

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Gula tambahan merupakan suatu kelompok klasifikasi gula (monosakarida dan disakarida) berdasarkan keberadaannya dalam produk pangan. Gula tambahan didefinisikan sebagai gula atau sirup gula yang ditambahkan pada produk pangan selama persiapan atau proses pengolahan produk pangan. Bahan-bahan yang termasuk dalam gula tambahan diantaranya adalah gula rafinasi, sirup jagung tinggi fruktosa, madu, dan konsentrat sari buah. Gula alami yang terdapat pada bahan pangan tidak dikategorikan sebagai gula tambahan. Contoh gula alami adalah laktosa yang terdapat pada susu, dan sukrosa atau fruktosa yang terdapat pada buah dan sayur (Scapin *et.al*, 2017).

Konsumsi gula tambahan telah diungkit sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat yang penting (WHO, 2015). Tingginya konsumsi gula tambahan berpengaruh terhadap kualitas zat gizi dalam diet sehari-hari. Konsumsi gula tambahan terutama dapat meningkatkan densitas energi diet dan menggantikan serta menurunkan absorpsi zat gizi esensial yang terdapat pada makanan (Murphy *et.al*, 2003 dan O'Connor *et.al*, 2013). Tinjauan sistematis dan analisis-meta telah menunjukkan bukti bahwa konsumsi tinggi gula tambahan berhubungan dengan peningkatan resiko beberapa penyakit terutama karies gigi (Moynihan *et.al*, 2014), obesitas (Te Morenga *et.al*, 2013), diabetes melitus (Xi *et.al*, 2014), dan penyakit jantung koroner (Te Morenga *et.al*, 2014).

Berdasarkan pertimbangan tentang dampak kesehatan yang dapat ditimbulkan oleh konsumsi gula berlebih maka, Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Indonesia pada peraturan Nomor 30 Tahun 2013 merekomendasikan batas konsumsi gula per hari yaitu sebesar 10% dari total kebutuhan energi atau setara dengan 4 sendok makan (50 gram) gula murni. Selain peraturan Kementerian Kesehatan, pembatasan gula juga menjadi bagian dari pedoman umum gizi seimbang. Batas yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan memiliki kesamaan dengan batas anjuran yang disarankan oleh World Health

Organization (WHO) sebelumnya pada tahun 2003, namun pada saat ini WHO dan Food and Drug Administration (FDA) telah merevisi angka rekomendasi tersebut menjadi kurang dari 10%, bahkan 5% pada kondisi tertentu (WHO, 2015).

Menurut tinjauan sistematis yang dilakukan oleh Atmarita *et.al* (2018), salah satu sumber utama konsumsi gula tambahan masyarakat Indonesia berasal dari produk pangan kemasan. Gula tambahan dalam produk pangan kemasan biasa digunakan sebagai bahan untuk meningkatkan cita rasa produk pangan atau sebagai bahan pengawet (Scapin *et.al*, 2017). Penggunaan gula tambahan memiliki peran dalam menentukan cita rasa makanan (Goldfein *et.al*, 2015) Supermarket merupakan tempat penjualan utama untuk berbagai macam produk pangan kemasan (Rangkuti, 2018). Selain itu, supermarket besar yang ada di Indonesia biasanya dikelola dengan cara ritel dan memiliki variasi produk yang hampir sama di setiap outletnya. Berdasarkan alasan tersebut, maka supermarket dinilai dapat mewakili sebagian besar pasar produk pangan olahan kemasan di Indonesia. Beberapa penelitian telah menyelidiki keberadaan gula tambahan dalam produk pangan kemasan yang dijual di supermarket dengan mempertimbangkan sejumlah besar produk dari beberapa kelompok makanan, penelitian Acton *et.al* (2017) tentang penggunaan gula tambahan dalam produk pangan kemasan di Kanada, menemukan bahwa 66% produk pangan kemasan yang tersedia di supermarket Kanada mengandung gula tambahan. Popkin *et.al* (2016) pada studi yang hampir serupa di Amerika Serikat menemukan bahwa 68% produk pangan kemasan yang tersedia di Amerika mengandung gula tambahan. Dari berbagai penelitian yang ada, hanya sedikit data yang ditemukan mengenai penggunaan gula tambahan pada produk pangan kemasan yang tersedia secara umum di Indonesia (Atmarita *et.al*, 2018).

