BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Makanan sehat yang layak dikonsumsi oleh setiap manusia adalah bahan makanan yang kondisinya berada dalam keadaan baik dan segar, tidak rusak serta mengandung protein, vitamin, dan mineral. Pada makanan yang melalui proses pengolahan haruslah tidak berubah bentuk, warna, dan rasa serta bahan tambahannya harus memenuhi persyaratan minimal makanan sehat yang berlaku (Irmawati, 2014).

Perhatian masyarakat Internasional akan makanan yang sehat, bergizi, dan higienis sangat besar sekali. *International Organization for Standardization (ISO)* mengeluarkan standar tersebut karena dalam beberapa tahun terakhir, terlihat bahwa kasus keracunan makanan semakin marak dimana-mana untuk implementasi sistem mutu dan keamanan pangan nasional telah dilakukan. Dari analisis tersebut ditetapkan kebijakan yang harus ditempuh serta disusun strategi, program, dan kegiatan yang perlu dilakukan untuk menjamin dihasilkannya produk pangan yang memenuhi syarat dan aman, dan menghasilkan produk pangan yang berwawasan lingkungan menyajikan pengembangan sistem mutu pangan nasional, yang menekankan pada penerapan sistem jaminan mutu untuk setiap mata rantai dalam pengolahan pangan (Irwan, 2016).

Pengawasan terhadap makanan ini dilakukan oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) dengan tujuan untuk melindungi kesehatan masyarakat terhadap peredaran makanan yang tidak memenuhi standar persyaratan kesehatan (Permenkes, 2016).

Terdapat beberapa kasus penyakit yang terkait dengan produk gorengan. Salah satu penyakit yang paling banyak mendapat perhatian adalah kanker. Produk gorengan sendiri sebenarnya tidak memberi resiko terhadap kesehatan melainkan kandungan zat karsinogenik yang terbentuk selama proses penggorengan. *Akrilamida* umumnya terbentuk pada produk yang sebagian besar mengandung karbohidrat (pati), *Akrilamida* diklasifikasikan oleh *Food and Drugs Administration* (FDA) dalam kategori grup 2A yaitu senyawa yang hampir dipastikan menyebabkan kanker pada manusia. Di dunia kanker merupakan penyebab kematian nomor 2 setelah penyakit kardiovaskular (Irmawati, 2014).

Problem terbesar yang dihadapi masyarakat Indonesia saat ini adalah meningkatnya penderita penyakit stroke, diabetes, kanker, tumor, serta penyakit jantung koroner, yang banyak menyebabkan kematian bagi masyarakat. Penyebab kematian terbesar tersebut, salah satunya disebabkan oleh konsumsi makanan berlemak yang tidak berkualitas secara berlebihan. Salah satu sumber makanan berlemak adalah minyak goreng, kebiasaan masyarakat Indonesia menggunakan minyak goreng berkali-kali untuk penghematan biaya hidup, namun kualitas kandungan lemak akan berkurang (Irmawati, 2014).

Data dari Global Burden of Cancer (GLOBOCAN) yang dirilis oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa jumlah kasus dan kematian akibat kanker sampai dengan tahun 2018 sebesar 18,1 juta kasus dan 9,6 juta kematian di tahun 2018. Kematian akibat kanker diperkirakan akan terus meningkat hingga lebih dari 13,1 juta pada tahun 2030. Data hasil Riskesdas tahun 2013 dan tahun 2018 menunjukkan adanya peningkatan prevalensi kanker di Indonesia dari 1,4%

menjadi 1,49%. Provinsi Gorontalo memiliki peningkatan tertinggi dari 0,2% pada Riskesdas 2013 menjadi 2,44% Riskesdas 2018 (Kemenkes RI, 2019).

Kecenderungan meningkatnya jumlah penyandang stroke di Indonesia dalam dasawarsa terakhir kecenderungannya menyerang generasi muda yang masih produktif. Hal ini akan berdampak terhadap menurunnya tingkat produktivitas serta dapat mengakibatkan terganggunya sosial ekonomi keluarga tidak dapat dipungkiri bahwa peningkatan jumlah penderita stroke.

Negara Indonesia sendiri berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 prevalensi penyakit stroke meningkat dibandingkan tahun 2013 yaitu dari (7%) menjadi (10,9%). Secara nasional, prevalensi stroke di Indonesia tahun 2018 berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun sebesar (10,9%) atau diperkirakan sebanyak 2.120.362 orang. Berdasarkan kelompok umur kejadian penyakit stroke terjadi lebih banyak pada kelompok umur 55-64 tahun (33,3%) dan proporsi penderita stroke paling sedikit adalah kelompok umur 15-24 tahun. Laki-laki dan perempuan memiliki proporsi kejadian stroke yang hampir sama. Sebagian besar penduduk yang terkena stroke memiliki pendidikan tamat SD (29,5%). Prevalensi penyakit stroke yang tinggal di daerah perkotaan lebih besar yaitu (63,9%) dibandingkan dengan yang tinggal di pedesaan sebesar (36,1%) (Kemenkes RI, 2019).

