia yang mengalami masa tumbuh kembang yang pesat dalam fase kehidupan, sehingga asupan pangan yang sehat dan aman diperlukan untuk dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Oleh karena itu, edukasi pangan sehat dan aman terhadap orang tua (dan wali) diharapkan mampu menjaga kesehatan anak dan membangun pola hidup sehat mereka hingga dewasa. Tujuan dilaksanakannya program pengabdian masyarakat (PPM) ini adalah untuk membantu meningkatkan pengetahuan orang tua (dan wali) dalam menentukan pangan sehat dan aman bagi anak dan keluarga. Sasaran penyampaian PPM ini dilakukan terhadap orang tua murid TK Khalifah Jakarta 1 yang lokasinya berada di sekitar Kampus Fakultas Farmasi dan Sains UHAMKA, Jakarta Timur. Pelaksanaan PPM dilakukan melalui sosialisasi materi pangan sehat dan aman. Pelatihan pembuatan dan pengemasan bekal sehat juga dilakukan dalam kegiatan ini dengan melibatkan orang tua/wali dan anaknya. Evaluasi keberhasilan dari kegiatan PPM ini dinilai menggunakan media kuesioner yang diberikan sebelum dan setelah pelaksanaan kegiatan. Berdasarkan analisis statistik, diperoleh hasil

bahwa terjadi peningkatan pengetahuan akan pangan sehat dan aman serta kemampuan orang tua (wali) murid TK Khalifah Jakarta 1 dalam membuat bekal sehat untuk anak sebesar 72,2% ($\alpha=0,05$).

Kata kunci: Keluarga, Bahan tambahan pangan, Kesehatan, Taman kanak-kanak

PENDAHULUAN

Perkembangan masyarakat Indonesia yang dinamis dapat mempengaruhi cara konsumsi pangan, aktivitas keseharian, dan pola pengobatan di masyarakat. Salah satu strategi program pemerintah Indonesia untuk mencapai tujuan menciptakan budaya masyarakat yang peduli dalam mengkonsumsi obat, obat tradisional, kosmetik, dan pangan yang aman adalah melalui Gerakan Nasional Peduli Obat dan Pangan Aman (GNPOPA). Selain itu, melalui gerakan ini juga diharapkan mampu menciptakan kemandirian konsumen dalam memilih produk yang baik bagi kesehatan melalui kegiatan komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat di bidang tersebut. Perlu adanya dukungan dari berbagai pihak untuk berperan aktif dalam upaya meningkatkan kepedulian terhadap penggunaan obat dan pangan yang aman serta bahaya yang ditimbulkan jika obat dan pangan tidak memenuhi syarat (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2015).

Upaya dalam menjaga kondisi pangan agar terhindar dari cemaran fisik, biologis, kimia dan benda lainnya yang tidak memenuhi syarat sehingga dapat mengganggu, merugikan, serta membahayakan kesehatan tubuh didefinisikan sebagai keamanan pangan (Lukman & Kusnandar, 2015). Pangan yang sehat, aman, dan layak dikonsumsi harus memenuhi kriteria seperti tidak busuk, tidak menjijikan, dan bermutu baik, serta bebas cemaran fisik (debu, rambut, serpihan kayu, straples, kerikil, pecahan kaca, dan lain sebagainya), cemaran kimia (bahan berbahaya yang dilarang pada pangan seperti boraks, formalin; bahan tambahan pangan atau BTP dengan kadar melebihi ambang batas, dan lain sebagainya), dan cemaran biologi (air mentah, lalat, kecoa, bakteri, virus, jamur, dan lain sebagainya) (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2015). Tujuan dari

penggunaan BTP adalah untuk meningkatkan dan mempertahankan nilai gizi, dan kualitas daya simpan, menjadikan bahan pangan mudah disajikan, serta mempermudah penyiapan bahan pangan (Cahyadi, 2008; World Health Organization [WHO], 2018). Namun, adanya penyalahgunaan BTP berbahaya yang dilarang (seperti Rodamin B dan Boraks) (Ridjal dkk., 2022; Sulastri dkk., 2023; Wahyudi, 2017) dan BTP yang tidak sesuai dengan dosis yang diatur pada aplikasinya di masyarakat dapat meningkatkan resiko penyakit seperti keracunan, diare, diabetes dini, kegemukan (Aini, 2019; Sharma dkk., 2016), dan kerusakan organ vital, seperti hati dan ginjal (Karim dkk., 2023) dan lain sebagainya.

