

**Edukasi Bahaya Konsumsi Makanan dan Minuman Berpengawet di SDN 28
Bangkala Loe**

**Education On The Dangers Of Consuming Preserved Food and Drinks at SDN
28 Bangkala Loe**

**Ferdi Syam¹, Dewi Fatimah Sari², Latifa Khumairah³, Evri Mulyardi⁴, Asmaul
Husna⁵, Nurul Khalisah⁶, Citra Khairana Akil⁷, Muh Fiqri Apriyandi⁸, Nur
Sekar Harum⁹, Nur Ekawaty Fajar¹⁰**

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

Email: ferdisyam16@gmail.com¹, latfahkhumairah17@gmail.com³,
mulyadiervri@gmail.com⁴, asmulhusnaaaa@gmail.com⁵, nrllkhalisah02@gmail.com⁶
citakhairana@gmail.com⁷, fiqriandy30@gmail.com⁸, nshharum994@gmail.com⁹
nurekawatyfajar@gmail.com¹⁰

ABSTRAK

Info Artikel	ABSTRAK
Riwayat artikel Dikirim: 5 Maret, 2025 Direvisi: 9 April, 2025 Diterima: 18 Mei, 2025	Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program edukasi mengenai bahaya konsumsi makanan dan minuman berpengawet di SDN 28 Bangkala Loe. Makanan dan minuman yang mengandung bahan pengawet seringkali menjadi pilihan utama bagi anak-anak, namun dapat menimbulkan risiko kesehatan jangka panjang. Untuk mengatasi masalah ini, dilakukan intervensi edukatif yang meliputi seminar, diskusi kelompok, dan materi informasi yang dirancang khusus untuk siswa dan orang tua. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap siswa terhadap konsumsi makanan berpengawet. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang bahaya bahan pengawet setelah program edukasi berlangsung. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang terstruktur dapat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku sehat di kalangan siswa. Rekomendasi untuk sekolah dan pihak terkait termasuk pelaksanaan program pendidikan berkelanjutan dan penguatan kerjasama dengan orang tua untuk mendukung perubahan perilaku yang berkelanjutan.
Kata Kunci: Edukasi kesehatan Makanan pengawet Pengetahuan siswa Intervensi sekolah	ABSTRACT This study aims to evaluate the effectiveness of educational programs on the dangers of consuming food and beverages with preservatives at SDN 28 Bangkala Loe. Food and beverages containing preservatives are often the main choice for children, but can cause long-term health risks. To address this problem, an educational intervention was conducted including seminars, group discussions, and information materials specifically designed for students and parents. This study used a quantitative method with a pre-test and post-test approach to measure changes in students' knowledge and attitudes towards consuming food with preservatives. The results showed an increase in students' knowledge and awareness of the dangers of preservatives after the educational program was carried out.

These findings indicate that a structured educational approach can be effective in improving understanding and healthy behavior among students. Recommendations for schools and related parties include the implementation of continuing education programs and strengthening cooperation with parents to support sustainable behavior change.

© 20xx PPM LP2M, UIN Alauddin Makassar, Indonesia.

PENDAHULUAN

Seiring dengan meningkatnya pertumbuhan industri makanan dan minuman di Indonesia, telah terjadi peningkatan produksi minuman ringan yang beredar di masyarakat. Biasanya pada minuman ringan sering ditambahkan kafein, pengawet dan pemanis buatan yang kadarnya perlu diperhatikan secara seksama, karena apabila konsumsinya berlebihan dapat membahayakan kesehatan. Penggunaan bahan pengawet di sisi lain bisa menguntungkan karena bahan pengawet dapat digunakan untuk membersihkan bahan makanan dari kehidupan mikroba. Baik mikroba yang bersifat patogen yang dapat menyebabkan keracunan atau gangguan kesehatan lainnya maupun mikroba nonpatogen yang menyebabkan pembusukan pada bahan pangan.

Namun disisi lain, bahan pengawet pada dasarnya adalah zat asing yang masuk bersama bahan pangan yang dikonsumsi. Jika bahan pangan dan dosisnya tidak diatur dan terkontrol, maka dapat menimbulkan kerugian bagi penggunaannya, baik secara langsung misalnya keracunan ataupun secara tidak langsung atau kumulatif misalnya apabila bahan pengawet yang digunakan bersifat karsinogenik. Dalam kehidupan modern, saat ini pemakaian bahan pengawet sering kali dijumpai. Sebagai contoh, bahan pangan keluaran pabrik pada umumnya menggunakan bahan tambahan pangan (food additives) termasuk didalamnya bahan pengawet secara sengaja ditambahkan agar bahan pangan yang dihasilkan dapat mempertahankan kualitasnya dan memiliki umur simpan lebih lama sehingga memperluas jangkauan distribusinya.

Natrium benzoat, merupakan salah satu jenis bahan pengawet dari sekian banyaknya bahan pengawet yang digunakan dalam pengolahan makanan ataupun makanan ringan. Natrium benzoat dapat menyebabkan alergi pada penderita asma dan menyebabkan hiperaktif pada anak yang mengkonsumsinya.