Indonesia sendiri kasus timbulnya penyakit yang disebabkan oleh faktor makanan yang mengandung lemak trans yang berlebihan masih sangat tinggi kedudukannya, seperti jantung koroner, stroke, kanker dan tumor. Jumlah penderita kanker di Indonesia sangat tinggi. Hal ini terlihat dari berbagai data

kanker yang dipublikasikan baik oleh pemerintah maupun lembaga-lembaga kanker (Irmawaty, 2014).

Minyak goreng merupakan salah satu kebutuhan penting yang diperlukan oleh masyarakat Indonesia, kurang lebih dari 290 juta ton minyak dikonsumsi setiap tahunnya. Minyak goreng merupakan medium penggorengan bahan pangan yang banyak dikonsumsi masyarakat luas. Kerap digunakan sebagai tambahan ke dalam bahan pangan bertujuan untuk, sebagai media penggoreng atau penghantar panas. Fungsi dari minyak goreng juga sebagai penambah nilai kalori, mengubah tekstur dan cita rasa dari makanan yang telah diolah (Khoirunnisa, 2019).

Selama proses penggorengan minyak akan mengalami perubahan karakteristik fisik dan kimia minyak. Minyak yang digunakan dalam jangka waktu lama, akan menimbulkan rasa tidak enak. Hal ini karena terjadi beberapa reaksi pada minyak selama proses pengolahan, seperti oksidasi, polimerisasi dan hidrolisis sehingga mutu minyak akan menurun (Taufik, 2018).

Minyak goreng yang dipakai berkali-kali akan meningkatkan asam lemak bebas, dan hal ini akan menyebabkan bau yang tengik, bahan gorengan kurang menarik, cita rasa tidak enak, terjadi kerusakan vitamin A, D, E, K dan asam lemak esensial. Selain itu, yang lebih berbahaya adalah akan meningkatkan gugus radikal peroksida yang mengikat oksigen, sehingga mengakibatkan oksidasi terhadap jaringan sel tubuh manusia. Minyak jelantah apabila dikonsumsi terus menerus dalam jangka waktu yang lama akan membahayakan tubuh karena mengandung asam lemak jenuh yang sangat tinggi sehingga berbahaya bagi tubuh, karena dapat memicu berbagai penyakit penyebab kematian, seperti

penyakit jantung koroner, stroke, meningkatnya kadar lipid utamanya kolesterol darah, hipertensi, bahkan dapat memicu terjadinya kanker (Ardhany, 2018).

Pedagang gorengan di pinggiran jalan maupun di tempat-tempat usaha lainnya merupakan salah satu tempat yang memproduksi gorengannya seperti pisang goreng, bakwan, tahu isi dan sejenisnya, semua jenis makanan ini dimasak melalui proses penggorengan, kebanyakan pengelola tersebut tidak memakai minyak yang baru lebih memanfaatkan minyak goreng bekas pakai sebelumnya untuk penggorengan selanjutnya karena dianggap lebih ekonomis dan irit. Minyak atau lemak yang mengandung persentase asam lemak dengan kadar tinggi kurang baik untuk kesehatan, karena bila untuk menggoreng (digoreng atau dipanaskan) disamping akan mengalami penggumpalan juga akan membentuk asam lemak trans dan radikal bebas yang bersifat racun dan *karsinogenik* (Irmawaty, 2014).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti mengenai kurangnya pemahaman masyarakat terhadap bahayanya mengkonsumsi gorengan dari penggunaan minyak goreng yang berulang karena konsumsi minyak di masyarakat cukup tinggi, makanan gorengan lebih disukai dibanding rebus, karena terasa lebih gurih dan renyah. Selain itu juga Mengkonsumsi gorengan sebenarnya sudah menjadi hal yang biasa di masyarakat. Dalam hal ini, masih banyak masyarakat yang belum mengetahui bahwa minyak jelantah apabila dikonsumsi terus menerus dalam jangka waktu yang lama akan membahayakan tubuh karena mengandung asam lemak jenuh yang sangat tinggi sehingga berbahaya bagi tubuh, karena dapat memicu berbagai penyakit penyebab kematian, seperti penyakit jantung koroner, stroke, meningkatnya kadar lipid

utamanya kolesterol darah, hipertensi, bahkan dapat memicu terjadinya kanker (Ardhany, 2018).

