

Socialization of the Use of Flavoring Broth in Cuisine in Gombang Village, Sawit District, Boyolali Regency, Central Java.

Sosialisasi Penggunaan Penyedap Rasa Pada Masakan di Desa Gombang, Kecamatan Sawit, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah.

Kelvin Matthew Richardo¹, Irvia Resti Puyanda^{1*}, Dwi Sukma Permadi Rini¹, Candra Tika Putri Maharani¹, Ahmad Riziq Maulana¹, Fitria Dwi Rahmawati¹, Vivi Nuraini¹

¹Prodi Teknologi Pangan, Fakultas Teknologi dan Industri Pangan Universitas Slamet Riyadi Surakarta

*Corresponding author: irvia_resti@yahoo.com

Article info	Abstract
<hr/> <p>Keywords: socialization, flavoring broth, food seasoning</p>	<hr/> <p>Flavoring broth is a food additive that is usually added when cooking a dish. Flavoring broth has a savory taste and can be sourced from vegetable or animal origin. In its use, sometimes there is no definite measure and sometimes the addition is too much. This socialization program aims to provide knowledge to PKK women in Gombang Village about the use of flavoring. The implementation of this activity is carried out through several stages, namely: 1) Observation; 2) Preparation of materials; 3) Socialization; and 4) Question and answer (Q&A). The results of the service showed that the high enthusiasm of the socialization participants was reflected in the many PKK women who asked questions in the Q&A session. The follow-up program of this activity is the practice of using flavoring broth which is carried out independently by PKK women based on knowledge from socialization materials.</p> <hr/>
<p>Kata kunci: sosialisasi, penyedap rasa, bumbu masakan</p>	<hr/> <p>Abstrak</p> <p>Penyedap rasa merupakan bahan tambahan pangan yang biasanya ditambahkan pada saat memasak suatu hidangan. Penyedap rasa mempunyai cita rasa yang gurih dan dapat bersumber dari nabati maupun hewani. Dalam penggunaannya, terkadang tidak ada takaran yang pasti bahkan terkadang terlalu berlebihan. Program sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada ibu-ibu PKK di Desa Gombang tentang penggunaan penyedap rasa. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu: 1) Observasi; 2) Penyusunan materi; 3) Sosialisasi; dan 4) Tanya-jawab. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa antusiasme peserta sosialisasi yang tinggi tercermin dengan banyaknya ibu-ibu PKK yang mengajukan pertanyaan pada sesi tanya-jawab. Program lanjutan dari kegiatan ini adalah praktek penggunaan penyedap rasa yang dilakukan secara mandiri oleh ibu-ibu PKK berbekal pengetahuan dari materi sosialisasi.</p> <hr/>

PENDAHULUAN

Penyedap rasa adalah bahan tambahan pangan ditambahkan pada saat proses pembuatan suatu hidangan/makanan. Peran dai penyedap rasa adalah mempertegas dan meningkatkan rasa pada makanan (Ghassani & Agustini, 2022). Menurut Ghassani dan Agustini (2022), penyedap rasa dapat dibedakan berdasarkan bahan baku dan proses pembuatannya menjadi 2 jenis, yaitu alami dan sintetis. Penyedap rasa alami diperoleh dari tumbuhan maupun hewan. Pembuatan penyedap rasa alami dapat diproses secara fisik, mikrobiologi, atau enzimatis. Di sisi lain, penyedap rasa sintetis dibuat menggunakan bahan utama berupa monosodium glutamate (MSG) dengan mencampurkan beberapa senyawa kimia lainnya untuk membentuk cita rasa yang gurih (Lichafuddin & Ainiyah, 2023).

Monosodium glutamate atau yang lebih dikenal dengan vetsin (micin) digunakan untuk memberikan rasa gurih (umami) yang lezat pada makanan (Kurtanty et al., 2018). Bahan utama yang Menyusun MSG adalah senyawa asam glutamate (Muntaza & Adi, 2020). Kandungan glutamate banyak terdapat pada hewan maupun tumbuhan dengan kadar yang berbeda-beda per 100 gram nya, seperti pada susu sapi mengandung 819 mg, ayam mengandung 3,309 mg, daging sapi 2,846 mg, jagung 1,765 mg, wortel 218 mg, dll (Idawati Kartadidjaja, 2009).

