

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia

Volume 3, Nomor 4, July 2024, Halaman 155-159

Licensed by CC BY-SA 4.0

ISSN: [2986-7002](https://doi.org/10.24054/202407.155-159)

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13132730>

**Pelatihan Pangan Sehat dan Aman Bagi Masyarakat di Desa Kotayasa,
Kecamatan Sumbang, Kabupaten Banyumas**

*The Training of Healthy and Safe Food for the Community in Kotayasa Village, Sumbang District,
Banyumas Regency*

**Hanis Adila Lestari¹, Anri Kurniawan^{2*}, Slamet Sulistiadi³, Triat Adi Yuwono⁴, Luthfi
Wahab⁵**

^{1,2,3,4,5}Program Studi Teknik Pertanian dan Biosistem, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Nahdlatul
Ulama Purwokerto

Korespondensi: anrykurniawan1991@gmail.com.

Abstrak

Desa Kotayasa merupakan salah satu desa di Kecamatan Sumbang dengan luas daerah sebesar 50,1 hektar yang terletak di lereng pegunungan dengan ketinggian 1500 mdpl, sehingga tergolong berada pada dataran tinggi. Penerapan pangan yang sehat dan aman sangatlah diperlukan untuk menunjang keluarga yang sehat. Dengan adanya transfer ilmu tentang pangan aman dan sehat, sehingga keluarga dapat meningkatkan kemampuan dan pengetahuan akan penanganan makanan secara benar, serta menghindari potensi terjadinya keracunan makanan. Pelaksanaan pengabdian terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Pada tahap pelaksanaan dilakukan metode *Focus Group Discussion* (FGD) tentang pangan sehat dan aman. Kesimpulan dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Desa Kotayasa yaitu warga Kotayasa dapat memperoleh ilmu pengetahuan mengenai pangan sehat dan aman yang dapat diaplikasikan di keluarga.

Kata kunci: *Aman, Pangan, Sehat, Kotayasa.*

Article Info

Received date: 15 June 2024

Revised date: 28 June 2024

Accepted date: 15 July 2024

PENDAHULUAN

Desa Kotayasa merupakan salah satu desa di Kecamatan Sumbang dengan luas daerah sebesar 50,1 hektar. Desa Kotayasa sendiri berbatasan dengan Desa Limpakuwus di sebelah utara, Desa Gandatapa di sebelah timur, Desa Banjarsari Wetan dan Desa Banjarsari Kulon di sebelah selatan, serta Kecamatan Baturaden di sebelah Barat. Desa Kotayasa terdiri dari 3 Kadus, 6 RW dan 49 RT. Desa Kotayasa terletak di lereng pegunungan dengan ketinggian 1500 mdpl, sehingga tergolong berada pada dataran tinggi.

Setiap manusia tentunya menginginkan untuk hidup sehat. Salah satu bentuk hidup yang sehat adalah dengan mengonsumsi makanan yang bergizi, sehat dan aman di konsumsi. Makanan yang sehat akan berpengaruh terhadap kinerja tubuh dan otak manusia. Oleh karena itu, penerapan pangan yang sehat dan aman sangatlah diperlukan untuk menunjang keluarga yang sehat. Dengan adanya transfer ilmu tentang pangan aman dan sehat, sehingga keluarga dapat meningkatkan kemampuan dan pengetahuan akan penanganan makanan secara benar, serta menghindari potensi terjadinya keracunan makanan. (Hartanti et al., 2020)



Gambar 1. Peta dan Kantor Desa Kotayasa

Hampir semua makanan yang kita konsumsi sehari-hari dipastikan mengandung air, karbohidrat (termasuk serat), lemak, protein, vitamin, mineral, dan/atau komponen fungsional lainnya, dengan komposisi dan proporsi yang berbeda antara satu jenis makanan dengan yang lainnya. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 722/Menkes/Per/IX/88, Bahan Tambahan Pangan (BTP) adalah bahan yang biasanya tidak digunakan sebagai makanan atau minuman, dan bukan merupakan bahan utama makanan, memiliki atau tidak memiliki nilai gizi, yang sengaja ditambahkan ke dalam makanan untuk tujuan teknologi dalam proses pembuatan, pengolahan, penyiapan, perlakuan, pengepakan, pengemasan, penyimpanan, atau pengangkutan makanan, dengan tujuan menghasilkan atau mempengaruhi sifat khas makanan tersebut. Berdasarkan peraturan tersebut, BTP digolongkan menjadi 11 jenis, yaitu pewarna, pemanis buatan, pengawet, antioksidan, antikempal, penyedap rasa dan aroma, penguat rasa, pengatur keasaman (pengasam, penetral), pemutih dan pematang tepung, pengemulsi, pemantap dan pengental, pengeras, serta sekuestran (pengikat logam) (Suhartatik et al., 2021).

