

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu upaya untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas adalah dengan memperbaiki kualitas konsumsi pangan masyarakat. Konsumsi yang berkualitas dapat diwujudkan apabila makanan yang dikonsumsi sehari-hari mengandung zat gizi lengkap sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan jumlah yang berimbang berdasarkan cita rasa, daya cerna, dan daya beli masyarakat. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah pengetahuan pangan dan gizi, selain faktor kesediaan pangan, produksi pangan, dan pengeluaran pangan. Sehingga diperlukan pendidikan gizi secara formal dan non formal.

Masalah kekurangan gizi masih tersebar luas di negara-negara berkembang, termasuk di Indonesia. Pada sisi lain, masalah kelebihan gizi adalah masalah gizi di negara maju yang juga mulai terlihat di negara berkembang, termasuk di Indonesia sebagai dampak keberhasilan di bidang ekonomi. Penyuluhan gizi secara luas perlu digerakkan bagi masyarakat guna perubahan perilaku untuk meningkatkan keadaan gizinya.

Pengolahan makanan yang sehat bagi tubuh adalah pengetahuan mendasar mengenai kebaikan dan keburukan terhadap metode pengolahan makanan. Jika salah dalam mengolah bahan makanan, bisa jadi bahan makanan tersebut yang tadinya menyehatkan secara sempurna sebaliknya menjadi serangan bagi kesehatan tubuh. Dalam proses pengolahan makanan yang sehat, sebaiknya menggunakan alat masak yang berbeda setiap kalinya pada saat mempersiapkan bahan mentah. Makanan sehari-hari yang dipilih dengan baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Sebaliknya, bila makanan tidak dipilih dengan baik tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat gizi esensial tertentu. Zat gizi esensial adalah zat-zat yang berasal dari makanan(Sunita Almatier 2002).

Zat gizi dapat dibagi menjadi kelompok makronutrien yang terdiri atas karbohidrat, lemak serta protein, dan kelompok mikronutrien yang terdiri atas vitamin dan mineral (Hartono, 2006). Kebutuhan gizi antara individu bervariasi, ditentukan atau dipengaruhi oleh jenis kelamin, umur, ukuran tubuh (berat badan dan tinggi badan), keadaan fisiologis (hamil dan menyusui), aktivitas fisik serta metabolisme tubuh. Oleh karena itu, jumlah zat gizi yang diperoleh melalui konsumsi pangan harus mencukupi kebutuhan tubuh untuk melakukan kegiatan fisik internal dan eksternal, pertumbuhan bagi usia bayi, balita, anak, dan remaja, atau untuk aktivitas dan pemeliharaan tubuh bagi orang dewasa dan lanjut usia.

Dalam tubuh manusia energi dapat dihasilkan karena adanya proses pembakaran karbohidrat, protein dan lemak sehingga manusia sangat membutuhkan makanan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan energinya. Kebutuhan energi manusia tergantung pada tinggi dan berat badannya sehingga perlu adanya perhitungan untuk mencapai kebutuhan energinya. Status gizi seseorang tersebut dapat diukur dan dinilai. Dengan menilai status gizi seseorang atau sekelompok orang maka dapat diketahui apakah seseorang atau sekelompok orang tersebut status gizinya baik ataukah tidak baik .

Kebiasaan makan ibu pedagang bahan makanan penting untuk diperhatikan, karena kebiasaan makan mempengaruhi pemilihan dan penggunaan pangan dan selanjutnya mempengaruhi tinggi rendahnya mutu makanan ibu-ibu tersebut. Kebiasaan makan yang terbentuk sejak kecil dapat dipengaruhi oleh berbagai hal antara lain perbedaan etnis, tingkat sosial ekonomi, geografi, iklim, agama dan kepercayaan serta tingkat kemajuan teknologi (Wardiatmo, 1989). Menurut den Hartog (1995) kebiasaan makan dapat dibentuk oleh lingkungan sekitar dimana seseorang hidup. Adapun beberapa hal yang berpengaruh terhadap kebiasaan makan suatu masyarakat adalah lingkungan hidup yang meliputi keadaan tanah, iklim,

dan flora, lingkungan budaya (sistem produksi pertanian) dan populasi (kelahiran, kematian, migrasi, penambahan penduduk, umur dan jenis kelamin).