Dalam kehidupan sehari-hari, MSG banyak sekali digunakan dalam rumah tangga maupun industri dan diperjualbelikan secara bebas (Kurtanty et al., 2018). Kecanduan dengan rasa gurih dari MSG dapat membuat dampak negative tidak hanya pada orang tua namun anak-anak juga. Berdasarkan hasil

penelitian dari Rochmah dan Utami (2022), dampak dari mengkonsumsi MSG secara berlebihan dapat mempengaruhi perkembangan otak pada anak. Selain itu, MSG juga dapat mengakibatkan penyakit Chinese Restaurant Syndrom (CRS), kerusakan pada sel saraf, asma, obesitas, hipertensi, dan yang paling parah adalah kerusakan pada ginjal.

Berdasarkan data dari Rahmawati et. al. (2024), Desa Gombang terletak di Kecamatan Sawit, Boyolali. Masyarakat di Desa Gombang termasuk wilayah yang belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang keamanan pangan, salah satunya adalah penggunaan MSG. Berdasarkan hasil survei, warga di Desa Gombang memiliki profesi sebagai karyawan, petani, ibu rumah tangga, dan wirausaha makanan.

Sosialisasi penggunaan penyedap rasa atau MSG perlu dilakukan di Desa Gombang agar masyarakat dapat mengetahui pemakaian MSG yang sesuai dengan takaran yang dianjurkan agar kesehatan dan kebutuhan gizi para warga di Desa Gombang dapat terpenuhi.

METODE

Pengabdian ini melibatkan perwakilan ibu-ibu PKK yang berada di desa Gombang, Boyolali yang berjumlah 20 orang.

Metode pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini diawali dengan penelitian awal yang kemudian dilanjutkan dengan survei Lokasi dan FGD dengan Kepala Desa Gombang, dari hasil FGD maka diadakan Penyuluhan kepada Ibu-ibu PKK di Balai Desa Gombang, Kecamatan Sawit, Kabupaten Boyolali. Tahap terakhir dari

program ini adalah evaluasi hasil pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Observasi

Pada hari Senin, 1 Mei 2023, tim PKM Universitas Slamet Riyadi Surakarta mengunjungi Kantor Desa Gombang dan bertemu dengan Kepala Desa untuk melakukan FGD dan survey lokasi.

Berdasarkan hasil pengamatan, telah banyak kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Gombang dari universitas lain, namun belum ada kegiatan yang mengangkat tema tentang pengolahan makanan dan penambahan bahan pangan yang baik. Oleh karena itu perlu adanya pendampingan dan sosialisasi untuk memperluas wawasan ibu-ibu PKK setempat agar bisa menghasilkan makanan yang mempunyai gizi yang cukup dan aman untuk dikonsumsi.

Perencanaan dan Penyusunan Materi

Berdasarkan hasil survei maka disusunlah materi yang menerangkan asupan MSG yang masih diperbolehkan sehari-hari, Batasan-batasan penggunaan MSG dalam makanan yang dikonsumsi sehari-hari, serta cara penggunaan MSG dengan benar. Materi diambil dari sumber-sumber terpercaya seperti WHO dan jurnal-jurnal lainnya.

Konsumsi MSG per hari yang dianjurkan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO) adalah sekitar 0-120 mg/kgBB (Kurtanty et al., 2018) sehingga bila seseorang dengan berat 50 kg maka konsumsi yang aman menurut perhitungan adalah 6 gram (sekitar 2 sendok teh) per hari pada orang dewasa. MSG sebaiknya tidak dikonsumsi secara 100% murni. MSG lebih

baik dicampurkan dengan garam dapur dengan perbandingan antara garam dapur dengan MSG sebesar 90:10. Garam bisa menjadi pembatas penggunaan MSG yang baik karena dapat mengurangi kebutuhan MSG yang berlebihan (Wathoni et al., 2023).



Gambar 2. Pemberian materi sosialisasi tentang penggunaan penyedap rasa

Pelaksanaan Program Sosialisasi

Pelaksanaan program sosialisasi ini dihadiri oleh ibu-ibu PKK di Desa Gombang sebanyak 20 orang. Pada saat pemberian materi, hadirin terlihat antusias terlihat dari terciptanya komunikasi 2 arah dari para ibu-ibu PKK yang ingin memperdalam suatu konteks pembahasan.