Sebelum pelaksanaan pengabdian didapat permasalahan yang ada di Desa Kotayasa antara lain terdapat beberapa warga yang memerlukan tambahan informasi mengenai pangan yang sehat dan aman untuk keluarga. (Puspasari et al., 2023) Solusi yang ditawarkan khususnya untuk permasalahan yang ada di Desa Kotayasa adalah dengan transfer ilmu pengetahuan mengenai pelatihan pangan aman dan sehat untuk warga di Desa Kotayasa. Target luaran yang diharapkan dari pengabdian ini adalah warga di Desa Kotayasa dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan tentang pelatihan pangan aman dan sehat di lingkungan keluarga.

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah mengedukasi masyarakat tentang pangan sehat dan aman untuk dikonsumsi dalam skala rumah tangga.

METODE

Waktu dan Tempat

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan pada Sabtu s/d Minggu, tanggal 26 s/d 27 Oktober 2019 dengan peserta ibu-ibu PKK dan mahasiswa. di Balai Desa Kotayasa, Kecamatan Sumbang, Kabupaten Banyumas. Metode pelaksanaan pengabdian ini terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, observasi dan refleksi.

1. Persiapan
 - a. Kegiatan survei tempat pengabdian di Desa Kotayasa
 - b. Permohonan izin kegiatan pengabdian masyarakat kepada Kepala Desa Kotayasa
 - c. Kegiatan koordinasi dengan LPPM Universitas Nahdlatul Ulama
 - d. Pengurusan administrasi (surat-menyerut)
 - e. Persiapan bahan materi pengabdian kepada masyarakat
2. Pelaksanaan
 - a. Pembukaan acara pengabdian kepada masyarakat
 - b. Melaksanakan *Focus Grup Discussion* tentang pangan sehat dan aman dengan pertanian ramah lingkungan. (Murhadi et al., 2022)
 - c. Penutupan acara pengabdian kepada masyarakat
3. Observasi
 - a. Dilakukan sebelum pelaksanaan pengabdian dimulai

- b. Setelah pelaksanaan pengabdian dilakukan evaluasi untuk mengetahui kekurangan dan kendala dalam pelaksanaan kegiatan (Karimah et al., 2023)
4. Refleksi
 - a. Dilakukan refleksi untuk mengetahui sejauh mana minat warga terhadap pelaksanaan pengabdian.

Adapun partisipasi mitra yaitu pemerintah Desa Kotayasa menyiapkan peserta yaitu ibu-ibu PKK sebagai peserta dalam kegiatan. (Wahyuni, 2020)

HASIL

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Desa Kotayasa adalah :

1. Kegiatan persiapan

Kegiatan ini merupakan kegiatan persiapan dari terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Kotayasa Kecamatan Sumbang. Pada kegiatan ini dilakukan survei tempat pengabdian dan permohonan izin kepada Kepala Desa. Selanjutnya melakukan wawancara dengan Kepala Desa mengenai permasalahan yang ada di Desa Kotayasa. Setelah mengetahui permasalahan yang ada dilakukan koordinasi dengan LPPM UNU Purwokerto dan tim pengabdian masyarakat lainnya sembari pengurusan administrasi (surat-menyurat).
2. Kegiatan Sosialisasi Pada tahap persiapan ini juga dilakukan persiapan materi dan bahan yang akan digunakan dalam mendukung terlaksana dan kelancaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian juga bertepatan dengan kegiatan Makrab Himpunan Mahasiswa Teknik Pertanian dan Biosistem (HIMATETABI).



Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi dan Makrab

3. Pelaksanaan Pelatihan Pangan Sehat

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di balaidesa Desa Kotayasa bersama warga Kotayasa dan tim pengabdian dengan peserta ibu-ibu PKK berjumlah 25 orang dengan mahasiswa berjumlah 30 orang. Metode pelaksanaan pengabdian adalah *Focus Grup Discussion* (FGD). Proses FGD dilakukan dengan memberikan materi ilmu pengetahuan kepada masyarakat kemudian dilanjutkan dengan diskusi dengan warga yang mengajukan pertanyaan.