Anak prasekolah (4-6 tahun) (Syahroni dkk., 2021) dan anak-anak (6-11 tahun) (Amin & Juniati, 2017) merupakan kelompok usia yang mengalami masa tumbuh kembang yang pesat dalam fase kehidupan. Usia tersebut merupakan fase pendidikan sekolah yang rentan terpapar dengan pangan jajanan anak yang mudah ditemukan di sekitar sekolah. Dengan demikian, keamanan pangan jajanan anak sekolah membutuhkan perhatian serius (Aini, 2019). Asupan pangan yang sehat dan aman diperlukan untuk dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada anak (Syahroni dkk., 2021). Pangan yang dikonsumsi oleh anak ada 2 jenis, yaitu pangan jajanan dan pangan kemasan (Natalina & Ramona, 2023). Pangan jajanan adalah pangan (baik makanan maupun minuman) siap konsumsi tanpa diolah terlebih dahulu. Pangan kemasan adalah pangan yang diolah, dikemas, dan telah berlabel dengan baik, namun kondisi fisik dan tanggal kadaluarsa pangan kemasan merupakan hal yang perlu dicek secara berkala (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2015).

Beragam strategi dapat dilakukan untuk mencapai tujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap penggunaan pangan sehat dan aman. Pelaksanaan penyuluhan dan edukasi merupakan sarana yang tepat untuk tujuan ini (Idealistuti dkk., 2022; Natalina & Ramona, 2023). Kegiatan edukasi tidak hanya sekedar menyampaikan informasi lengkap kepada peserta sebagai sasaran kegiatan namun juga mendorong kelompok peserta untuk meneruskan informasi tersebut kepada kelompok lainnya. Sekolah Taman Kanak-Kanak merupakan salah satu wadah proses tumbuh kembang anak usia pra-sekolah, yang mana orang tua (dan wali) murid Taman Kanak-kanak (TK) merupakan sasaran yang sesuai untuk diberikan edukasi terkait pangan sehat dan aman. Dengan demikian, capaian pengetahuan yang diperoleh atas pemberian edukasi dapat diterapkan kepada anak-anaknya langsung dan lingkungan keluarga lainnya. TK Khalifah Jakarta 1 merupakan TK yang berada disekitar area kampus Fakultas Farmasi dan Sains (FFS), UHAMKA. Tim pelaksana dalam kegiatan ini adalah tiga orang Dosen Farmasi dari FFS UHAMKA yang memiliki kompetensi dalam hal pemberian edukasi kepada target sasaran mengenai pengetahuan pangan sehat dan aman. Dengan demikian, melalui program pengabdian kepada masyarakat (PPM) ini, diharapkan dapat membantu program pemerintah serta memberikan dampak positif secara langsung bagi masyarakat sekitar.

METODE

Pelaksanaan kegiatan PPM diawali dari kegiatan observasi dan survei di TK Khalifah Jakarta 1 pada seminggu terakhir pada bulan November 2022. Selanjutnya tim pelaksana, yaitu Dosen Farmasi, membuat kesepakatan kerjasama dengan mitra, yaitu TK Khalifah Jakarta 1 Jakarta Timur, sebagai tempat dilaksanakannya PPM pada awal bulan Desember 2022 yang dibuktikan dengan surat kerjasama mitra. Kegiatan PPM dilaksanakan pada hari Sabtu, 21 Januari 2023 di TK Khalifah Jakarta 1. Sasaran kegiatan PPM adalah orang tua (dan wali) murid TK Khalifah

Jakarta 1. Kegiatan PPM meliputi: (a) penyampaian informasi dan edukasi melalui *powerpoint* oleh tim pelaksana PPM mengenai definisi, tujuan, manfaat pangan sehat aman termasuk penjelasan bahan tambahan pangan (BTP) dan bahan yang yang dilarang pada pangan, (b) tanya jawab dan diskusi, (c) praktek pembuatan dan pengemasan bekal sehat anak yang didampingi oleh tim pelaksana PPM, (d) evaluasi kegiatan melalui pengisian kuesioner sebelum kegiatan edukasi dimulai (*pre-test*) dan setelah kegiatan edukasi selesai diberikan (*post-test*). Hasil kuesioner kemudian dianalisis dengan uji Wilcoxon ($\alpha=0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PPM ini dihadiri oleh seluruh bunda guru TK Khalifah Jakarta 1 sebagai pihak penyelenggara sekolah dan 18 orang tua (dan wali) murid TK sebagai peserta PPM (**Gambar 1**).



