



SOSIALISASI PENTINGNYA MEMBERSIHKAN BAHAN MAKANAN SEBELUM DIKONSUMSI UNTUK MENGHINDARI KONTAMINASI PARASIT USUS PENYEBAB PENYAKIT

Zahara Fadilla ^{a*}, Aulia Mutiara Hikmah ^a, Anisyah Octaviyanti ^b, Zulfa Rosa Agustin^b

^a Program Studi Teknologi Laboratorium Medis, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesetiakawanan Sosial Indonesia, DKI Jakarta, Indonesia

^b Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesetiakawanan Sosial Indonesia, DKI Jakarta, Indonesia

e-mail : zahara_fadilla@stikeskesosi.ac.id

No Tlp/WA: 08998300300

ABSTRACT

Food is a basic human need that is needed at all times to produce energy in activities. To be able to be consumed, food needs to be cleaned and processed properly so that it is beneficial for the body and to avoid contamination by microorganisms, especially intestinal parasites. Parasite contamination is included in biological contamination. The danger of biological contamination can be in the form of parasitic contamination which can cause health problems or disease if eaten by humans. Parasite contamination can come from soil or water and dirty places such as in traditional markets. This community service aims to increase public knowledge about diseases caused by intestinal parasites in order to prevent parasitic contamination in food. The method used is direct counseling directly to residents' homes. The results of community service showed that the people who were present had a better understanding of the importance of cleaning food ingredients before the cooking process was carried out or consumed directly to avoid contamination of intestinal parasites in foodstuffs that could cause diarrhea and anemia. It is hoped that socialization activities can be carried out regularly so that they can continue to be monitored

Keyword: Food, Foodstuffs, Protozoa, Helminths

ABSTRAK

Makanan merupakan kebutuhan dasar manusia yang diperlukan setiap saat untuk menghasilkan energi dalam beraktivitas. Untuk dapat dikonsumsi bahan makanan perlu dibersihkan dan diolah dengan baik agar bermanfaat bagi tubuh dan guna menghindari kontaminasi oleh mikroorganisme, khususnya parasit usus. Kontaminasi parasit termasuk dalam kontaminasi biologi. Bahaya kontaminasi biologi dapat berupa kontaminasi parasit yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan atau penyakit jika termakan oleh manusia. Kontaminasi parasit dapat berasal dari tanah atau air dan tempat-tempat kotor seperti di pasar tradisional. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan warga masyarakat mengenai penyakit yang disebabkan oleh parasit usus dalam rangka mencegah kontaminasi parasit pada makanan. Metode yang digunakan adalah penyuluhan secara langsung langsung ke rumah warga. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan masyarakat yang telah hadir telah memahami akan pentingnya membersihkan bahan makanan segar (mentah) sebelum dilakukan proses memasak atau dikonsumsi secara langsung untuk menghindari kontaminasi parasit usus pada bahan makanan yang dapat menimbulkan penyakit seperti diare dan anemia.

Kata Kunci: Makanan, Bahan makanan, Protozoa, Helminths

1. PENDAHULUAN

Sanitasi makanan erat kaitannya dengan praktik pengelolaan makanan untuk mencegah kontaminasi makanan, mencegah keracunan dan meminimalisir penularan penyakit melalui makanan (Mirawati et al. 2011). Pada beberapa makanan, seperti buah-buahan dan sayur-sayuran, kondisi terbaik adalah bila dimakan mentah atau dalam keadaan alamiah, tetapi makanan lain tidak aman bila dimakan mentah, kecuali bila telah diprose (Sujana 2017). Pada kasus ini makanan dapat terkontaminasi oleh parasit baik telur cacing ataupun protozoa usus sehingga menyebabkan penyakit, terutama diare dan anemia. Beberapa kasus keracunan atau penyakit karena mengonsumsi makanan yang tercemar mikroba telah banyak terjadi di Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa keamanan makanan masih perlu mendapat perhatian yang lebih serius.

