

Membangun Kesadaran Santri Terhadap Bahaya Mengonsumsi Produk Mengandung Perasa, Pewarna, Pengawet Dan Penyedap (P4) di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen

Mursal Abdurrauf

Institut Agama Islam (IAI) Al-Aziziyah Samalanga Bireuen Aceh

email: mursal@iaialaziziyah.ac.id

ABSTRACT

This research was conducted to increase the awareness of students (santri) regarding the dangers of products containing p4 at Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga in Bireuen Regency. This is a qualitative (field research) study. The analysis revealed that the research was aimed at increasing the awareness of santri regarding the dangers of p4-containing products at Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga in Bireuen Regency. The stages included preparation and implementation of the research. In its implementation, the researchers planned a program, provided education in the Dayah Jamiah Al-Aziziyah hall, monitored the students at the sales points, provided understanding to sellers in the Dayah Jamiah Al-Aziziyah area, created stickers and banners about the dangers of p4-containing food products and the importance of maintaining a healthy lifestyle, built awareness among students through various programs, implemented rules and regulations at Dayah Jamiah Al-Aziziyah, and carried out strict monitoring and enforcement of regulations. All stages were executed carefully and meticulously to achieve the research objectives.

Key Words: Awareness, Consumption, Preservative

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan kesadaran santri mengenai bahaya produk yang mengandung p4 di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen. Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif (*field research*). Hasil analisis di dapat diketahui bahwa Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan kesadaran santri mengenai bahaya produk yang mengandung p4 di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen. Tahapannya meliputi persiapan kegiatan dan pelaksanaan penelitian. Dalam pelaksanaannya, para peneliti merencanakan program, memberikan penyuluhan di aula Dayah Jamiah Al-Aziziyah, mengawasi santri di tempat jualan, memberikan pemahaman kepada para penjual di lingkungan Dayah Jamiah Al-Aziziyah, membuat stiker dan spanduk yang bertuliskan tentang bahaya produk makanan yang mengandung p4 dan pentingnya menjaga pola hidup sehat, membangun

kesadaran santri melalui berbagai program, melaksanakan tata tertib Dayah Jamiiah Al-Aziziyah, dan melakukan pengawasan yang ketat serta penegakan peraturan. Semua tahapan kegiatan tersebut dilaksanakan secara cermat dan teliti agar tujuan penelitian dapat tercapai dengan maksimal.

Kata Kunci: Kesadaran, Konsumsi, Pengawet

PENDAHULUAN

Manusia tidak terlepas dari konsumsi karena hakikatnya manusia tidak bisa hidup tanpa konsumsi, mengkonsumsi makanan tanpa melihat hakikat makanan itu sendiri dapat membawaki manusia tersebut kepada binasa, kenapa tidak karena makanan adalah salah satu komponen penggerak manusia, maka untuk itu manusia harus melihat makanan yang dia konsumsi harus benar benar bermanfaat untuk kelangsungan hidupnya.¹

Salah satu makanan yang dapat membunuh manusia adalah makanan yang menggunakan penyedap, pengawet, pewarna dan perasa (P4). Sedangkan makanan tersebut hampir membumi di semua lini baik itu pasar lokal maupun pasar modern, walaupun produk makanan tersebut mempunyai sertifikat halal dan izin BPOM.

Demi kelangsungan hidup manusia yang sehat maka manusia harus menyadari perlunya memfilter makanan yang dikonsumsi sehari-hari yakni bebas dari semua jenis yang mengandung perasa, pengawet, pewarna dan penyedap. Salah satunya adalah dengan membangun kesadaran mulai dari keluarga, anak didik dan masyarakat lewat edukasi dan penyuluhan.²

Budaya mengkonsumsi makanan sehat, bersih dan tidak mengandung segala macam penyedap dapat dilakukan apabila ada kemauan dari masing-masing individu. Oleh karena itu untuk menciptakan hidup sehat harus dimulai dari makanan yang sehat, kesadaran terhadap konsumsi makanan yang sehat dapat dilakukan dengan memberi edukasi dan membangun kesadaran terhadap bahayanya makanan yang mengandung penyedap, pewarna, perasa dan pengawet.³

Di era meningkatnya produk yang menggunakan P4 yang dapat mengganggu Kesehatan manusia, maka membangun kesadaran santri terhadap bahayanya makanan yang mengandung P4 sangat penting ditanamkan setiap individu. Pendidikan lingkungan hidup dan kegiatan memberikan kesadaran terhadap masyarakat penting untuk memperoleh pengetahuan dan kesadaran menjaga

¹ Berasi ME, *At a Glance Ilmu Gizi*, (Bandung: Erlangga, 2009), h. 128.