Gambar 3. Diskusi tanya-jawab tentang penggunaan penyedap rasa

Hasil dan Evaluasi

Hasil dari pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini adalah beberapa warga cukup paham akan materi yang disampaikan. Masyarakat jadi mengetahui takaran yang baik dalam penggunaan MSG yaitu sekitar 0-120 mg/kgBB/hari (Kurtanty et al., 2018) sehingga dalam membuat makanan untuk dikonsumsi secara pribadi maupun dijual dapat dipastikan aman untuk dikonsumsi. Warga juga dapat tahu pengaruh buruk dari penggunaan MSG berlebihan, dalam penelitian dari Rochmah & Utami (2022), oleh dapat mengakibatkan penyakit Chinese Restaurant Syndrom (CRS), kerusakan pada sel saraf, asma, obesitas, hipertensi, dan yang paling parah adalah kerusakan pada ginjal.

Perlunya koordinasi dan kesabaran untuk menyampaikan materi secara lebih mendetail karena warga yang masih awam dalam pengetahuan tentang perbedaan penyedap rasa yang satu dengan yang lainnya dan batasan aman dalam penggunaan bahan penyedap ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian dari hasil dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa Desa Gombang adalah salah satu Desa di Kecamatan Sawit, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah yang belum pernah diberikan sosialisasi tentang penggunaan penyedap rasa (MSG). Sosialisasi tentang penggunaan penyedap rasa dilaksanakan berdasarkan kerjasama antara Universitas Slamet Riyadi dengan Desa Gombang.

Acara ini dihadiri oleh ibu-ibu PKK yang berjumlah 20 orang. Hadirin sangat antusias sehingga materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik dan dapat terjadi diskusi didalamnya.

Perlunya koordinasi dan kesabaran dalam menjelaskan materi secara mendetail dikarenakan masyarakat yang masih awam dengan jenis-jenis dan aturan-aturan penambahan bahan penyedap rasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ghassani, A. M., & Agustini, R. (2022). Formulation of Flavor Enhancer from Shiitake Mushroom (*Lentinula edodes*) with the Addition of Mackerel Fish (*Scomberomorus commerson*) and Dregs Tofu Hydrolysates. *Indonesian Journal of Chemical Science*, 11(3), 222–232.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ijcs>
- Idawati kartadjudjaja. (2009). Monosodium Glutamat Dan Kesehatan. In *Ebers Papyrus* (Vol. 15, Issue 1, pp. 53–57).
- Kurtanty, D., Faqih, D. M., & Upa, N. P. (2018). Review Monosodium Glutamat How To Understand It Properly? In *Journal of Chemical Information and Modeling* (4th ed., Vol. 53, Issue 9). Primer Koperasi Ikatan Dokter

Indonesia.

- Lichafuddin, M., & Ainiyah, R. (2023). Diversifikasi Olahan Ikan Bandeng (*Chanos chanos*) dan Jamur Tiram (*Pleurotus ostreatus*) sebagai Penyedap Rasa Alami. *Jurnal AgroSainTa: Widyaiswara Mandiri Membangun Bangsa*, 7(2), 65–72. <https://doi.org/10.51589/ags.v7i2.3566>
- Muntaza, Y., & Adi, A. C. (2020). Hubungan Sumber Informasi dan Pengalaman dengan Tingkat Pengetahuan tentang Penggunaan Monosodium Glutamate (MSG) pada Ibu Rumah Tangga. *Amerta Nutrition*, 4(1), 72. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i1.2020.72-78>
- Rahmawati, F. D., Maulana, A. R., Maharani, C. T. P., Rini, D. S. P., Richardo, K. M., & Puyanda, I. R. (2024). The effort to prevent stunting by training in making vegetable nuggets at Gombang , Boyolali. *Journal of Community Service and Empowerment*, 5(2), 429–434.
- Rochmah, D. L., & Utami, E. T. (2022). Dampak Mengonsumsi Monosodium Glutamat (Msg) Dalam Perkembangan Otak Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 163–166. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32473>
- Wathoni, A. Z., Suhara, A., & Aziz, M. F. (2023). Edukasi Penggunaan Monosodium Glutamat dalam Produk Makanan Serta Dampaknya. *Konferensi Nasional Penelitian Dan Pengabdian (KNPP) Ke-3*, 2308–2313.