

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Minyak goreng merupakan minyak yang berasal dari lemak tumbuhan yang dimurnikan berbentuk cair melalui proses produksi yang panjang yang kemudian dikemas menjadi minyak yang digunakan untuk menggoreng. Beberapa bahan produksi yang dapat menghasilkan minyak goreng diantaranya yaitu kelapa, kelapa sawit, kacang tanah, jagung, kedelai, bunga matahari dan kanola. Indonesia menjadi pusat penghasil minyak sawit terbesar didunia. Hal ini berdasarkan data tercatat dalam Gabungan Pengusaha Kelapa Sawit Indonesia (GAPKI) pada tahun 2021 produksi minyak sawit atau *Crude Palm Oil* (CPO) Indonesia mencapai 46.888 juta ton. Angka tersebut turun 0,31 persen dibanding produksi pada tahun 2020 yang mencapai 47.034 juta ton.

Meski sektor produksi minyak sawit mengalami penurunan, justru pola konsumsi masyarakat terhadap minyak sawit dalam negeri pada tahun yang sama mengalami peningkatan. GAPKI mencatat, konsumsi minyak sawit dalam negeri pada 2021 mencapai 18.422 juta ton atau naik 6% dibanding konsumsi tahun 2020 sebesar 17.349 juta ton. Menurut data Index Mundi, konsumsi minyak sawit di Indonesia mencapai 15,4 juta ton sepanjang 2021. Jumlah ini hampir dua kali lipat dari konsumsi minyak sawit di India yang sebesar 8,5 juta ton. Di bawah India ada Tiongkok, dengan konsumsi minyak sawit 7 juta ton. Diikuti gabungan 27 negara Uni Eropa dengan konsumsi minyak sawit 6,6 juta ton, dan Pakistan 3,48 juta ton.

Meningkatnya pola konsumsi minyak goreng pada masyarakat diakibatkan dari meningkatnya konsumsi masyarakat terhadap makanan gorengan. Sehingga beberapa meningkatnya penyakit degeneratif diduga berhubungan dengan pola konsumsi minyak goreng yang berlebihan. Sebagian besar makanan yang melalui proses penggorengan dalam produk olahan rumah tangga mayoritas menggunakan minyak yang digunakan berulang kali yang biasa disebut dengan minyak jelantah. Penggunaan minyak goreng yang berulang-ulang inilah yang mengakibatkan peningkatan kejenuhan asam lemak minyak sehingga berdampak buruk terhadap kesehatan (Zainullah., dkk., 2022).

Hal ini ditegaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Thadeus (2021) menyatakan bahwa pemakaian minyak jelantah berdampak buruk terhadap kesehatan, karena di dalam tubuh minyak jelantah dengan angka peroksida yang tinggi berperan sebagai radikal bebas yang dapat memicu terjadinya kerusakan oksidatif, dan bila terjadi terus menerus dipakai untuk jangka waktu yang lama dapat menimbulkan penyakitpenyakit yang bersifat kronis dan degenerative.

Hasil survei kesehatan Indonesia mengindikasikan bahwa angka kematian dan kesakitan terus meningkat akibat dari penyakit kardiovaskuler. Hal ini disebabkan karena faktor perubahan gaya hidup terutama pada pola makan dan *sedentary lifestyle* (Mozaffarian., dkk., 2004). Pada masyarakat dimasa sekarang makanan yang digoreng sangat menjadi pilihan utama para ibu rumah tangga untuk dijadikan makanan pokok keseharian karena rasanya yang lezat dan pembuatannya praktis. Ayam, telur, daging, dan kentang jenis makanan tersebut sangat tinggi energi dan protein. Apabila makanan tersebut disajikan dengan minyak goreng yang sudah dipakai berkali-kali maka akan menimbulkan asam lemak trans yang berbahaya bagi tubuh.

Kerusakan minyak akan mempengaruhi kualitas dan nilai gizi makanan yang digoreng. Pemanasan minyak goreng dengan suhu yang tinggi menyebabkan minyak teroksidasi. Minyak yang teroksidasi menghasilkan makanan berwarna kurang menarik, rasa yang tidak enak, kerusakan vitamin dan asam lemak esensial di dalam minyak, menimbulkan bau tengik pada minyak dan lemak (Noriko, dkk., 2012). Minyak goreng sawit berkontribusi terhadap asupan gizi omega 9, Vitamin A, vitamin D, dan vitamin E. Dalam 14 tahun akan terjadi peningkatan konsumsi minyak goreng di negara-negara dunia sebanyak 40%. Dari konsumsi minyak goreng dunia itu, kontribusi minyak goreng sawit (*palm oil*) cukup besar mencapai 27,5% untuk makanan, farmasi dan *oleo chemical* (Sari, dkk., 2012).

