



**GAMBARAN UMUM PENGGUNAAN GULA TAMBAHAN
DALAM PRODUK PANGAN OLAHAN KEMASAN YANG
TERSEDIA DI SUPERMARKET RITEL X DI DAERAH
CIKARANG PADA TAHUN 2019**

SKRIPSI

BERLIANA BUDI PUTRI

1510714041

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2019**



**GAMBARAN UMUM PENGGUNAAN GULA TAMBAHAN
DALAM PRODUK PANGAN OLAHAN KEMASAN YANG
TERSEDIA DI SUPERMARKET RITEL X DI DAERAH
CIKARANG PADA TAHUN 2019**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

BERLIANA BUDI PUTRI

1510714041

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2019**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Berliana Budi Putri
NRP : 1510714041
Tanggal : 08 Juli 2019

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia untuk memperbaikinya, serta dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 08 Juli 2019

Yang Menyatakan,



(Berliana Budi Putri)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Berbagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Berliana Budi Putri
NRP : 1510714041
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Gambaran Umum Penggunaan Gula Tambahan dalam Produk Pangan Olahan Kemasan yang Tersedia di Supermarket Ritel X di Daerah Cikarang pada Tahun 2019”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 08 Juli 2019

Yang menyatakan,



(Berliana Budi Putri)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Berliana Budi Putri

NRP : 1510714041

Judul : “Gambaran Umum Penggunaan Gula Tambahan dalam Produk Pangan Olahan Kemasan yang Tersedia di Supermarket Ritel X di Daerah Cikarang pada Tahun 2019”

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Menyetujui,



Sintha Fransiske Simanungkalit, M.KM

Ketua Penguji

~~M. Iksan Ammar, M.Kes~~

~~Penguji~~



~~Dr. Drg. Wahyu Sulistiadi, MARS~~

~~Dekan FIKES UPNVJ~~

Luh Desi Puspareni, S.T.Gizi, M.Gizi

Penguji II (Pembimbing)



Taufik Maryusman, S.Gz, M.Gizi, M.Pd

Ketua Progdi S1 Ilmu Gizi



Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 08 Juli 2019

GAMBARAN UMUM PENGGUNAAN GULA TAMBAHAN DALAM PRODUK PANGAN OLAHAN KEMASAN YANG TERSEDIA DI SUPERMARKET RITEL X DI DAERAH CIKARANG PADA TAHUN 2019

Berliana Budi Putri

Abstrak

Konsumsi gula tambahan diungkit sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat yang penting. Kementerian Kesehatan Indonesia merekomendasikan batas konsumsi gula per hari yaitu sebesar 10% dari total kebutuhan energi atau setara 50 gram gula murni. Salah satu sumber utama konsumsi gula tambahan masyarakat Indonesia berasal dari produk pangan kemasan. Supermarket merupakan tempat penjualan utama untuk berbagai produk pangan kemasan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran umum penggunaan gula tambahan dalam produk pangan olahan kemasan yang tersedia di Supermarket Ritel X di daerah Cikarang pada tahun 2019. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel terdiri dari 841 produk pangan olahan kemasan yang diambil dengan cara *total sampling*. Data diambil menggunakan formulir berdasarkan informasi yang tertera pada label kemasan pangan. Identifikasi jenis gula tambahan dilakukan dengan fungsi *Unique Value*. Frekuensi penggunaan berbagai jenis gula tambahan dihitung dengan fungsi *Find All* pada Microsoft Excel 2013. Hasil penelitian menunjukkan proporsi produk pangan olahan kemasan dengan gula tambahan yaitu sebesar 90,49 % (n=761), teridentifikasi 18 jenis istilah gula tambahan. Istilah yang paling sering digunakan adalah “gula”. Baik masyarakat maupun pemanufaktur diharapkan untuk lebih memperhatikan informasi mengenai gula tambahan dalam produk pangan olahan kemasan sehingga meminimalisir dampak kesehatan yang tidak diinginkan dari konsumsi gula berlebih.

Kata Kunci : Gula Tambahan, Gula Bebas, Produk Pangan Kemasan

GENERAL DESCRIPTION OF ADDED SUGARS USAGE IN PACKAGED PROCESSED FOOD PRODUCTS AVAILABLE AT X RETAIL SUPERMARKET IN CIKARANG REGION 2019

Berliana Budi Putri

Abstract

The consumption of added sugar is raised as an important public health issue. The Indonesian Ministry of Health recommends a limit of sugar consumption per day, which is equal to 10% of daily total energy needs or equivalent to 50 grams of sugar. One of the main sources of added sugar consumption for the Indonesian population comes from processed packaged food products. Retail supermarket is the main market for various processed packaged food products. The purpose of this study was to provide a general description about the use of added sugar in packaged processed food products available at X Retail Supermarket in Cikarang region 2019. This research was a descriptive study with a quantitative approach. 841 samples of packaged processed food products were selected by total sampling. Data was gathered using a form based on the information printed on the food label. Identification of added sugar types was carried out with a unique value function. The frequency of use for various types of added sugar was calculated by the find all function in Microsoft Excel 2013. The result of the study shows that the proportion of packaged processed food products with added sugars is 90.49% (n = 761). The most commonly used term is "sugar". Both the public and manufacturers are expected to pay more attention to information about added sugars in packaged processed food products so as to minimize the undesirable health effects of consuming excess sugar.

