

**PENYULUHAN SEPUTAR MONOSODIUM GLUTAMAT DI PONDOK PESANTREN
JAMILURRAHMAN BANTUL**

**COUNSELING ON MONOSODIUM GLUTAMATE AT JAMILURRAHMAN ISLAMIC
BOARDING SCHOOL BANTUL**

Arviani¹

¹ Jurusan Kimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Gorontalo
Jl. Jend. Sudirman No.6, Dulalowo Tim., Kec. Kota Tengah, Kota Gorontalo, Gorontalo 96128

Email: arviani@ung.ac.id

*Corresponding Author

Abstrak

Pondok pesantren Jamilurrahman Putri As-Salafy terletak di Desa Wirokerta Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul. Pondok pesantren ini berada di bawah naungan Yayasan At-Turots Al-Islami. Para santri yang umumnya putri membutuhkan edukasi mengenai tambahan pangan untuk citarasa makanan yaitu *monosodium glutamat* (MSG). Penggunaan zat aditif ini sangat umum dikenal dan digunakan di masyarakat secara umum. MSG biasanya dikenal dengan nama micin. Berkembangnya isu negatif di masyarakat mengenai MSG sebagai penyebab kanker dan beberapa sumber lain menyebutkan bahwa MSG memiliki dampak yang buruk bagi kesehatan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi kepada para santri bahwa MSG merupakan bahan tambahan pangan yang aman dikonsumsi dan penggunaannya didasarkan pada takaran maksimum penggunaan setiap hari. Pendekatan pengabdian masyarakat yang digunakan adalah *community based* forum diskusi terarah selama 2 jam dengan metode ceramah dan tanya jawab. Kegiatan penyuluhan ini diarahkan untuk memberikan pengetahuan tambahan mengenai MSG kepada para santri pondok Pesantren Putri Jamilurrahman. Santriwati menunjukkan minat dan keingintahuan mengenai polemik seputar MSG pada kegiatan penyuluhan dengan banyaknya pertanyaan yang antusias dalam forum diskusi.

Kata Kunci: MSG, monosodium glutamat

Abstract

The Jamilurrahman As-Salafy Putri Islamic Boarding School is located in Wirokerta Village, Banguntapan Subdistrict, Bantul Regency. This boarding school operates under the auspices of the At-Turots Al-Islami Foundation. The students, predominantly girls, require education on food additives, particularly monosodium glutamate (MSG), to enhance the taste of food. The use of this additive is widely known and commonly used in the community, often referred to as 'micin.' The growing negative perception in society regarding MSG as a cause of cancer and other sources claiming its adverse health effects has led to concerns. This community service aims to educate the students that MSG is a safe additive food and that its usage is based on the recommended daily maximum intake. The community engagement approach utilized is a community-based guided discussion forum lasting for 2 hours, employing lecture and Q&A methods. The counselling activities are designed to impart additional knowledge about MSG to the female students of Jamilurrahman Putri Islamic Boarding School. The female Islamic students show interest and curiosity regarding the controversy surrounding MSG during the counselling activity, as evidenced by their enthusiastic participation and numerous questions in the discussion forum.

Keywords: MSG, monosodium glutamat

PENDAHULUAN

Ma'had Jamilurrahman As-Salafy awal didirikan Yogyakarta pada tahun 1995 di Banguntapan, Bantul khusus untuk tadribut du'at (pelatihan da'i) putra-putri. Saat ini di sekitar ma'had Jamilurrahman telah berdiri pemukiman ikhwah salafiyin. Letak geografis pondok pesantren ini pada sebelah utara, berdampingan dengan dusun Kertopaten, sebelah selatan berdampingan dengan dusun sampangan, sebelah barat berdampingan dengan dusun grojokan dan sebelah timur, berdampingan dengan dusun glondong. Lokasi tepatnya berada di Dusun Glondong RT 04, Wirokerten, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta.

Santri putri di ma'had Jamilurrahman As-Salafy Yogyakarta telah memiliki kesadaran mengenai kebersihan. Lingkungan bersih dan teratur rapi, kamar-kamar tertata rapi serta fasilitas mandi, cuci dan kakus (MCK) yang memadai. Meskipun demikian kegiatan pelayanan kesehatan belum terpenuhi dengan baik karena belum adanya Unit Kesehatan Pesantren (UKP).

Ikeda merupakan penemu rasa umami dengan memperhatikan bahwa satu kualitas rasa yang tidak dapat dijelaskan oleh empat rasa dasar yaitu manis, asin, asam dan pahit ketika disajikan dalam makanan yang enak seperti daging dan ikan. Rasa unik tersebut disebabkan oleh asam glutamat (Perdani dkk., 2022; Yamaguchi, 1991). Bentuk garam dari asam glutamat adalah Monosodium glutamate (MSG) yang merupakan jenis asam amino non-esensial, digunakan secara umum sebagai zat aditif pada makanan untuk meningkatkan kualitas rasa yang unik (William and Woesnerr, 2009).