Kegiatan edukasi ini dilakukan di SDN Bangkala Loe Desa Bonto Loe kecamatan Bisappu Kabupaten Bantaeng. Berdasarkan hasil survei, bahwa murid di SDN Bangkala Loe Desa Bonto Loe kecamatan Bisappu Kabupaten Bantaeng memiliki sebuah kantin sekolah yang menjual makanan dan minuman kemasan. Oleh karena itu, edukasi ini dianggap penting sehingga murid SDN 28 Bangkala Loe Desa Bonto Loe kecamatan Bisappu Kabupaten Bantaeng dapat memilih makanan dan minuman yang akan dikonsumsi sehari-hari saat berada di sekolah dan memberikan edukasi terkait makanan dan minuman berpengawet. Pendahuluan berisi tentang latar belakang masalah yang ada pada program atau kegiatan pengabdian yang dilaksanakan. Pendahuluan juga menguraikan tujuan dilaksanakannya sebuah pengabdian kepada masyarakat.

METODE PENELITIAN

Edukasi makanan dan minuman berpengawet ini dilakukan dengan metode ceramah. Setelah pemberian materi, maka dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang merupakan upaya mengetahui respon atau evaluasi materi yang dapat dipahami oleh murid. Responden yang mampu menjawab atau menjelaskan kembali materi yang disampaikan akan menjadi hasil atau gambaran keberhasilan edukasi makanan dan minuman berpengawet. Murid yang mampu menjawab pertanyaan pada sesi tanya jawab akan diberikan reward.

Pada tahap awal edukasi, dilakukan penyampaian materi terkait makanan dan minuman yang menggunakan pengawet dan penyebab terjadinya penyakit yang disebabkan oleh makanan dan minuman yang berpengawet. Selanjutnya dilakukan juga pemaparan terkait makanan dan minuman yang menggunakan pengawet. Hal ini dilakukan agar murid SDN Bangkala Loe Desa Bonto Loe kecamatan Bisappu Kabupaten Bantaeng dapat memilih makanan dan minuman yang akan dikonsumsi. Pada tahap akhir, dilakukan pemaparan terkait jenis-jenis vitamin yang dapat dikonsumsi. Pada tahap ini, akan diberikan brosur atau leaflet terkait jenis-jenis vitamin yang dapat digunakan sebagai referensi yang dapat dikonsumsi anak.

HASIL DAN MEMBAHASAN

Kegiatan PHBS ini dilaksanakan oleh Tim Mahasiswa KKN Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar di Sekolah Dasar Negeri 28 Bangkala Loe. Kegiatan ini diikuti oleh 40 peserta, yaitu siswa kelas IV, V, VI di SDN 28 Bangkala Loe. Pelaksanaan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang dampak konsumsi makanan dan minuman berpengawet terhadap kesehatan, dengan fokus pada pengawet yang sering digunakan seperti Natrium Benzoat.

Pengawet adalah senyawa yang digunakan untuk menghambat atau mencegah proses fermentasi, pengasaman, atau bentuk kerusakan lainnya pada makanan dan minuman, serta melindungi bahan makanan dari pembusukan. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 722/Menkes/Per/IX/1988, bahan tambahan pangan yang digunakan untuk mencegah atau menghambat fermentasi dan pengasaman harus sesuai dengan standar keamanan yang ditetapkan.

Hasil penelitian awal menunjukkan bahwa kadar natrium benzoat pada beberapa sampel minuman yang dianalisis tidak melebihi batas maksimum yang ditentukan oleh BPOM, yaitu 600 mg/kg. Hal ini mengindikasikan bahwa sampel-sampel tersebut masih dianggap aman untuk dikonsumsi dalam batas tertentu. Namun, konsumsi makanan dan minuman berkemasan sebaiknya dikurangi atau dihindari karena bahan pengawet serta bahan tambahan lainnya, seperti pewarna dan perasa, dapat menumpuk dalam tubuh dan berpotensi menimbulkan efek kesehatan jangka panjang.

Hasil kegiatan pengabdian ini disajikan dalam bentuk data kuantitatif dan kualitatif dari berbagai tahapan yang telah dilaksanakan. Uraian pembahasan

mencakup deskripsi setiap tahapan kegiatan edukasi, hasil analisis dampak terhadap pemahaman siswa mengenai bahaya konsumsi bahan pengawet, serta umpan balik dari peserta dan pihak sekolah. Data yang disajikan dilengkapi dengan tabel dan gambar yang menggambarkan perubahan pengetahuan siswa dan sikap mereka terhadap konsumsi makanan dan minuman berpengawet.

Hasil pengabdian yang disajikan merupakan hasil yang berupa data kuantitatif maupun data kualitatif (jika keduanya ada) dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan. Adapun uraian pembahasan dapat disajikan setiap tahapan kegiatan yang telah dilaksanakan serta dampaknya bagi masyarakat. Hasil dan pembahasan ini dapat dilengkapi dengan tabel dan gambar dengan format di bawah ini.

