

EDUKASI PENANGANAN CEMARAN FISIK DAN BIOLOGI PADA SAYURAN SELADA DI DESA SERDANG MENANG KECAMATAN SP PADANG KABUPATEN OGAN KOMERING ILIR

Suyatno¹, Ade Vera Yani², Idealistuti³, Antok⁴

Universitas Muhammadiyah Palembang, Indonesia¹²³⁴

Kata Kunci : edukasi, cemaran fisik, cemaran biologi

Correspondensi Author
idealistuti@gmail.com

Abstrak : Selada merupakan sayuran yang di konsumsi mentah atau lalap. Selada adalah salah satu jenis sayuran yang mempunyai banyak keuntungan selain mudah di dapat, harga yang terjangkau dan memiliki vitamin dan serat yang dibutuhkan tubuh. Dalam mengkonsumsi selada harus memperhatikan tingkat keamanan karena terdapat berbagai cemaran pada sayuran selada mulai dari proses tanam sampai distribusi di pasar. Hasil dari pengabdian ini adalah masyarakat menjadi lebih paham tentang berbagai cemaran fisik dan biologi yang terdapat pada sayuran dan bagaimana cara mengurangi cemaran tersebut.

PENDAHULUAN

Selada merupakan salah satu jenis sayuran yang dikonsumsi langsung dan digemari, terbukti dari selada yang mudah ditemukan pada makanan asing seperti *salad*, *hot dog*, *hamburger*, *sandwich*. Selain itu makanan Indonesia juga banyak yang menggunakan selada seperti gado-gado dan lalapan pada pecel lele dan nasi goreng (Asihka *et al.*, 2014).

Konsumsi selada oleh masyarakat akhir-akhir ini banyak dilakukan karena selada mudah ditemukan di pasaran, mempunyai nilai komersial yang baik serta mempunyai vitamin dan mineral yang tinggi (Nazarudin, 2003).

Kebersihan sayuran sangat diperlukan dan harus diperhatikan ketika akan mengkonsumsi sayuran dalam keadaan mentah atau sebagai lalapan. Kurangnya tingkat kesadaran masyarakat akan kebersihan makanan itu masih kurang, sehingga dapat menimbulkan terjadinya penyakit yang didapatkan dari makanan yang terkontaminasi (Hanson *et al.*, 2012).

Sayuran mentah terdengar aman untuk dikonsumsi padahal banyak penelitian yang menunjukkan adanya tingkat keamanan dan mutu yang rendah dari produk sayuran sebagai akibat dari adanya berbagai cemaran. Berbagai cemaran yang terdapat di dalam sayuran seperti cemaran fisik, cemaran mikroba patogen (Mu'tamar, 2005).

Berbagai cemaran yang terdapat di dalam sayuran dapat diminimalisasi dengan berbagai upaya sanitasi seperti melakukan pemotongan bagian akar pada sayuran, pengupasan, pencucian baik dengan menggunakan air mengalir maupun menggunakan sanitiser, memblansir sayuran dimana sayuran diberi pemanasan pendahuluan dalam suhu mendidih pada waktu singkat (3-5 menit). Selain memblansir, mencuci sayuran

pada air mengalir kemudian mengukus atau merebus sayuran adalah cara aman lain untuk mengkonsumsi sayuran secara sehat (Munarso *et al.*, 2005).

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode Pengabdian

1. Survey

Tujuan dari dilakukannya survey ini untuk memilih daerah dimana di daerah sekitar banyak terdapat masyarakatnya yang berprofesi sebagai petani selada dan gemar mengkonsumsi sayuran dalam bentuk segar atau dijadikan lalapan sehingga dipilih desa Serdang Menang Kecamatan SP Padang Kabupaten Ogan Komering Ilir

2. Ceramah dan Diskusi

Pemateri memberikan ceramah tentang berbagai cemaran yang terdapat pada sayuran selada serta bagaimana cara meminimalisir tingkat cemaran tersebut. Peserta dan pemateri melakukan diskusi pada saat materi berlangsung atau sesudah selesai materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Aktifitas Pelaksanaan Pengabdian

Pemateri menyampaikan materi secara terstruktur, dimulai dari informasi mengenai cemaran fisik dan cemaran biologi yang ada pada sayur selada, juga bagaimana cara meminimalisir berbagai cemaran tersebut. Sesi ini dilanjutkan dengan tanya jawab mengenai materi yang telah dipaparkan.