Glutamat dalam MSG adalah asam amino umum yang secara alami ada di berbagai macam makanan termasuk tomat, keju parmesan, jamur kering, kecap, sejumlah buah-buahan dan sayuran dan air susu ibu. *Food and Drug Association* (FDA) dan WHO telah menetapkan *Acceptable daily intake* (ADI) batas aman konsumsi MSG adalah 120 mg/kg BB perhari. MSG tidak boleh diberikan kepada bayi berusia kurang dari 12 bulan. Pada tahun 1986, *Advisory*

Committee on Hypersensitivity to Food Constituent di FDA menyatakan, secara umum mengonsumsi MSG itu aman. Selain itu, FDA telah mengklasifikasikan MSG sebagai *generally recognized as safe* (GRAS) sehingga aman untuk dikonsumsi (Koyade dkk., 2023; Muhartono dkk., 2018).

Pemikiran yang berkembang di masyarakat saat ini mengasumsikan bahwa MSG adalah bahan tambahan makanan yang berbahaya dan dianggap aman jika tidak mengandung MSG. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan edukasi bahwa keberadaan MSG sebagai bahan tambahan pangan (BTP) sama seperti garam dapur dan BTP lainnya yang aman dikonsumsi dalam batas tertentu. Berkembangnya *Chinesse Syndrome* Restaurant seperti rasa mual, pusing, gatal-gatal merupakan gejala alergi yang lazim pada sebagian orang ketika mengonsumsi MSG (Bera dkk., 2017).

METODE

Penelitian ini mengadopsi pendekatan pengabdian masyarakat dengan fokus pada penyuluhan mengenai Monosodium Glutamat (MSG) di Pondok Pesantren Putri Jamilurrahman, Desa Wirokerta, Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul. Subjek penelitian terdiri dari para santri putri pesantren yang secara umum terlibat dalam kegiatan pendidikan dan keagamaan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan kuesioner. Kuesioner digunakan untuk menilai tingkat pengetahuan dan persepsi santri terkait MSG sebelum dan sesudah penyuluhan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pemahaman santri mengenai materi penyuluhan yang diberikan.

Kegiatan penyuluhan diimplementasikan melalui pendekatan *community-based forum* diskusi terarah. Sesi tanya jawab dan diskusi kelompok mencakup pemahaman mengenai MSG, mitos yang berkembang, dan informasi ilmiah yang mendukung. Efektivitas kegiatan dievaluasi berdasarkan perubahan pengetahuan dan sikap santri, serta partisipasi aktif dalam forum diskusi. Hasil penelitian disajikan dalam laporan pengabdian masyarakat yang mencakup latar belakang, tujuan, metodologi, temuan, dan

rekomendasi untuk pengembangan kesadaran kesehatan di kalangan santri Pondok Pesantren Putri Jamilurrahman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan pemahaman santri Pondok Pesantren Putri Jamilurrahman terkait Monosodium Glutamat (MSG) setelah dilaksanakannya kegiatan penyuluhan. Sebelum penyuluhan, sebagian besar santri memiliki pemahaman yang terbatas dan terpengaruh oleh mitos yang berkembang di masyarakat sekitar. Pemahaman diukur berdasarkan beberapa pertanyaan yang diajukan ke forum diskusi sebelum kegiatan.

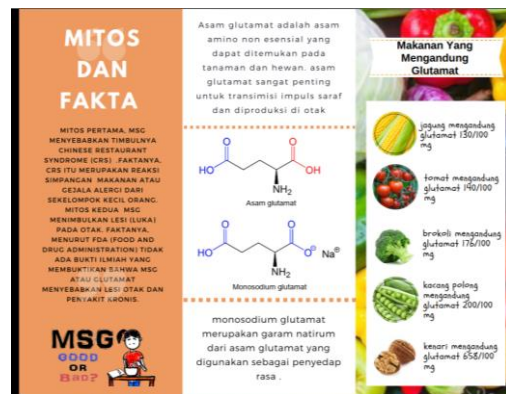
Namun, setelah kegiatan penyuluhan, terlihat peningkatan pemahaman yang cukup besar, dengan santri mampu membedakan antara fakta ilmiah dan mitos yang tidak berdasar. Pemahaman diukur berdasarkan beberapa pertanyaan yang dilemparkan ke forum diskusi setelah kegiatan selesai berlangsung.



Gambar 1. Pemaparan Materi Penyuluhan



Gambar 2. Slide Materi Seputar MSG



Gambar 3. Brosur materi Seputar MSG

Peningkatan pengetahuan dan pemahaman santri dapat diatributkan pada pendekatan penyuluhan yang diterapkan, yaitu melalui *community-based* forum diskusi terarah. Sesi tanya jawab dan diskusi kelompok menciptakan lingkungan yang mendukung pertukaran ide dan pemahaman yang lebih baik. Selain itu, penggunaan metode praktik langsung, seperti demonstrasi penggunaan MSG dalam masakan sehari-hari, memberikan pengalaman nyata yang memperkuat pemahaman konsep. Pengganti MSG dapat menggunakan bubuk kaldu jamur tiram, bubuk kepala udang, kaldu ayam atau kaldu ikan (Atika & Handayani, 2019; Budiono dkk., 2023; Cahyaningtias dkk., 2020; Lismeri dkk., 2017; Purnomo dkk., 2022)

Adanya peningkatan positif ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan telah berhasil mereduksi stigma negatif terkait MSG dan membangun pemahaman yang lebih rasional di kalangan santri. Dampak positif ini dapat memberikan kontribusi dalam mengubah persepsi santri terhadap MSG, sehingga mereka dapat mengambil keputusan lebih informasional dan sehat terkait penggunaannya dalam konsumsi pangan. Meskipun demikian, perlu diakui bahwa evaluasi jangka panjang terhadap pemahaman dan perilaku santri terkait MSG masih diperlukan.