² Achadi, U.F, *Kesehatan Masyarakat: Teori dan Aplikasinya*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2013), h. 29.

³ Aini, S.N, "Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di Perkotaan", *Unnes Journal Of Public Health*, 2 (1), 2013, h. 1-8.

kesehatan. Peduli terhadap kesehatan berarti ikut menjaga hidup sehat dengan sebaik-baiknya,

Oleh karena itu, kegiatan membangun kesadaran santri terhadap makanan yang mengandung P4 merupakan kegiatan yang tepat untuk diadakan di Dayah Jamiah Al Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen dalam rangka membangun kesadaran santri terhadap bahaya produk yang mengandung P4. Program ini dilakukan oleh mahasiswa Kuliah Pengabdian Masyarakat (KPM) tahun 2022 dengan melihat beberapa fenomena yang ditemukan di Dayah Jamiah Al Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen yaitu masih ada santri mengkonsumsi makanan yang mengandung P4 walaupun secara aturan para pemasok barang dan pedagang yang berjualan di Dayah jamiah Al Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen dilarang memasok dan menjual makanan yang mengandung P4, Dari hal tersebut diperlukan suatu program kerja yang dapat membangun kesadaran Santri terhadap bahaya makanan iyang mengandung P4, karena hidup sehat, santri sehat maka kelak akan lahir intelektual, ulama yang bebas dari segala macam penyakit.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini tentang membangun kesadaran santri Dayah Jamiah dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung pewarna perasa pengawet dan penyedap menggunakan pendekatan kualitatif jenis fenomenologi, dimana peneliti berusaha untuk mencari dan memahami fenomena yang ada dan berkembang saat ini. Untuk mendapatkan data yang valid, akurat dan dapat dipertanggung jawabkan. Istilah kualitatif dalam metodologi penelitian dapat dimaknai sebagai jenis data. Data yang diambil dalam penelitian kualitatif berupa kata-kata tertulis ataupun lisan serta kejadian yang diamati.

Secara historis, penelitian kualitatif diawali dengan pengamatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif jenis fenomenologi, dimana peneliti berusaha untuk mencari dan memahami tentang membangun kesadaran santri dalam bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung P4. Untuk mendapatkan data yang akurat dan dapat dipertanggung jawabkan. Peneliti mewawancarai guru dan santri dayah jamiah yang dianggap memiliki kapabilitas dan mampu menjawab pertanyaan yang diajukan peneliti. Peneliti juga mendokumentasikan beberapa hal yang dianggap penting. Teknik analisis data kualitatif adalah proses analisis data yang tidak melibatkan atau berbentuk angka. Data yang diperoleh untuk penelitian menggunakan teknis analisis data kualitatif umumnya bersifat subjektif. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Analisis Wacana. Metode Teknik analisis wacana biasa digunakan untuk menganalisis interaksi orang. Dengan kata lain Teknik analisis wacana pada

penelitian kualitatif bertujuan untuk menganalisis wacana-wacana atau komunikasi antar orang dalam konteks tertentu⁴.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Dayah Jamiah Al Aziziyah

Dayah Jamiah Al Aziziyah terletak di Batee Iliak, Kecamatan Samalanga Kabupaten Bireuen. Didirikan pada tanggal 19 Januari 2012 oleh Abu Syekh H. Hasanoel Bashry HG (Abu Mudi) beliau sangat berharap kehadiran Dayah Jamiah Al Aziziyah menjadi jawaban terhadap kebutuhan bagi hadirnya Lembaga Pendidikan yang mengintegrasikan kurikulum Pendidikan dayah dan Pendidikan sekolah.