Hasil Studi Diet Total (SDT) pada tahun 2014 menyimpulkan bahwa rata-rata konsumsi gula tambahan masyarakat Indonesia untuk seluruh kelompok umur yaitu sebesar 25,6 gram gula/hari. Angka tersebut jika dibandingkan dengan rekomendasi konsumsi gula oleh Kementerian Kesehatan, maka telah memenuhi 51% dari batas konsumsi yang ditetapkan. Selain itu, Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013 menyatakan bahwa lebih dari 50% warga Indonesia

mengonsumsi makanan manis dengan frekuensi lebih dari satu kali per hari. Hasil ini didapatkan pula di Provinsi Jawa Barat, sebanyak 50,1% penduduk Jawa Barat mengonsumsi makanan manis dengan frekuensi >1 kali per hari (RISKESDAS, 2013). Kabupaten Bekasi merupakan kota dengan wilayah dan jumlah penduduk terbesar ketiga di Jawa Barat (Kemendagri, 2017). Kota Cikarang merupakan pusat pemerintahan dari Kabupaten Bekasi, Kota Cikarang juga dikenal sebagai kota industri terbesar di Asia Tenggara, sehingga banyak penduduk (72,5% angkatan kerja) di kota ini bekerja sebagai karyawan atau buruh di suatu perusahaan industri (BPS, 2018). Wiss *et.al* (2018) berpendapat bahwa masyarakat, terutama yang tinggal di daerah perkotaan dan industri mengalami perubahan gaya hidup sedemikian rupa, salah satu diantaranya adalah perubahan pola konsumsi gula dan makanan manis. Masyarakat di daerah perkotaan dan industri dinilai memiliki peningkatan dalam konsumsi gula. Perubahan pola konsumsi gula dikhawatirkan akan meningkatkan asupan gula masyarakat hingga melebihi batas yang dianjurkan oleh Kemenkes RI, sehingga dapat menimbulkan dampak kesehatan yang tidak diinginkan. Hal tersebut menjadi alasan utama untuk melakukan penelitian tentang gambaran umum penggunaan gula tambahan dalam produk pangan olahan kemasan yang tersedia di supermarket ritel di Indonesia, khususnya di daerah Cikarang.

Berdasarkan alasan yang telah diuraikan, maka tujuan utama 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. Khususnya mengetahui keberadaan dan jenis gula tambahan yang digunakan dalam produk pangan olahan kemasan dengan cara menganalisis informasi yang tersedia pada label pangan. Informasi yang dihasilkan diharapkan dapat menjadi acuan untuk menentukan kebijakan yang berkaitan dengan konsumsi gula tambahan di Indonesia pada masa yang akan datang.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Gambaran Umum Penggunaan Gula Tambahan dalam

Produk Pangan Olahan Kemasan yang Tersedia di Supermarket Ritel X di Daerah Cikarang pada Tahun 2019?”

I.3 Tujuan

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran umum penggunaan gula tambahan dalam produk pangan olahan kemasan yang tersedia di Supermarket Ritel X di daerah Cikarang pada tahun 2019.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui sebaran produk pangan olahan kemasan yang tersedia di Supermarket Ritel X di daerah Cikarang pada tahun 2019 berdasarkan kategori pangan olahan Badan Pengelola Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM RI).
- b. Mengidentifikasi jenis gula tambahan yang digunakan dalam produk pangan olahan kemasan yang tersedia di Supermarket Ritel X di daerah Cikarang pada tahun 2019.
- c. Mengetahui frekuensi berbagai jenis gula tambahan yang digunakan dalam produk pangan olahan kemasan yang tersedia di Supermarket Ritel X di daerah Cikarang pada tahun 2019.
- d. Mengetahui proporsi produk pangan olahan kemasan dengan gula tambahan baik secara keseluruhan maupun berdasarkan kategori produk pangan olahan kemasan yang tersedia di Supermarket Ritel X di daerah Cikarang pada tahun 2019.
- e. Mengetahui kadar gula total yang terdapat pada produk pangan olahan kemasan yang tersedia di Supermarket Ritel X di daerah Cikarang pada tahun 2019.
- f. Mengetahui presentase penggunaan gula tambahan terhadap anjuran konsumsi gula oleh Kementerian Kesehatan Indonesia pada produk pangan olahan kemasan, baik secara keseluruhan maupun berdasarkan kategori produk pangan olahan yang tersedia di Supermarket Ritel X di daerah Cikarang pada tahun 2019.

I.4 Manfaat

I.4.1 Bagi Responden

Diharapkan responden dapat memanfaatkan informasi yang dihasilkan dari penelitian ini untuk mengevaluasi kesesuaian nilai gizi produk dengan regulasi yang ada.

I.4.2 Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi tentang keberadaan gula tambahan pada produk pangan olahan kemasan yang tersedia di salah satu supermarket ritel di Indonesia sehingga masyarakat dapat membuat pilihan makanan yang lebih baik dan sesuai dengan kebutuhannya.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai konsumsi gula tambahan masyarakat Indonesia. Selain itu diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan untuk menentukan kebijakan yang berkaitan dengan konsumsi dan penggunaan gula tambahan di Indonesia.

I.4.4 Bagi Pemerintah

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan untuk menentukan kebijakan yang berkaitan dengan konsumsi dan penggunaan gula tambahan di Indonesia, terutama penentuan kebijakan oleh Kementerian Kesehatan dan BPOM RI.