Keywords: Added Sugar, Free Sugar, Packaged Processed Food Products

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Gizi. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yaitu “Gambaran Umum Penggunaan Gula Tambahan dalam Produk Pangan Olahan Kemasan yang Tersedia di Supermarket Ritel X di Daerah Cikarang pada Tahun 2019” yang dilaksanakan mulai bulan April 2019 sampai bulan Juli 2019.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca agar dapat dijadikan masukan. Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah terlibat secara langsung ataupun tidak langsung dalam proses pengerjaan skripsi ini. Adapun pihak-pihak tersebut antara lain :

1. Kepada Allah SWT yang telah memberikan kesehatan serta kenikmatan sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini.
2. Kepada kedua orang tua serta keluarga besar yang telah memberikan doa, semangat, serta bantuan secara moril dan materil.
3. Bapak Taufik Maryusman, S.Gz, M.Gizi, M.Pd selaku ketua program studi S1 Ilmu Gizi UPN “Veteran” Jakarta
4. Ibu Luh Desi Puspareni, S.T.Gizi, M.Gizi, Bapak M. Ikhsan Ammar, M.Kes, dan Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, M.KM selaku dosen pembimbing dan penguji yang telah memberikan arahan, dan masukan untuk proposal skripsi ini.
5. Seluruh Dosen S1 Ilmu Gizi UPN “Veteran” Jakarta
6. Seluruh teman-teman Gizi angkatan 2015

Jakarta, 08 Juli 2019

Penulis

Berliana Budi Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1. Latar Belakang	1
I.2. Rumusan Masalah	3
I.3. Tujuan Penelitian	4
I.4. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1. Gula Tambahan	6
II.2. Efek Konsumsi Gula Tambahan Terhadap Kesehatan.....	11
II.3. Jumlah Konsumsi Gula Tambahan di Indonesia.....	12
II.4. Sumber Konsumsi Gula Tambahan di Indonesia.....	13
II.5. Produk Pangan Olahan	14
II.6. Regulasi Terkait Gula dalam Pangan Olahan di Indonesia.....	18
II.7. Kerangka Teori.....	20
II.8. Kerangka Konsep	21
II.9. Matriks Penelitian Terdahulu	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	22
III.2 Desain Penelitian.....	22
III.3 Populasi dan Sampel	22
III.4 Pengumpulan Data	23
III.5 Etik Penelitian	26
III.6 Definisi Operasional.....	26
III.7 Analisis Data	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	28
IV.1 Gambaran Umum Penelitian	28
IV.2 Hasil Analisis	29
IV.3 Keterbatasan Penelitian	42

BAB V PENUTUP.....	43
V.1 Kesimpulan	43
V.2 Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	45
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Karbohidrat Berdasarkan Derajat Polimerisasi.....	8
Tabel 2	Kategori Produk Pangan Olahan menurut BPOM RI.....	14
Tabel 3	Sebaran Produk Pangan Olahan Kemasan	30
Tabel 4	Jenis Gula Tambahan dan Frekuensinya pada Produk Pangan Olahan Kemasan.....	32
Tabel 5	Proporsi Produk Pangan Olahan Kemasan dengan Gula Tambahan ...	34
Tabel 6	Kadar Gula Total dalam Produk Pangan Olahan Kemasan	38
Tabel 7	Presentase Penggunaan Gula Tambahan terhadap Anjuran Konsumsi Gula Oleh Kementerian Kesehatan Indonesia	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori Penelitian.....	20
Gambar 2	Kerangka Konsep Penelitian.....	21
Gambar 3	Diagram Alir Prosedur Penelitian.....	24
Gambar 4	Lokasi Penelitian.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Matriks Penelitian Terdahulu
Lampiran 2	Definisi Operasional
Lampiran 3	Surat Persetujuan Etik
Lampiran 4	Surat Izin Penelitian
Lampiran 5	Formulir Penelitian
Lampiran 6	Hasil Output Analisis Univariat
Lampiran 7	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 8	Berita Acara
Lampiran 9	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 10	Hasil Turnitin