Namun perlu diketahui bahwa ternyata masih saja terdapat penjual gorengan yang menggunakan minyak goreng sampai lebih dari 3 kali pemakaian, dan tidak mengetahui bahaya yang mengancam kesehatan apabila terus menerus mengkonsumsi gorengan yang sudah dimasak dengan minyak goreng lebih dari 3 kali pemakaian. hal ini dapat disimpulkan bahwa apabila minyak goreng yang digunakan lebih dari 3 kali tidak menutup kemungkinan adanya kadar asam Lemak Bebas yang tinggi yang dapat membahayakan dan beresiko bagi kesehatan. Tanpa disadari jajanan yang digoreng dengan menggunakan minyak goreng berulang kali dikonsumsi oleh banyak kalangan dan masyarakat umum.

Hasil Pra Laboratorium yang dilakukan di laboratorium Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo. Peneliti mengidentifikasi kadar asam lemak bebas pada minyak jenis curah sebelum dan sesudah dilakukan penggorengan, peneliti mengambil sampel minyak pada pedagang gorengan yang berada di Jln. Arif Rahman Hakim, karena dilihat dari banyaknya pengunjung yang sering membeli dan mengkonsumsi gorengan di tempat itu. Ditemukan dari hasil uji Pra-lab bahwa minyak goreng yang sebelum mengalami penggorengan kadar asam lemak bebasnya yaitu 0,19% memenuhi syarat yaitu kurang dari 0,3%, sedangkan minyak goreng yang telah mengalami penggorengan berulang kadar asam lemak bebasnya 0,47% tidak memenuhi syarat, menurut peraturan yang telah ditetapkan oleh kementerian perindustrian dan perdagangan yang di telah

diatur dalam SNI 7709:2012 –Minyak Goreng Sawit untuk kadar asam lemak bebas maksimal 0,3%.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan perilaku seperti itu tanpa disadari baik oleh penjual gorengan maupun konsumen dari kalangan masyarakat telah membuka peluang untuk terbiasa mengkonsumsi dan mengolah makanan yang tinggi lemak yang dapat membahayakan kesehatan tubuh manusia.

Berdasarkan alasan tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang identifikasi keberadaan asam lemak bebas pada minyak goreng jenis curah berdasarkan waktu pemakaian pada pedagang gorengan di Kecamatan Kota Tengah Kota Gorontalo.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah, yakni sebagai berikut :

1. Kurangnya pemahaman masyarakat terhadap bahaya mengkonsumsi gorengan dari penggunaan minyak goreng yang berulang kali untuk kesehatan.
2. Kurangnya kesadaran bagi pedagang gorengan tentang penggunaan minyak goreng yang dipakai lebih dari tiga kali.
3. Kurangnya hygiene dan sanitasi pada pedagang goreng terhadap penggunaan minyak goreng berulang demi menghemat minyak dan cara penyimpanan minyak goreng.

1.3 Rumusan Masalah

Salah satu faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas minyak goreng curah adalah kandungan asam lemak bebasnya. Semakin tinggi kandungan asam lemak bebas maka kualitas minyak tersebut semakin rendah. Waktu pemakaian berpengaruh terhadap kadar asam lemak bebas/*Free Fatty Acid* (FFA) pada minyak goreng jenis curah. Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan permasalahan yang ada, yaitu identifikasi keberadaan asam lemak bebas pada minyak goreng jenis curah berdasarkan waktu pemakaiannya pada pedagang gorengan di Kecamatan Kota Tengah Kota Gorontalo.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui keberadaan asam lemak bebas pada minyak goreng jenis curah berdasarkan waktu pemakaiannya pada pedagang gorengan di Kecamatan Kota Tengah Kota Gorontalo.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kadar asam lemak bebas dalam minyak goreng jenis curah berdasarkan waktu pemakaiannya pada pedagang gorengan sebelum dilakukan penggorengan di Kecamatan Kota Tengah Kota Gorontalo.
2. Untuk mengetahui kadar asam lemak bebas dalam minyak goreng jenis curah berdasarkan waktu pemakaiannya pada pedagang gorengan sesudah dilakukan penggorengan di Kecamatan Kota Tengah Kota Gorontalo.
3. Untuk mengetahui kadar asam lemak bebas dalam minyak goreng jenis curah tersebut apakah memenuhi syarat atau tidak memenuhi syarat yang telah

diaturan pada standar mutu minyak goreng di Indonesia dalam SNI 7709-2012.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Adanya penelitian ini bermanfaat sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dalam meneliti masalah kadar asam lemak bebas yang aman bagi kesehatan tubuh dan aman untuk dikonsumsi, serta menambah informasi bagi pembaca mengenai ilmu kesehatan masyarakat di bidang lingkungan khususnya dalam sanitasi makanan untuk menambah dan memperdalam pengetahuan mengenai kadar Asam lemak bebas pada minyak goreng.

1.5.2 Manfaat Praktis

Memberikan informasi tambahan kepada masyarakat untuk meminimalisir penggunaan minyak goreng berulang. Penelitian ini bermanfaat sebagai informasi kepada masyarakat khususnya konsumen untuk membatasi dalam mengkonsumsi gorengan dengan minyak goreng yang pemakaiannya berulang kali pada pedagang gorengan.