Berdasarkan hasil survey observasi lapangan berkait tentang kebiasaan makan ibu pedagang bahan makanan adalah waktu bekerja ibu dari hari Senin sampai dengan Sabtu adalah dari jam 06.00 pagi – 18.00 sore, sedangkan pada hari Minggu ibu bekerja dari jam 06.00 pagi - 16.00 sore. Hasil wawancara penulis dengan ibu pedagang bahan makan tersebut beberapa ibu tersebut tidak makan pagi. Hal ini diakibatkan karena banyak pembeli di pagi hari. Sehingga ibu tersebut hanya minum kopi atau teh manis. Beberapa ibu pedagang bahan makanan tersebut memanfaatkan makan pagi pada jam 10.00 wib pada saat berkurangnya pembeli. Pada saat makan siang beberapa ibu tersebut mengkonsumsi makanan yang disiapkan dari rumah dan beberapa ibu membeli makanan (nasi bungkus, bakso, dan mie) dari pasar tersebut. Makanan yang dibeli di pasar tersebut belum tentu kebersihannya, contohnya penjual mie. Karena penjual mie tersebut menghidangkan mie dengan menggunakan tangan tanpa mencuci tangan terlebih dahulu dan kebiasaan ibu pedagang bahan makanan yang membeli minuman dingin yang menggunakan sari gula yang tidak baik bagi kesehatan tubuh.

Dari hasil wawancara penulis Beberapa ibu pedagang bahan makanan tersebut bentuk kebiasaan makan yang tidak baik yaitu ada beberapa ibu yang menyukai makanan tertentu (mengikuti selera makan), makan tidak teratur . Dan makan berlebihan yaitu ibu tersebut kebanyakan membeli jajanan sampai merasa kenyang. Sebagian ibu pedagang bahan makanan tidak memilih makanan jajanan yang dikonsumsi setiap harinya. Makan dan merasa kenyang sudah cukup bagi ibu tersebut. Berdasarkan penjelasan diatas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “ HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN IBU

PEDAGANG BAHAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI DI PASAR TRADISIONAL PUSAT PASAR MEDAN.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah ditemukan sebelumnya, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana kebiasaan makan ibu-ibu pedagang bahan makanan ?
2. Bagaimana pemahaman ibu-ibu pedagang bahan makanan tentang status gizi ?
3. Bagaimana cara ibu-ibu pedagang bahan makanan mengatur pola makan sehari-hari ?
4. Apakah dalam mengkonsumsi makanan ibu-ibu pedagang bahan makanan memperhatikan kebutuhan gizi ?
5. Apakah dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari ibu-ibu pedagang bahan makanan hanya mengikuti selera makan ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka agar penelitian ini dapat lebih terarah dan mencapai sasaran yang diinginkan, penulis melakukan pembatasan masalah pada :

1. Kebiasaan makan ibu pedagang bahan makanan sehari-hari
2. Ibu pedagang bahan makanan yang dimaksud adalah ibu pedagang yang berjualan sayur-sayuran, bumbu-bumbu masakan, dan penjual buah yang berada di pasar tradisional pusat pasar Medan.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah dalam penelitian dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana kebiasaan makan ibu pedagang bahan makanan di pasar tradisional pusat pasar Medan ?
2. Bagaimana status gizi ibu pedagang bahan makanan di pasar tradisional pusat pasar Medan ?
3. Apakah ada hubungan antara kebiasaan makan ibu pedagang bahan makanan dengan status gizi di pasar tradisional pusat pasar Medan ?