Sampai umurnya yang memasuki tahun ke-11, Dayah Jamiah selalu berkomitmen untuk menjaga harapan yang mulia tersebut yang sememangnya sudah menjadi visi bagi Dayah Jamiah Al Aziziyah. Berbagai program peningkatan dan pengembangan terus dilakukan, baik itu menyangkut dengan sarana maupun kualitas.

Dayah Jamiah Al Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen saat ini mendapatkan nilai Akreditasi A, dan Dayah Jamiah Al Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen sangat mengharap dengan nilai akreditasi yang diperoleh tersebut menjadi motivasi dalam menjaga kualitas dan mutu lulusan, terlebih lagi kualitas lulusan dalam memahami dan menguasai kitab-kitab turats yang menjadi bekal bagi mereka untuk menjadi ulama yang akan berperan aktif dalam berbagai sisi kehidupan.⁵

Bahaya Mengonsumsi Produk Mengandung Perasa, Pewarna, Pengawet Dan Penyedap

Konsumsi produk makanan dan minuman yang mengandung perasa, pewarna, pengawet, dan penyedap dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan berbagai bahaya bagi kesehatan manusia. Berikut adalah beberapa bahaya yang mungkin terjadi:

1. Gangguan pada sistem pencernaan. Konsumsi produk makanan dan minuman yang mengandung bahan-bahan tersebut dalam jumlah besar dapat menyebabkan gangguan pada sistem pencernaan, seperti diare, mual, muntah, sakit perut, dan kembung.
2. Alergi dan intoleransi makanan. Beberapa bahan tambahan makanan seperti pewarna dan penyedap dapat menyebabkan reaksi alergi atau intoleransi pada beberapa orang. Reaksi alergi dapat bervariasi dari ruam kulit hingga sesak napas dan anafilaksis.

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2015), Cet-21, h. 14-15

⁵ Buku Profil Dayah Jamiah Al Aziziyah Batee Iliak Samalanga Aceh Bireuen Tahun 2017

3. Masalah kesehatan jangka panjang. Konsumsi produk makanan dan minuman yang mengandung bahan-bahan tersebut dalam jangka waktu yang lama dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan jangka panjang, seperti kanker, obesitas, dan penyakit jantung.⁶

Mengonsumsi produk makanan dan minuman yang mengandung perasa, pewarna, pengawet, dan penyedap dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan gangguan pada sistem pencernaan, alergi dan intoleransi makanan, serta meningkatkan risiko masalah kesehatan jangka panjang seperti kanker, obesitas, dan penyakit jantung. Oleh karena itu, sebaiknya kita membatasi konsumsi produk-produk yang mengandung bahan tambahan makanan tersebut dan lebih memilih makanan dan minuman yang alami dan sehat.

Membangun Kesadaran Santri Terhadap Bahaya Mengonsumsi Produk P4

Penelitian ini dilakukan untuk membangun kesadaran santri akan bahaya produk yang mengandung p4 di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen dilakukan melalui tahapan sebagai berikut:

1. Persiapan kegiatan meliputi:
 - a. Kegiatan survei tempat penelitian yaitu di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen.
 - b. Permohonan izin Penelitian kepada pimpinan dan pengurus di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen.
 - c. Pengurusan administrasi.
 - d. Persiapan alat alat yang dianggap penting.
2. Penelitian membangun kesadaran santri akan bahaya produk mengandung p4 di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen meliputi:
 - a. Hal pertama yang dapat dilakukan adalah merencanakan program mewujudkan kesadaran santri akan bahaya produk yang mengandung p4 di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen.
 - b. Membuat penyuluhan di aula Dayah Jamiah Al Aziziyah.
 - c. Mengawasi santri setiap saat di tempat jualan .
 - d. Memberikan pemahaman kepada para penjual dilingkungan Dayah Jamiah Al Aziziyah .
 - e. Membuat Stiker yang ,bertuliskan bahaya produk makanan yang mengandung p4.
 - f. Membuat spanduk yang bertuliskan tentang perlunya menjaga pola hidup sehat.

⁶ Li, Y., et al. Artificial food colors and attention deficit hyperactivity disorder symptom severity: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 2012, 9(3): 599–609.