Gambar 1. Kegiatan PPM tentang Pangan Sehat di TK Khalifah Jakarta 1. (A) Pemberian materi edukasi, (B) Pelatihan Pembuatan Bekal Sehat, (C) Tim pelaksana dari Dosen Farmasi FFS UHAMKA dan para guru TK Khalifah Jakarta 1.

Karakteristik peserta tersaji pada **Tabel 1**. Setelah pengisian kuesioner (*pre-posttest*), hasil analisis datanya disajikan pada **Tabel 2**. Sebanyak 72,2% peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pemberian informasi dan edukasi oleh tim pelaksana PPM. Pemberian informasi dan edukasi berupa sosialisasi/penyuluhan kepada target sasaran PPM merupakan sarana yang tepat dalam upaya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pangan sehat (Anggaeni dkk., 2022;

Widyaningrum dkk., 2022) dan perubahan sikap dalam memilih jajanan sehat (Amira & Setyaningtyas, 2021). Dukungan pemerintah melalui kebijakan/peraturan serta pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan pengolahan jajanan sehat dapat membantu meningkatkan keterampilan dan percepatan kepedulian masyarakat tentang pangan sehat dan aman (Miranti dkk., 2021).

Tabel 1 Karakteristik peserta pengabdian kepada masyarakat

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Usia (Tahun)		
20-40	14	77,8
>40	4	22,2
Status		
Karyawan	9	50
Wiraswasta	1	5,6
IRT	8	44,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	2	11,1
Perempuan	16	88,9

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon, diketahui nilai signifikansi adalah $p=0,001 < 0,005$ artinya terdapat perbedaan antara hasil pengetahuan peserta terkait pangan sehat sebelum sosialisasi

dan setelah pemberian materi penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh peningkatan pengetahuan akan pangan sehat setelah dilakukan pemberian materi penyuluhan.

Tabel 2 Tingkat pengetahuan peserta yang mengikuti kegiatan

Tingkat Pengetahuan*	Peningkatan (N)	Persentase (%)
Negatif (Menurun)	0	0
Positif (Meningkat)	13	72,2
Ties (Tidak ada perubahan) **	5	27,8
Total	18	100

*Terdapat perbedaan yang signifikan (P-value<0,05) berdasarkan Uji Wilcoxon;

** Terdapat kesamaan nilai pretest dan posttest

Tabel 3 Jenis, target, dan tingkat keberhasilan kegiatan PPM.

No	Jenis kegiatan	Target Kegiatan	Tingkat Keberhasilan
1.	Pemberian materi penyuluhan pangan sehat aman sesuai peraturan BPOM.	Peningkatan pengetahuan peserta terhadap pangan sehat aman, meliputi bahan tambahan pangan (makanan dan minuman) sesuai peraturan BPOM serta dampaknya bagi kesehatan.	Berhasil
2.	Pelatihan pada peserta dalam mengemas bekal sehat anak.	Peningkatan kemampuan peserta dalam mengemas bekal sehat anak.	Berhasil

Jenis, target dan tingkat keberhasilan dari kegiatan PPM tersaji pada **Tabel 3**. Berdasarkan **Tabel 3**, dapat disimpulkan bahwa seluruh kegiatan telah terlaksana dan target kegiatan telah terpenuhi, antara lain adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai pangan sehat dan aman serta adanya peningkatan kemampuan peserta dalam memilih bahan pangan yang sehat dan aman serta mengemasnya menjadi bekal sehat anak yang dibuktikan melalui praktek bersama tim pelaksana. Dukungan kegiatan PPM ini meliputi: pemateri yang sesuai bidang ilmunya, TK Khalifah Jakarta 1 sebagai mitra kegiatan yang bekerjasama dengan baik melalui dukungan fasilitas dan tempat, tema kegiatan yang sesuai dengan program kerja TK Khalifah Jakarta 1, dan antusias peserta yang dicerminkan dari lancarnya sesi diskusi dan tanya jawab. Tidak ada kendala yang berarti dalam kegiatan PPM ini. Sayangnya, pada PPM ini tidak dilakukan peninjauan dan