Gambar 3. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

4. Refleksi

Terlihat banyaknya antusias warga terhadap pemberian ilmu baru mengenai pelatihan pangan sehat dan aman. Beberapa contoh makanan sehat direkomendasikan dengan pangan lokal seperti olahan singkong dan talas. Harapannya masyarakat dapat terhindar dari makanan tidak sehat dan aman yang sudah banyak ditemui di sekitar.

PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan selama 2 hari dari tanggal 26-27 Oktober 2019. Sebelum dilakukan kegiatan pelatihan para peserta mengikuti tes awal yang berisi pertanyaan tentang pemahaman makanan sehat, pedoman gizi seimbang, alternatif bahan pengganti pada menu masakan, teknik pengolahan yang sehat dan konsep menyusun resep yang sehat dan berkelanjutan. Tim pelaksana terbagi dalam berbagi tugas antara lain sebagai instruktur, fasilitator, seksi konsumsi, seksi dokumentasi dan seksi perlengkapan. Kegiatan ini dimulai pukul 13.00 sampai 17.00 WIB.

Pelatihan ini diawali dengan pembukaan dan pengenalan yang disampaikan oleh moderator serta pengenalan antar peserta pelatihan. Kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab tentang pangan sehat dan aman, yang nantinya akan diadakan post test. Dilanjutkan penyampaian materi konsep makanan sehat dan gizi seimbang dan setelah itu dilanjutkan dengan pemutaran video terkait gizi seimbang. Di sesi terakhir peserta diberikan tugas membuat formulasi menu dengan konsep gizi seimbang dan satu kudapan. Makanan harus khas dari Desa Kotayasa. Selain itu juga akan ada bahan lokal tantangan. Dari menu tersebut, dibuat resep untuk 1 makanan utama dan 1 kudapan, yang besok di hari terakhir akan dimasak. Dimana di hari kedua fokus pada praktik pembuatan pangan sehat dari singkong dan talas menjadi makanan yang bergizi dan sehat.

DAMPAK

Dampak dari pengabdian ini adalah warga di Desa Kotayasa dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan mengenai pangan sehat dan aman di lingkungan keluarga masing-masing.

SIMPULAN

Kesimpulan dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Desa Kotayasa yaitu warga Kotayasa dapat memperoleh ilmu pengetahuan mengenai pangan sehat dan aman yang dapat diaplikasikan di keluarga.

SARAN

Saran dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Desa Kotayasa yaitu untuk pengabdian selanjutnya juga diberikan pelatihan-pelatihan secara *real* warga dapat langsung mempraktekan tidak hanya transfer ilmu saja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada LPPM UNU Purwokerto yang membiayai pengabdian masyarakat ini.

REFERENSI

- Hartanti, L., Maherawati, Rahayuni, T., 2020. PELATIHAN KEAMANAN PANGAN DAN PENANGANAN BAHAN PANGAN BERFORMALIN DALAM UPAYA PEMBERDAYAAN PKK KOTA SINGKAWANG, in: Seminar Nasional Hasil Pengabdian Masyarakat. pp. 116–120.
- Karimah, I., Setiawati, D., Hadiningsih, N., 2023. PENYULUHAN PENGOLAHAN PANGAN SEHAT DAN AMAN BAGI PEDAGANG KAKI LIMA DI ERA COVID 19. Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat 5, 45–51.
- Murhadi, AS, S., Rizal, S., 2022. Pelatihan memilih produk pangan sehat, aman dan halal di SMP Kecamatan Trimurjo-Lampung Tengah. Jurnal Pusat Pengabdian Kepada Masyarakat) 6, 222.
- Puspasari, K., Nurpratama, W.L., Alamsah, D., 2023. PELATIHAN PENGOLAHAN MAKANAN AMAN DAN SEHAT PADA KADER DAN IBU-IBU PKK DI WILAYAH KERJA PUESKESMAS CIKARANG. SELAPARANG. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajua 7, 766–770.
- Suhartatik, N., Aini, N., Wulandari, Y.W., Raharjo, D., Widanti, Y.A., Karyantina, M., Nuraini, V., Ichsan, O.A.N., Puyanda, R., 2021. Pangan Sehat untuk Keluarga, 1st ed. Gapura Publishing, Yogyakarta.

Wahyuni, N., 2020. PELATIHAN PENGOLAHAN MAKANAN YANG AMAN DAN BERKELANJUTAN BAGI PELAKU USAHA KULINER DI DESA WISATA MANDALIKA LOMBOK TENGAH NUSA TENGGARA BARAT. *Abdimas Akademika* 2, 56–68.