Diare sebagai salah satu penyakit yang masih sering terjadi di Indonesia dapat disebabkan oleh berbagai hal. Salah satu penyebab yang sering luput dari perhatian kita adalah diare akibat infeksi parasit. Indonesia sebagai negara berkembang dan negara tropis diperkirakan memiliki angka kejadian infeksi parasit yang cukup tinggi. Tidak semua parasit dapat menyebabkan diare. Pengetahuan mengenai jenis parasit yang dapat menyebabkan diare beserta gejala klinisnya diperlukan dalam tata laksana optimal diare akibat infeksi parasit (Herbowo dan Firmansyah, 2003). Tiap tahun, diperkirakan 3,2 juta anak meninggal karena diare dan jutaan anak menderita malnutrisi. Masalah ini dikaitkan dengan buruknya kualitas air dan sanitasi yang kurang memadai, meskipun makanan saat ini telah dikenal sebagai jalur utama penularan diare, yaitu hingga 70% kasus (Sujaya, 2017).

Bahaya biologis adalah bahaya berupa cemaran mikroba penyebab penyakit (patogen), virus, dan parasit yang dapat menyebabkan keracunan atau penyakit jika termakan oleh manusia. Cemaran mikroba ini dapat berasal dari udara, tanah, air dan tempat-tempat lainnya yang kotor misalnya pada pasar-pasar tradisional (Purnama, 2016). Bahaya biologis yang dapat terjadi adalah terjadinya kontaminasi parasit pada bahan makanan. Parasit dapat berupa telur cacing dan protozoa usus yang dapat menyebabkan diare dan anemia. Jenis parasit yang dapat menyebabkan

diare adalah protozoa (*Giardia lamblia*, *Cryptosporidium* spp., *Isospora belli*, *Sarcocystis* spp., *Entamoeba histolytica*, *Nonpathogenic Amoeba*, *Balantidium coli*), cacing (*Strongyloides stercoralis*, *Capillaria philippinensis*, *Trichinella spiralis*, *Trichostrongylus orientalis*, *Trematoda*, *Trichuris trichiur*) (Herbowo dan Firmansyah, 2003).

Prevalensi yang tinggi kasus penyakit parasit umumnya ditemukan di lingkungan sosio-ekonomi rendah dan sanitasi yang buruk. Di Indonesia sendiri infeksi yang disebabkan oleh protozoa usus dapat ditemukan di daerah perkotaan ataupun daerah pedesaan. Spesies protozoa usus yang dapat menyebabkan infeksi protozoa usus ialah seperti *Entamoeba histolytica*, *Giardia lamblia* dan *Blastocystis hominis*. Dimana *Entamoeba histolytica* berasal dari kelas *Rhizopoda*, *Giardia lamblia* berasal dari kelas *Mastigophora* dan *Blastocystis hominis* berasal dari kelas *Sporozoa* (Marzain et. al 2018).). Spesies parasit cacing yang banyak menginfeksi manusia antara lain *Ascaris lumbricoides*, *Trichuris trichiura*, *Necator americanus*, *Ancylostoma duodenale*, *Strongyloides stercoralis* dan *Enterobius vermicularis* (Adrianto, 2017; Mutiara, 2015). Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan tingkat pengetahuan dan perilaku kepada warga masyarakat RT 002/ RW 01 Kelurahan Rawa Buaya agar menjaga sanitasi dan kebersihan makanan sebelum dikonsumsi

2. METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat “Sosialisasi Pentingnya Membersihkan Bahan Makanan Sebelum Dikonsumsi Untuk Menghindari Kontaminasi Parasit Usus Penyebab Penyakit” dilaksanakan secara langsung dengan tatap muka yang melibatkan ibu-ibu warga RT 002/ RW 01. Tahapan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini antara lain mempersiapkan materi mengenai pentingnya membersihkan bahan makanan sebelum dikonsumsi, dan dilanjutkan ceramah dengan melakukan presentasi menggunakan media power point, diskusi, dan tanya jawab dengan para peserta penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan warga yang hadir mengenai cara pencegahan kontaminasi bahan makanan oleh parasit sebelum dikonsumsi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa “Sosialisasi Pentingnya Membersihkan Bahan Makanan Sebelum Dikonsumsi Untuk Menghindari Kontaminasi Parasit Usus Penyebab Penyakit” di RT 002/ RW 01 Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Kota Jakarta Barat. Acara dimulai dengan melakukan perkenalan diri terlebih dahulu kemudian presentasi untuk memaparkan materi menggunakan power point. Selanjutnya dilakukan diskusi dan tanya jawab terkait dengan tema untuk menggali mengetahui pengetahuan dasar peserta mengenai sanitasi pada bahan makanan.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat

Karakteristik Responden		Jumlah	%
Jenis kelamin	Laki-laki	0	0
	Perempuan	16	100
Usia	21-40 Tahun	6	37,5
	41-60 Tahun	10	62,5
Pekerjaan	Bekerja	0	0
	Tidak Bekerja	16	100

Berdasarkan karakteristik peserta (Tabel 1) seluruh peserta yang hadir dalam pengabdian kepada masyarakat adalah perempuan berjumlah 16 orang peserta dengan rentang usia antara 21-40 tahun (37,5%) dan kisaran usia 41-60 tahun (62,5%). Pekerjaan seluruh peserta adalah ibu rumah tangga (IRT). Peserta yang mengikuti acara sosialisasi ini 100% berdasarkan data kuesioner sudah menerapkan prinsip sanitasi yang sederhana pada bahan makanan olahan mentah (segar). Para peserta (Tabel 2) sudah mengetahui gejala infeksi parasit usus penyebab penyakit, peserta juga menjawab pertanyaan kuesioner dengan baik. Mengenai melakukan sanitasi bahan makanan segar (mentah) dapat mencegah terjadinya kontaminasi parasit usus, makanan segar (mentah) yang tidak dibersihkan dengan baik dapat terkontaminasi parasit usus, penggunaan peralatan dan tempat yang bersih dalam mengolah makanan segar (mentah) dapat mencegah kontaminasi makanan dan tenaga pengolah makanan (manusia) yang tidak menerapkan prinsip higiene pribadi dapat menyebabkan kontaminasi pada makanan.



(a)

(b)

Gambar 1. (a) Presentasi Kegiatan Penyuluhan Pengabdian Kepada Masyarakat; (b) Peserta Kegiatan Penyuluhan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tabel 2. Pengetahuan Dasar Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat

No.	Pengetahuan	Jawaban	
		Setuju	Tidak Setuju
1.	Tanda-tanda/gejala infeksi parasit adalah diare, muntah, bab berdarah	100	0
2.	Apakah dengan melakukan prinsip sanitasi pada makanan segar (mentah) dapat mencegah kontaminasi parasit makanan	100	0
3.	Apakah dengan menggunakan peralatan dan tempat yang bersih dalam mengolah makanan segar (mentah) dapat mencegah kontaminasi makanan	100	0
4.	Apakah makanan segar (mentah) yang tidak dibersihkan dapat terkontaminasi parasit	100	0
5.	Apakah tenaga pengolah makanan (manusia) yang tidak menerapkan prinsip higiene pribadi dapat menyebabkan kontaminasi pada makanan	100	0

Materi yang disampaikan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta yaitu prinsip sanitasi pada makanan, terutama pada bahan makanan atau minuman yang segar yang perlu diolah sebelum dihidangkan terutama bahan mentah seperti daging, ikan, sayuran dan buah-buahan. Pentingnya prinsip sanitasi ini dimulai dari pemilihan bahan makanan hingga penyajian makanan (Permenkes 1096, 2011). Risiko kontaminasi makanan dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti: a.) Pemilihan bahan makanan, baik makanan mentah (segar), makanan olahan (pabrik) atau makanan siap santap; b.) Penyimpanan bahan makanan, kontaminasi parasit dapat terjadi karena alam atau perlakuan manusia; c.)