E. Tujuan Penelitian

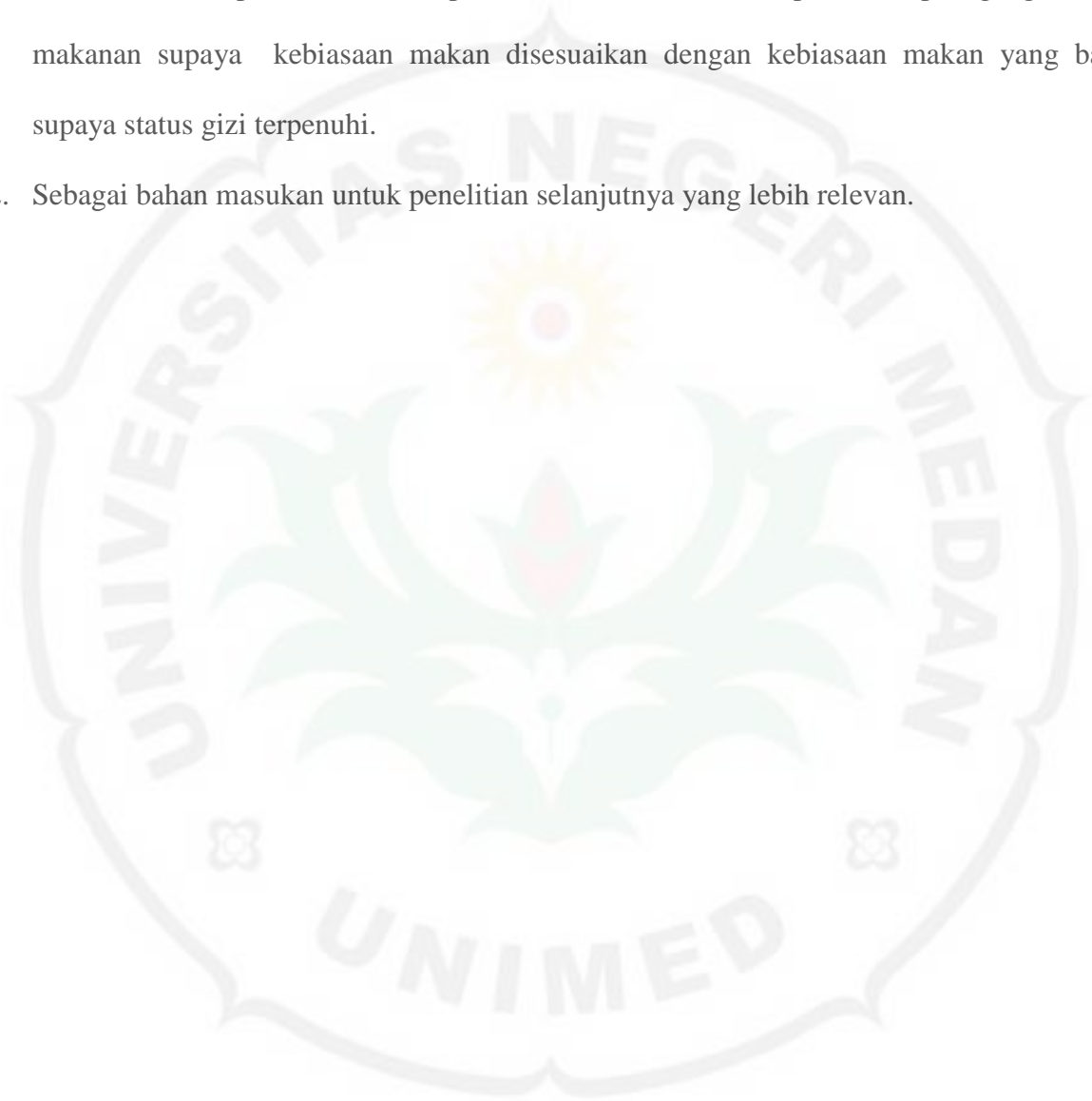
Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui kebiasaan makan ibu pedagang bahan makanan di pasar tradisional pusat pasar Medan.
2. Untuk mengetahui status gizi ibu pedagang bahan makanan di pasar tradisional pusat pasar Medan .
3. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan ibu pedagang bahan makanan dengan status gizi di pasar tradisional pusat pasar Medan.

F. Manfaat penelitian

Sejalan dengan tujuan penelitian diatas, diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat :

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan masukan pada ibu pedagang bahan makanan supaya kebiasaan makan disesuaikan dengan kebiasaan makan yang baik supaya status gizi terpenuhi.
2. Sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya yang lebih relevan.



THE
Character Building
UNIVERSITY