

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Makan merupakan kebutuhan hidup manusia. Kita adalah cerminan apa yang kita makan. Jika kita sehat maka sesungguhnya apa yang kita makan adalah jenis makanan yang sehat pula. Namun makan juga dapat menimbulkan masalah tersendiri bagi kesehatan terutama bila makanan yang dikonsumsi tidak seimbang. Misalnya kelebihan mengkonsumsi karbohidrat dan lemak serta kurang mengkonsumsi buah dan sayuran. Gangguan kesehatan akibat pola makan ini bisa terjadi baik pada orang dewasa maupun anak-anak (Sartika, 2009).

Dewasa ini, seiring perkembangan zaman banyak terdapat variasi dari makanan. Mulai dari makanan berat sampai makanan yang cepat saji. Tetapi kebanyakan orang lebih menyukai makanan yang berupa camilan dan cepat saji karena dinilai lebih enak tanpa memperhatikan dampak negatif bagi kesehatan yang ditimbulkannya. Misalnya saja gorengan. Menurut data Statistik Konsumsi Pangan tahun 2017, makanan gorengan menempati urutan kelima dari 19 urutan makanan yang paling banyak dan sering dikonsumsi oleh orang Indonesia. Masyarakat di Indonesia baik itu masyarakat ekonomi kelas atas hingga kelas bawah sudah tidak asing dengan kata gorengan. Gorengan yang merupakan makanan khas Indonesia ini amat sangat mudah kita jumpai di jalanan, kantin sekolahan hingga terutama di daerah pasar. Di pasar orang cenderung suka memakan gorengan karena dinilai lebih praktis disamping banyaknya kegiatan yang harus dilakukan. Baik itu jenis pasar pusat, pasar tradisional dan pasar modern pasti banyak yang menjual gorengan. Pasar merupakan suatu tempat dimana terjadinya proses transaksi selain itu juga di pasar juga tempat dimana orang dapat memenuhi kebutuhan sandang maupun pangannya. Baik itu dalam bentuk makanan, bahan pangan, pakaian maupun kebutuhan sehari-hari yang lainnya.

Banyak jenis gorengan yang dapat kita jumpai di tempat-tempat umum seperti jalanan, sekolah maupun pasar. Mulai dari jenis gorengan dari olahan daging, olahan tepung hingga dari bahan sayur-sayuran seperti halnya bakwan.

Bakwan merupakan salah satu jenis gorengan yang terbuat dari sayuran dan tepung terigu yang sering ditemukan di Indonesia. Biasanya bahannya terdiri dari taoge, irisan kubis (kol) atau irisan wortel, dicampur dalam adonan tepung terigu dan digoreng dengan minyak yang cukup banyak (Prayoga, et al, 2014).

Di samping rasa nikmat dan praktis, gorengan juga memiliki dampak buruk terhadap tubuh kita dikarenakan adanya asam lemak trans, dimana asam lemak ini dapat berakibat buruk bagi kesehatan terutama kardiovaskuler. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2012 menunjukkan 17,5 juta orang di dunia meninggal akibat kondisi kardiovaskuler atau 31% dari 56.5 juta kematian di seluruh dunia. Sedangkan untuk Indonesia sendiri, dikutip dari Pusat Data Informasi Kementerian Kesehatan RI tentang jantung, pada tahun 2008 diperkirakan sebanyak sebanyak 17,3 juta kematian disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler. Lebih dari 3 juta kematian tersebut terjadi sebelum usia 60 tahun dan seharusnya dapat dicegah. Menurut Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, suatu makanan dikatakan rendah asam lemak trans apabila pada makanan tersebut terdapat 1,5 gram per 100 gram (dalam bentuk padat) dan 0.75 gram per 100 ml (dalam bentuk cair). Dan dikatakan bebas asam lemak trans apabila pada makanan tersebut mengandung 0,1 gram per 100 gram maupun ml (baik dalam bentuk padat maupun cair).

Penelitian yang dilakukan Oddang, A. Anny Soraya, dkk (2013) di Makassar dengan judul "Analisis Kadar Asam Lemak Trans dalam Gorengan dan Minyak Bekas Hasil Penggorengan Makanan Jajanan Di Lingkungan *Workshop Hasanuddin University Makassar*" menyatakan bahwa minyak yang digunakan berulang kali tidak ditemukan asam lemak trans, namun pada minyak yang terserap dari pisang goreng menunjukkan bahwa pada penggorengan pertama telah muncul asam lemak trans. Minyak bekas penggorengan pisang goreng pada frekuensi pengulangan: sebelum pengulangan, 3x pengulangan, 5x pengulangan, 7x pengulangan dan 9x pengulangan tidak menghasilkan asam lemak trans. Sedangkan pada pisang goreng yang menggunakan minyak curah menghasilkan asam lemak trans berupa asam elaidat, dimana pada penggorengan pertama, ketiga dan kelima statis yaitu 0,04%b/b, tetapi pada penggorengan ketujuh mengalami kenaikan yaitu 0,05%b/b dan mengalami penurunan pada penggorengan kesembilan yaitu 0,04%b/b.

Padahal jika dilihat dari jenis bahan pangannya (pangan nabati) tidak mengandung asam lemak trans. Proses penggorengan dengan cara *deep frying* akan menyebabkan perubahan asam lemak tidak jenuh bentuk cis menjadi bentuk trans, dan meningkatkan jumlah asam lemak trans sebanding dengan penurunan asam lemak tidak jenuh bentuk cis (asam oleat) (Sartika, 2008). Penelitian kali ini bertujuan untuk melihat kandungan asam lemak trans yang terdapat pada gorengan bakwan yang dijual di Pusat Pasar Kota Medan dengan menggunakan alat Kromatografi Gas – Spektrometer Massa dengan ketelitian analisa mencapai 0,01%.

1.2 Perumusan Masalah

1. Apakah gorengan bakwan yang dijual di Pusat Pasar Kota Medan mengandung lemak trans?
2. Apakah kandungan asam lemak trans pada gorengan bakwan yang dijual di Pusat Pasar Kota Medan sudah memenuhi aturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui apakah gorengan bakwan yang dijual di Pusat Pasar Kota Medan mengandung lemak trans.
2. Untuk mengetahui apakah kandungan asam lemak trans pada gorengan bakwan yang dijual di Pusat Pasar Kota Medan sudah memenuhi aturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Untuk memberikan informasi kepada masyarakat apakah bakwan yang dijual di Pusat Pasar Kota Medan mengandung asam lemak trans.
2. Sebagai penambah ilmu pengetahuan dan wawasan bagi penulis dan pembaca umum, mengenai kandungan asam lemak trans yang ada pada gorengan bakwan yang dijual di daerah Pusat Pasar Kota Medan.