penilaian kembali terkait dampak edukasi yang telah diberikan terhadap adanya perubahan sikap dari aspek sosial, budaya maupun ekonomi dari target sasaran kegiatan ini. Kedepannya, hal tersebut perlu dilakukan untuk menilai keberhasilan dari peningkatan pengetahuan mengenai pangan sehat dan aman sebagai indikator capaian jangka panjang.

Lebih lanjut, kegiatan PPM dapat direncanakan kembali dengan tema berbeda terkait obat dan pangan yang mendukung program pemerintah, seperti pelatihan mengenai teknik uji sederhana dalam menilai keberadaan zat tambahan yang dilarang dalam pangan olahan untuk mempermudah orang tua dalam memilih pangan sehat untuk anak atau anjuran untuk konsumsi makanan sehat, seperti sayur dan buah (Wiyati dkk., 2023), bergizi (Widyaningrum dkk., 2022), dan halal (Anggaeni dkk., 2022), yang diolah menjadi suatu pangan yang sehat dan aman

untuk keluarga. Perilaku pemilihan jajanan sehat di sekolah yang dipraktikkan oleh guru, masyarakat sekitar sekolah, serta peserta didik dan orang tua murid dapat menjadi media pembelajaran dan promosi kesehatan secara mandiri untuk meningkatkan kesadaran dan kepedulian mencegah penyakit dan peran aktifnya dalam mewujudkan lingkungan yang sehat (Wulandari & K.H, 2016). Kini, berbagai platform media sosial seperti Youtube, Instagram, dan lain sebagainya dapat menjadi sarana penyebaran informasi kesehatan pangan kepada masyarakat (Anggaeni dkk., 2022). Dengan demikian, upaya peningkatan pengetahuan mengenai pangan sehat dan aman serta kewaspadaan terhadap bahaya kontaminasi pada pangan dapat tercapai dengan baik, tepat dan menarik di masyarakat.

KESIMPULAN

Kegiatan PPM tentang pangan sehat aman pada orang tua (dan wali) murid TK Khalifah Jakarta 1, Jakarta Timur telah diselesaikan dengan baik. Melalui kegiatan ini diperoleh peningkatan pengetahuan peserta dalam memahami pangan sehat aman, bahan tambahan pangan, dan bahan yang dilarang pada pangan. Selain itu, juga diperoleh peningkatan kemampuan peserta dalam membuat dan mengemas bekal sehat anak. Kedepannya, dapat dilakukan pelatihan mengenai teknik uji sederhana dalam menilai keberadaan zat tambahan yang dilarang dalam pangan olahan untuk mempermudah orang tua dalam memilih pangan sehat untuk anak.

APRESIASI

Penulis berterimakasih kepada Lembaga Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, Jakarta atas bantuan dana melalui Hibah Pengabdian kepada Masyarakat tahun 2022 (No Kontrak: 1103/H.04.02/2022).

DAFTAR PUSTAKA

Aini, S. Q. (2019). Perilaku Jajan pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan*

IPTEK, 15(2), 133-146.
<https://doi.org/10.33658/jl.v15i2.153>

Amin, M. Al, & Juniati, D. (2017). Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting dari Citra Wajah dengan Deteksi Tepi Canny. *MATHunesa*, 2(6), 33-42.

Amira, K. A., & Setyaningtyas, S. W. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Dasar Dalam Pemilihan Jajanan Sehat: Literature Review. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, 16(2), 130-138.

Anggaeni, T. T. K., Indraswari, N., & Sujatmiko, B. (2022). Sosialisasi Pangan ASUH (AMAN, SEHAT, UTUH, DAN HALAL) dan Jajanan Sehat Dalam Upaya Meningkatkan Kesadaran Masyarakat atas Kualitas Hidup Sehat. *Media Kontak Tani Ternak*, 4(1), 27-35.
<https://doi.org/10.24198/mktt.v4i1.38627>

Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2015). Pedoman Gerakan Nasional Peduli Obat dan Pangan Aman. In *Pedoman Gerakan Nasional Peduli Obat dan Pangan Aman*. BPOM RI.