- g. Membangun kesadaran santri pentingnya pola hidup sehat melalui berbagai program yang bisa menyadarkan santri
- h. Melaksanakan tata tertib Dayah Jamiah Al-Aziziyah dan tetap menjaga kebersihan dan keseimbangan lingkungan Dayah Jamiah Al-Aziziyah.
- i. Melakukan pengawasan yang ketat dan penegakkan peraturan Dayah Jamiah Al-Aziziyah yang tegas agar Santri mau dan secara sadar bersedia untuk melaksanakan ketertiban dan peraturan Dayah Jamiah Al-Aziziyah.⁷

Dalam rangka mencapai tujuan penelitian tersebut, para peneliti melakukan serangkaian kegiatan yang telah dirancang secara matang untuk meningkatkan kesadaran santri mengenai bahaya produk yang mengandung p4 dan pentingnya menjaga pola hidup sehat. Seluruh tahapan kegiatan tersebut dilaksanakan dengan cermat dan teliti agar tujuan penelitian dapat tercapai dengan maksimal.

PENUTUP

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan kesadaran santri mengenai bahaya produk yang mengandung p4 di Dayah Jamiih Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen. Penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu persiapan kegiatan dan pelaksanaan penelitian.

Persiapan kegiatan meliputi survei tempat penelitian di Dayah Jamiih Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen, permohonan izin penelitian kepada pimpinan dan pengurus di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen, pengurusan administrasi, dan persiapan alat-alat yang dianggap penting.

Pelaksanaan penelitian untuk meningkatkan kesadaran santri mengenai bahaya produk yang mengandung p4 di Dayah Jamiih Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen meliputi beberapa hal, yaitu merencanakan program mewujudkan kesadaran santri akan bahaya produk yang mengandung p4 di Dayah Jamiih Al-Aziziyah Samalanga Kabupaten Bireuen, membuat penyuluhan di aula Dayah Jamiih Al-Aziziyah, mengawasi santri setiap saat di tempat jualan, memberikan pemahaman kepada para penjual di lingkungan Dayah Jamiah Al-Aziziyah, membuat stiker yang bertuliskan bahaya produk makanan yang mengandung p4, membuat spanduk yang bertuliskan tentang perlunya menjaga pola hidup sehat, membangun kesadaran santri tentang pentingnya pola hidup sehat melalui berbagai program yang bisa menyadarkan santri, melaksanakan tata tertib Dayah Jamiah Al-Aziziyah dan tetap menjaga kebersihan dan keseimbangan lingkungan Dayah Jamiih Al-Aziziyah, dan melakukan pengawasan yang ketat serta penegakan peraturan Dayah Jamiih Al-Aziziyah yang tegas agar santri mau dan secara sadar bersedia untuk melaksanakan ketertiban dan peraturan Dayah Jamiah Al-Aziziyah.

⁷ Observasi di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Batee Ilikek, tanggal 12 Januari-24 Februari 2023.

REFERENSI

- Achadi, U.F, *Kesehatan Masyarakat: Teori dan Aplikasinya*, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2013.
- Aini, S.N, "Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di Perkotaan", *Unnes Journal Of Public Health*, 2 (1), 2013.
- Azad, M. B., et al. Nonnutritive sweeteners and cardiometabolic health: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials and prospective cohort studies. *CMAJ*, 2017.
- Berasi ME, *At a Glance Ilmu Gizi*, Bandung: Erlangga, 2009.
- Buku Profil Dayah Jamiah Al Aziziyah Batee Iliak Samalanga Aceh Bireuen Tahun 2017.
- Li, Y., et al. Artificial food colors and attention deficit hyperactivity disorder symptom severity: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 2012.
- Li, Y., et al. Artificial food colors and attention deficit hyperactivity disorder symptom severity: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 2012, 9(3).
- Sheikh, M., et al. A Review of Synthetic Food Colors and Their Toxicity. *Journal of Food Science*, 2020.
- Suez, J., et al. Artificial sweeteners induce glucose intolerance by altering the gut microbiota. *Nature*, 2014.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta, 2015.