Pada tahun 2022 diketahui rata-rata konsumsi minyak goreng rumah tangga tertinggi berada di Riau sebesar 4,91 liter per bulan. Konsumsi terendah di Sulawesi Tenggara 2,24 liter per bulan (BPS, 2022). Provinsi Riau merupakan kabupaten yang memiliki banyak UMKM berjenis makanan yang berupa gorengan. Tak jarang tampak dari minyak goreng berwarna hitam pekat, itu artinya minyak goreng telah digunakan berulang kali bahkan sehari-hari tetap menggunakan minyak jelantah tersebut. Bukan hanya penjual gorengan, penjual kerupuk, bahkan warung-warung yang ada di wilayah Riau juga menggunakan minyak jelantah untuk menggoreng makanan Kembali.

Penelitian ini dilakukan di Desa Marsawa, Kecamatan Sentajo Raya, Kabupaten Kuantan Singingi, Provinsi Riau. Hasil wawancara pada tanggal 25 Mei 2023 yang dilakukan penelitian kepada 47 warga desa Marsawa diketahui bahwa warga menggunakan minyak goreng untuk menumis, menggoreng nasi, dan sambel-sambel. Padahal untuk hal yang membutuhkan minyak goreng yang hanya sedikit bisa diganti dengan menggunakan mentega atau margarin, sayur-sayuran lalapan yang perlu dimasak tidak semuanya perlu di goreng, bisa juga dengan direbus atau dikukus, justru menjadikan masakan menjadi lebih

sehat dan hemat. Warga Desa Marsawa yang memiliki usaha UMKM yang bergerak dibidang *bakery and pastry* pun masih banyak menggunakan minyak goreng yang pada dasarnya bisa diganti dengan margarin yang dicairkan. Sehingga berdasarkan hasil survey tersebut nampak tergambar bahwa pola konsumsi masyarakat terhadap minyak goreng tidak efisien bahkan berlebihan dan tidak sehat.

Oleh karena kecenderungan masyarakat Riau untuk mengonsumsi makanan goreng sangat besar dengan bukti banyaknya makanan goreng yang dijual di Riau dan salah satunya di Desa Marsawa maka peneliti memilih desa yang ada di Riau yaitu Desa Marsawa, Kecamatan Sentajo raya, Kabupaten Kuantan Singingi sebagai lokasi penelitian. Dengan demikian peneliti melakukan penelitian yang berjudul: “Pola Konsumsi Minyak Goreng Pada 47 Warga Desa Marsawa Riau”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana hubungan tingkat pendidikan dengan pola konsumsi minyak goreng pada 47 warga di Desa Marsawa Riau?
2. Bagaimana frekuensi pembelian minyak goreng pada 47 warga di Desa Marsawa Riau?
3. Apakah ada hubungan usia dengan frekuensi konsumsi minyak goreng pada 47 warga di Desa Marsawa Riau?
4. Apakah ada hubungan jumlah keluarga dengan frekuensi minyak goreng per hari pada 47 warga di Desa Marsawa Riau?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah, dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Mengetahui hubungan tingkat pendidikan dengan pola konsumsi minyak goreng pada 47 warga di Desa Marsawa Riau.
2. Mengetahui frekuensi pembelian minyak goreng pada 47 warga di Desa Marsawa Riau.
3. Mengetahui hubungan usia dengan frekuensi konsumsi minyak goreng pada 47 warga di Desa Marsawa Riau.
4. Mengetahui hubungan jumlah keluarga dengan frekuensi minyak goreng per hari pada

47 warga di Desa Marsawa Riau.

D. Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini dapat mengetahui frekuensi konsumsi minyak goreng di Desa Marsawa. Memberikan informasi mengenai konsumsi gorengan dan hubungannya dengan kesehatan masyarakat di Desa Marsawa sehingga masyarakat desa lebih memperhatikan dalam memilih dan mengonsumsi makanan.