Implementasi program lanjutan, termasuk sesi penyuluhan berkala dan integrasi materi kesehatan lainnya, dapat memastikan pemahaman yang berkelanjutan dan perubahan positif dalam perilaku konsumsi pangan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan landasan yang kuat untuk

pengembangan lebih lanjut dalam upaya meningkatkan kesadaran kesehatan di kalangan santri Pondok Pesantren Putri Jamilurrahman.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Santriwati atau pada umumnya remaja putri belum mengetahui tentang polemik seputar MSG sebagai BTP yang aman dikonsumsi selama dalam batas takaran yang aman dan wajar. Selama proses kegiatan santriwati menunjukkan minat dan keingintahuan mengenai polemik seputar MSG pada kegiatan penyuluhan dengan banyaknya pertanyaan yang antusias dalam forum diskusi.

Saran

Untuk meningkatkan efektivitas edukasi tentang Monosodium Glutamat (MSG), disarankan memanfaatkan metode inovatif seperti teknologi informasi atau pendekatan praktik langsung. Penggunaan webinar, platform daring, atau demonstrasi langsung pada penggunaan MSG dalam makanan dapat memberikan pengalaman pembelajaran yang lebih menarik dan efisien bagi para santri, sehingga memperkuat pemahaman dan penerimaan positif terhadap informasi yang disampaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Atika, S., & Handayani, L. (2019, December). Pembuatan Bubuk Flavour Kepala Udang Vannamei (*Litopenaus vannamei*) Sebagai Pengganti MSG (Monosodium glutamat). In Prosiding SEMDI-UNAYA (Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu Unaya) (Vol. 3, No. 1, pp. 18-26).
- Bera, T. K., Kar, S. K., Yadav, P. K., Mukherjee, P., Yadav, S., & Joshi, B. (2017). Effects of monosodium glutamate on human health: A systematic review. *World journal of pharmaceutical sciences*, 139-144.

Budiono, B. A., Evawati, D., & Firmansyah, M. A. (2023). Pemanfaatan ikan wader sebagai kaldu bubuk pengganti MSG pada hidangan sayur asem. In *Seminar Nasional Teknologi Industri* (Vol. 1, No. 1, pp. 550-554).

Cahyaningtias, S., Martsacanita, D., & Fitria, N. (2020). Sosialisasi Pembuatan Penyedap Rasa Alternatif Di Desa Janti Sidoarjo. *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 3(2), 17-22.

Kayode, O. T., Bello, J. A., Oguntola, J. A., Kayode, A. A., & Olukoya, D. K. (2023). The interplay between monosodium glutamate (MSG) consumption and metabolic disorders. *Heliyon*.

Lismeri, L., Darni, Y., & Hanif, M. (2017). Penyedap Rasa Alami Berbasis Jamur Tiram Sebagai Alternatif Pengganti MSG (monosodium Glutamat) Bagi Masyarakat Desa Tuluk Salak Langkapura Bandar Lampung.

Muhartono, Imanto, M., Dewi, N.R. 2018. Pengaruh Pemberian Ekstrak Etanol Rimpang Lengkuas (*Alpinia galangal* L.Willd) Terhadap Gambaran Histopatologi Ginjal Mencit Jantan (*Mus musculus* L.) yang Diinduksi oleh Monosodium Glutamat (MSG). *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 2(1):25-30

Perdani, C., Mawarni, R. R., Mahmudah, L., & Gunawan, S. (2022). Prinsip-prinsip bahan tambahan pangan yang memenuhi syarat halal: alternatif penyedap rasa untuk industri makanan halal. *Halal Research Journal*, 2(2), 96-111.

Purnomo, S. H., Alfatih, M., Rofiqoh, F. A., Faujia, R. A., Rahmananda, M. P., Rahmatunisa, A., ... & Firmansyah, F. P. (2022). Pemanfaatan Jamur Tiram Menjadi Kaldu Jamur Tiram Bubuk sebagai Pengganti MSG di Desa Boto, Wonosari, Klaten. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat &*

CSR Ke-3 Fakultas Pertanian UNS (Vol. 2, No. 1, pp. 296-303).

Williams, A. N., Woessner, K. M., 2009. Monosodium glutamate 'allergy': menace or myth? *Clinical & Experimental Allergy*, 39 (5):640–646

Yamaguchi, S. 1991. Basic Properties of Umami and Effects on Humans. *Physiology & Behavior*. 49:833-841