

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Makanan merupakan salah satu kebutuhan utama setiap manusia di dunia. Makanan yang bergizi dan aman merupakan kunci penting untuk mendukung kehidupan dan menyokong kesehatan yang baik. Salah satu jenis makanan yang sering dikonsumsi adalah jajanan.

Menurut Kemenkes RI (2003) tentang Pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan, jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan di tempat penjualan atau disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain yang disajikan jasa boga, rumah makan/restoran, dan hotel. Sedangkan menurut Adriani dan Wirjatmadi (2012) makanan jajanan adalah makanan yang di oersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan tempat – tempat keramaian umum yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahn lebih lanjut.

Makanan jajanan yang biasanya disukai masyarakat adalah makanan dengan warna, tekstur, penampilan, aroma dan rasa yang menarik (Febri, 2006). Jajanan yang dapat langsung dikonsumsi tanpa proses pengolahan lebih lanjut contohnya adalah cakue, cireng, cilok, cimol, gulali dan ragam lainnya (Direktorat Perlindungan Konsumen, 2006).

Salah satu kandungan gizi jajanan adalah lemak. Lemak banyak dijumpai dalam makanan sehari-hari baik nabati maupun hewani. Lemak merupakan sumber energi padat menghasilkan 9 kkal untuk setiap gramnya. Lemak merupakan simpanan cadangan energi tubuh yang paling besar, yang berasal

dari satu atau kombinasi zat energi yaitu protein, lemak, dan karbohidrat (Almatsier, 2004). Lemak juga memiliki beberapa fungsi yaitu sebagai sumber energi, bagian dari membran sel, mediator aktivitas biologis antar sel, isolator dalam menjaga keseimbangan suhu tubuh, pelindung organ-organ tubuh serta pelarut vitamin A, D, E dan K. Selain itu, penambahan lemak dalam makanan menambah rasa lezat dan mengubah tekstur makanan menjadi lebih lembut serta gurih. Energi yang dihasilkan lemak dalam tubuh berjumlah 2 kali lebih banyak dibandingkan protein dan karbohidrat (Fennema, 1996).

Asupan jajanan yang berlebihan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan asupan energi. Jika asupan lemak pada jajanan $\geq 20\%$ total asupan lemak per hari maka risiko untuk terjadi obesitas menjadi 3,7 kali lebih besar (Dini, 2017). Selain obesitas, dampak konsumsi lemak yang berlebihan dapat menyebabkan hipertensi.

Di Indonesia masalah hipertensi cenderung meningkat, Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2001 menunjukkan 8,3% penduduk menderita hipertensi dan meningkat tahun 2004 menjadi 27,5%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007 menunjukkan pada pengukuran tekanan darah usia 18 tahun ke atas ditemukan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 31,7% dimana hanya 7,2% penduduk yang sudah mengetahui memiliki hipertensi dan hanya 0,4% kasus yang minum obat hipertensi.

Untuk dewasa, WHO merekomendasikan asupan lemak sebaiknya kurang dari 30% total energi. Permenkes no 30 tahun 2013 menganjurkan konsumsi lemak 67 gram per hari. Hasil survey pada 45 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, terdapat 8 kelompok jajanan yang sering

dikonsumsi mahasiswa yaitu *Taiwan street snacks*, kentang goreng, batagor, weci, siomay, cilok, roti bakar, dan jasuke (jagung susu keju).

Berdasarkan uraian diatas, maka akan dilakukan analisis lebih lanjut mengenai kadar lemak pada delapan kelompok jajanan di lingkungan Universitas Brawijaya.

1.2 Rumusan Masalah

Berapakah rata – rata kadar lemak yang diperoleh pada delapan kelompok jajanan di lingkungan Universitas Brawijaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui rata - rata kadar lemak pada delapan kelompok jajanan di lingkungan Universitas Brawijaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk membandingkan rata – rata kadar lemak per 100 gram dari delapan jajanan di lingkungan Universitas Brawijaya.
2. Untuk membandingkan rata – rata lemak dengan yang dianjurkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan dalam ilmu pengetahuan di bidang kedokteran khususnya kesehatan masyarakat tentang pentingnya mengetahui kandungan zat gizi pada makanan jajanan agar lebih selektif dalam memilih.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada masyarakat dalam memilih makanan jajanan khususnya memperhatikan dari segi kandungan gizi.