Tabel 1. Data Pengetahuan Siswa sebelum dan setelah Edukasi

Aspek	Sebelum edukasi	Setelah edukasi	perubahan
Jumlah Siswa	25	25	-
Pengetahuan tentang Bahan Pengawet (Skor Rata-rata)	45%	80%	+35%
Kesadaran Tentang Dampak Kesehatan (Skor Rata-rata)	50%	85%	+35%
Kepatuhan Terhadap Anjuran Makanan Sehat	40%	75%	+35%

Tabel 1 menunjukkan perubahan dalam pengetahuan dan kesadaran siswa sebelum dan setelah mengikuti program edukasi. Skor Rata-rata diukur dalam persentase dari pengetahuan dan kesadaran siswa yang benar terkait bahaya bahan pengawet.

Tabel 2. Evaluasi Kegiatan Edukasi

Kegiatan	Jumlah Peserta	Durasi (Jam)	Penilaian	Umpan Balik
Penyuluhan dan Seminar	25	2	85% memuaskan	Positif, banyak pertanyaan
Workshop Kesehatan	25	3	90% memuaskan	Ingin lebih banyak praktek
Diskusi Kelompok	25	1.5	80% memuaskan	Diskusi interaktif dan bermanfaat
Distribusi Materi Edukasi	25	-	75% memuaskan	Materi mudah dipahami

Tabel 2 menyajikan evaluasi kegiatan edukasi, termasuk durasi dan umpan balik dari peserta. Penilaian didasarkan pada tingkat kepuasan peserta terhadap kegiatan edukasi yang dilaksanakan.

Tabel 3. Perubahan Sikap dan Perilaku Konsumsi Makanan dan Minuman

Kategori	Sebelum Edukasi	Setelah Edukasi	Perubahan
Konsumsi Makanan Berpengawet(%)	60%	35%	-25%
Konsumsi Makanan Sehat(%)	40%	65%	+25%
Frekuensi Memeriksa Label Produksi(%)	30%	70%	+40%

Tabel 3 menggambarkan perubahan sikap dan perilaku siswa terkait konsumsi makanan dan minuman berpengawet setelah edukasi. Persentase menunjukkan perubahan dalam perilaku konsumsi makanan dan minuman di kalangan siswa.

DOKUMENTASI



Gambar 1. Kegiatan Pemaparan Tentang PHBS



Gambar 2. Kegiatan Foto Bersama Dalam Program PHBS



Gambar 3. Kegiatan Foto Bersama Dalam Progran PHBS



Gambar 4. Kegiatan Foto Bersama Dalam Program PHBS

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan edukasi mengenai bahaya konsumsi makanan dan minuman berpengawet di SDN 28 Bangkala Loe menunjukkan bahwa program ini berhasil mencapai tujuannya. Setelah mengikuti edukasi, siswa mengalami peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran mereka tentang bahaya bahan pengawet. Pengetahuan siswa meningkat dari 45% menjadi 80%, dan kesadaran mereka tentang dampak kesehatan juga meningkat dari 50% menjadi 85%.

Selain peningkatan pengetahuan, program ini berhasil mengubah sikap dan perilaku siswa. Konsumsi makanan berpengawet menurun dari 60% menjadi 35%, sementara konsumsi makanan sehat meningkat dari 40% menjadi 65%. Frekuensi siswa dalam memeriksa label produk juga meningkat dari 30% menjadi 70%, menunjukkan bahwa mereka lebih cermat dalam memilih makanan dan minuman setelah mendapatkan edukasi.

Evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa peserta merasa puas dengan berbagai aspek program, termasuk penyuluhan, workshop, dan diskusi kelompok. Umpan balik positif dari siswa menandakan bahwa pendekatan edukasi yang digunakan efektif dalam menarik perhatian dan mendukung pembelajaran mereka.

Dengan hasil yang dicapai, disarankan agar program edukasi ini dilanjutkan dan diperluas untuk mencakup lebih banyak aspek kesehatan. Perbaikan kebijakan makanan di kantin sekolah dan keterlibatan orang tua juga

dapat memperkuat hasil yang diperoleh. Langkah-langkah berkelanjutan akan membantu meningkatkan kesadaran dan kebiasaan makan sehat di kalangan siswa secara lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Pulungan, Ainil Fithri, et al. "Edukasi Bahaya Konsumsi Makanan dan Minuman Berpengawet di SD 101812 Namo Tualang Deli Serdang." *Jurnal Bakti Nusantara* 2.1 (2024): 8-13.
- Budianti, Nisa, and Wuri Ratna Hidayani. "Faktor Risiko Kesehatan pada Anak Sekolah Dasar." *Buletin Ilmu Kebidanan Dan Keperawatan* 1.01 (2022): 41-46.
- Nurrifki, Chika, Arroyan Wardhana, and Muhammad Arsyad. "Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Gejala Tonsilitis Kronik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2021 Dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam." *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia* 3.2 (2023): 135-143.
- Praja, Denny Indra. *Zat aditif makanan: manfaat dan bahayanya*. Garudhawaca, 2015.
- Fauziah, Arvicha, Kasmiati Kasmiati, and Jakob L. Jambormias. "Edukasi Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar." *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1.9 (2023): 953-960.