Pengolahan makanan, kontaminasi dapat terjadi karena tempat dan peralatan pengolahan makanan serta tenaga pengolah makanan yang tidak bersih (Indraswati, 2016). Dalam hal ini ada beberapa teknik pencucian yang dapat dilakukan oleh para peserta untuk mencegah kontaminasi yaitu: a) Membuang sisa kotoran (*Scraping*); b.) merendam dalam air (*Flushing*); c.) Mencuci dengan menggosok (*Washing*); d.) Membilas kembali dengan air bersih (*Rinsing*); dan d.) Mengeringkan (*Toweling*) (Widyastuti & Almira, 2019).



(a)



(b)

Gambar 2. (a) Pengisian Kuesioner Pengabdian Kepada Masyarakat; (B) Foto Bersama Dosen-Dosen STIK KESOSI Bersama Peserta Kegiatan Penyuluhan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Secara keseluruhan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi ini berlangsung dengan sangat baik. Pada akhir sesi sosialisasi ini pemateri memberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan mengenai materi yang telah disampaikan oleh pemateri. Setelah sesi tanya jawab pemateri mengadakan evaluasi terkait pemberian materi yang telah disampaikan. Setelah dilakukan sosialisasi ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta akan pentingnya sanitasi makanan dengan melakukan pencucian bahan makanan segar (mentah) sebelum dilakukan proses memasak atau dikonsumsi secara langsung untuk menghindari kontaminasi parasit usus pada bahan makanan yang dapat menimbulkan penyakit, serta dapat merubah sikap yang awalnya tidak menerapkan prinsip sanitasi menjadi menerapkan prinsip sanitasi pada bahan makanan. Kegiatan sosialisasi ini ditutup dengan pembagian sembako

sebagai tanda apresiasi terhadap warga masyarakat yang telah hadir dan setelah itu dilakukan kegiatan foto bersama dengan para peserta.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa “Sosialisasi Pentingnya Membersihkan Bahan Makanan Sebelum Dikonsumsi Untuk Menghindari Kontaminasi Parasit Usus Penyebab Penyakit “ di RT 002/ RW 01 Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Kota Jakarta Barat ini diharapkan dapat membuat masyarakat yang telah hadir dapat menjadi lebih paham akan pentingnya membersihkan bahan makanan sebelum dilakukan proses memasak atau dikonsumsi secara langsung untuk menghindari kontaminasi parasit usus pada bahan makanan yang dapat menimbulkan penyakit diare dan anemia.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Penulis berterimakasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesetiakawanan Sosial Indonesia yang telah memberikan support materiil maupun nonmateriil sehingga pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih atas izin dan dukungan pelaksanaan yang telah diberikan Ketua RT 002/RW 01 Kelurahan Rawa Buaya.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Adrianto, H. (2017). Kontaminasi Telur Cacing pada Sayur dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal BALABA: 13 (2): 105-114.*
- Herbowo & Firmansyah, A. (2003). Diare Akibat Infeksi Parasit. *Sari Pediatri No. 4 (4): 198-202.*
- Indraswati, D. (2016). Kontaminasi makanan (*Food Contamination*) Oleh Jamur. Forikes: Ponorogo.
- Mirawati, Sitorus R.J., Hasyim, H. (2011). Analisis Personal Hygiene Dan Food Handling Pada Penyelenggaraan Makanan Pasien Di Rsup Dr. Mohammad Hoesin Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat: No.1(2).*

- Mutiara, H. (2015). Identifikasi Kontaminasi Telur Soil Transmitted Helminths pada Makanan Berbahan Sayuran Mentah yang Dijajakan Kantin sekitar Kampus Universitas Lampung Bandar Lampung. *JuKe Unila: 5 (9):28-32*.
- Depkes RI. (2011). Permenkes RI Nomor 1096/MENKES/PER/VI/2011 *tentang Higiene Sanitasi Jasaboga*. Jakarta.
- Purnama, S.G. (2016). *Modul Kontaminasi Makanan di Pasar Tradisional*.FK Udayana: Bali.
- Sujaya, I.N. (2017). *Bahan Ajar Managemen Penyehatan Makanan dan Minuman*. Universitas Udayana: Bali.
- Widyastuti, N. & Almira, V.G. (2019). *Higiene dan Sanitasi Dalam Penyelenggaraan Makanan*. K-Media: Yogyakarta.