Peserta sangat antusias terhadap materi yang disampaikan. Selama kegiatan pengabdian berlangsung, peserta mengikuti kegiatan penyuluhan dan cara pendemonstrasian pencucian sayuran selada dengan baik. Banyak pertanyaan yang diajukan oleh peserta pengabdian terhadap materi yang disampaikan (Gambar 2).

Sebelum acara penyuluhan diberikan, pemateri menanyakan mengenai seberapa besar hobi atau kebiasaan peserta mengkonsumsi sayuran selada dalam bentuk mentah atau lalap, juga menanyakan sejauh mana informasi yang diketahui oleh peserta pengabdian mengenai berbagai cemaran yang ada pada sayuran selada. Dari hasil tanya jawab diketahui bahwa rata-rata warga peserta pengabdian sering mengkonsumsi sayuran dalam bentuk mentah. atau lalap dan juga sebagai campuran di dalam gado-gado . Sedangkan mengenai cemaran yang terdapat di dalam sayuran warga hanya tahu dengan adanya kotoran tanah, pasir yang melekat pada akar sayuran selada dan adanya ulat yang menggigit daun selada.

Berdasarkan hasil tanya jawab tersebut maka pemateri menjelaskan terlebih dahulu kepada para peserta pengabdian mengenai beberapa cemaran yang terdapat di dalam sayuran, karena walaupun kelihatannya aman untuk dikonsumsi akan tetapi di dalam sayuran banyak terdapat cemaran seperti cemaran fisik yang timbul dari berbagai sumber seperti daun, batang, tanah, batu, kaca, logam, dan plastik. Cemaran biologis mulai dari yang berukuran cukup besar seperti serangga sampai yang amat kecil seperti mikroorganisme.

Pemateri juga menjelaskan mengenai upaya apa yang dapat dilakukan untuk mengurangi berbagai cemaran terutama pada sayuran selada yang dikonsumsi mentah atau lalap seperti pembersihan, pemotongan bagian akar untuk membuang sisa-sisa cemaran yang masih melekat, pencucian dengan air bersih, akan lebih baik lagi jika dicuci pada air yang mengalir dan daun selada dilepaskan satu per satu, dicelupkan sebentar ke dalam air panas atau dibilas dengan menggunakan air matang. Sehingga bakteri yang mungkin melekat dapat terbangun bersama aliran air tersebut (Depkes RI, 2010).



Gambar 1. Penyampaian Materi



Gambar 2. Sesi Diskusi dan Tanya jawab

SIMPULAN DAN SARAN

Peserta pengabdian antusias dan aktif dalam mengikuti kegiatan edukasi penanganan cemaran pada sayuran selada. Peserta mengetahui informasi tentang adanya cemaran fisik dan biologi pada sayuran selada dan bagaimana cara meminimalisir cemaran tersebut. Peserta diharapkan ke depannya lebih meningkatkan kepedulian dan

kesadaran akan pentingnya keamanan terhadap makanan terutama sayuran selada yang dikonsumsi dalam bentuk segar dan mentah.

DAFTAR PUSTAKA

- Asihka, V., Nurhayati, Gayatri. 2014. Distribusi Frekuensi Soil Transmitted Helminth pada Sayuran Selada (*Lactuca sativa*) yang Dijual di Pasar Tradisional dan Pasar Modern di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas* 3(3) : 480-485.
- Depkes RI. 2010. Kumpulan Modul Kursus Hygiene Sanitasi Makanan dan Minuman. Departemen Kesehatan. Jakarta
- Hanson LA, Zahn EA, Wild SR, Döpfer D, Scott J, and Stein C, 2012. Estimating Global Mortality from Potentially Foodborne Diseases: an Analysis using Vital Registration Data. *Population Health Metrics*; 10(5).
- Munarso, 2005. Identifikasi Kontaminan dan Perbaikan Mutu Sayuran. Laporan Akhir. Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pasacapanen Pertanian, Bogor.
- Nazarudin, 2003. Budidaya dan Pengaturan Panen Sayuran Dataran Rendah. Penebar Swadaya. Jakarta.