Cahyadi, W. (2008). *Analisis dan Aspek Kesehatan Bahan Tambahan Pangan* (2nd ed.). Bumi Aksara.

Idealistuti, I., Suyatno, S., Yani, A. V., Fahmi, I. A., & Hawa, P. S. (2022). Education Regarding Food Additives for Residents of RT 29 Kelurahan 15 Ulu, Jakabaring District, Palembang City, South Sumatra Province. *Altifani Journal: International Journal of Community Engagement*, 2(2), 68-72.
<https://doi.org/10.32502/altifani.v2i2.4508>

Karim, H., Azis, A., Taufiq, Ermawati, Noer, S. F., Lindriani, & Arnianti. (2023). Dampak Negatif Bahan Tambahan Pangan Bagi Kesehatan dan Pencegahannya. *Journal of Training and Community Service Adpertisi (Jtcsa)*, 3(1), 61-64.
<http://jurnal.adpertisi.or.id/index.php/JTCSA/>

Lukman, A. S., & Kusnandar, F. (2015). Keamanan Pangan untuk Semua Food Safety for All. *Jurnal Mutu Pangan*, 2(2), 152-156.

- Miranti, M. G., Purwidiani, N., Romadhoni, I. F., & Ismawati, R. (2021). Pemberdayaan Kesehatan Melalui Pelatihan Pengolahan Jajanan Sehat, Bergizi, dan Aman Berbasis Pangan Lokal. *Jurnal ABDI*, 6(2), 80–85.
- Natalina, S. L., & Ramona, F. (2023). Penyuluhan Pangan Jajanan Sehat dan Bahan Tambahan Pangan Berbahaya di MDTA Aulia Islami Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(2), 1314–1320. <http://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/view/1059><https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/download/1059/806>
- Ridjal, A. T. M., Kasma, A. Y., Aminullah, & Basri. (2022). Study of Rhodamine B Dyes Content in Snacks of Karuwisi Traditional Market Makassar, South Sulawesi, Indonesia. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 1027(1). <https://doi.org/10.1088/1755-1315/1027/1/012012>
- Sharma, A., Amarnath, S., Thulasimani, M., & Ramaswamy, S. (2016). Artificial sweeteners as a sugar substitute: Are they really safe? *Indian J Pharmacol.*, 48(3), 237–240. <https://doi.org/10.4103/0253-7613.182888>
- Sulastri, S., Riani, R., & Farikha, S. (2023). Review Artikel: Analisis Kandungan Rhodamin B Dalam Makanan Dan Minuman. *COMSERVA Indonesian Journal of Community Services and Development*, 2(10), 2429–2435. <https://doi.org/10.59141/comserva.v2i10.701>
- Syahroni, M. H. A., Astuti, N., Indrawati, V., & Ismawati, R. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan anak usia prasekolah (4-6 tahun) ditinjau dari capaian gizi seimbang. *Jurnal Tata Boga*, 10(1), 12–22.
- Wahyudi, J. (2017). Mengenali Bahan Tambahan Pangan Berbahaya: Ulasan. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 13(1), 3–12. <https://doi.org/10.33658/jl.v13i1.88>
- Widyaningrum, R., Ayuningtyas, C. E., Suryani, D., Khofifah, H., Mutmainah, S., & Putri, S. N. (2022). Peningkatan Pengetahuan UMKM Pangan tentang Produk Pangan Bergizi, Aman, dan Halal. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 401–406. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v7i3.2760>
- Wiyati, T., Nurhasna, & Hikmawanti, N. P. E. (2023). Peningkatan Pengetahuan Mengenai Penyakit Kardiovaskular dan Manfaat Konsumsi Sayur dan Buah Pada Masyarakat Desa Pasir. *Society: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 148–152.
- World Health Organization [WHO]. (2018). *Food additives*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/food-additives>
- Wulandari, R., & K.H, O. W. (2016). Efek Smartcards dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik dalam Memilih Pangan Jajanan. *Journal of Health Education*, 1(1), 85–90.