

PENGETAHUAN, SIKAP DAN PENGGUNAAN MINYAK GORENG PADA PEDAGANG DI SEKITAR UNIVERSITAS ESA UNGGUL

*Knowledge, Attitude and Use of Cooking Oil on Traders Around
Esa Unggul University*

Fenny Anggreany Nasution¹, Laras Sitoayu¹, Putri Ronitawati¹

¹Departement Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Esa Unggul, Jakarta Barat
Email : fanyanggreany@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan minyak goreng untuk memasak sehari-hari sangat sering digunakan. Hal ini membuat sebagian besar masyarakat khususnya pedagang makanan sangat tergantung dengan minyak goreng. Minyak goreng berfungsi sebagai penghantar panas, penambah rasa gurih, dan penambah nilai kalori bahan pangan yang digoreng. Tujuan penelitian ini adalah untuk mempelajari hubungan pengetahuan, sikap dan penggunaan minyak goreng pada pedagang di sekitar Universitas Esa Unggul. Penelitian ini adalah survei analitik dengan desain cross sectional Study. Data diperoleh menggunakan kuesioner. Pengolahan data menggunakan uji Chi Square dengan tingkat kepercayaan 95% dan $\alpha = 0,05$. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2016 sampai Januari 2017. Populasi penelitian ini semua pedagang di Universitas Esa Unggul dengan jumlah sampel 45 orang. Ada hubungan antara pengetahuan dan penggunaan minyak goreng pada pedagang p value 0.011 ($p < 0.05$) dan Ada hubungan Sikap dan penggunaan minyak goreng pada pedagang p value 0.024 ($p < 0.05$).

Kata Kunci: minyak goreng, pedagang, pengetahuan, sikap

ABSTRACT

Use cooking oil for everyday cooking very often used it makes the majority of community especially the food trade is highly dependent on cooking oil. Cooking oil serves as a conductor of heat, savory flavor enhancer, and adding value calorie fried foods. This study aimed to determine the relationships of knowledge, attitude, and use of cooking oil at taders around University Esa Unggul. This research is an analytical survey with cross sectional Study design. The data were obtained using questionnaire. Data processing using Chi Square Test with a confidence level of 95% and $\alpha = 0,05$. This study conducted in Desember 2016 till Febuary 2017. This study population all traders in Universitasy Esa Unggul with sample 45 peoples. There is a relationship between knowledge an use of cooking oil p value 0.011 ($p < 0.05$) and there is a relationship attitude and use of cooking oil p value 0.024 ($p < 0.05$).

Keywords: attitude, cooking oil, knowledge, trader

A. Pendahuluan

Konsumsi minyak goreng per kapita penduduk Indonesia tahun 2011 sebesar 8,24 liter/kapita/tahun (SUSENAS, 2012). Minyak goreng yang paling banyak digunakan di Indonesia adalah yang berbahan baku minyak sawit (>70%), diikuti dengan minyak kelapa (Ilmi, Khomsan, & Marliyati, 2015)

Minyak merupakan sumber energi yang padat (9 kal/g) dan dapat membantu meningkatkan densitas kalori pada makanan. Minyak goreng adalah minyak yang telah mengalami proses pemurnian yang meliputi degumming, netralisasi, pemucatan, dan deodorisasi (Winarno, 1999).

Penggunaan minyak goreng untuk memasak sehari-hari sudah melekat di masyarakat karena makanan yang digoreng memiliki rasa yang lebih lezat dan gurih dibandingkan dengan makanan yang direbus, dikukus, atau dipanggang. Hal ini membuat sebagian besar masyarakat khususnya pedagang makanan sangat tergantung dengan minyak goreng. Minyak goreng berfungsi sebagai penghantar panas, penambah rasa gurih, dan penambah nilai kalori bahan pangan yang digoreng (Muchtadi, 2013)

Konsumsi minyak goreng di Indonesia semakin meningkat tiap tahunnya karena hampir seluruh masakan sehari-hari menggunakan minyak goreng dalam jumlah cukup banyak. Minyak goreng yang berulang kali digunakan dapat menyebabkan penurunan mutu pada minyak goreng tersebut bahkan dapat menimbulkan bahaya bagi kesehatan. Penurunan mutu yang ditimbulkan dapat berupa perubahan fisik pada bahan pangan serta menurunkan kandungan nilai gizi dalam bahan pangan (Zahra & Dwiloka, 2013).

Perilaku penggunaan minyak goreng dimasyarakat yang memiliki cenderung untuk dihabiskan dengan cara memakainya berulang kali atau menyisakan minyak. Minyak yang dipakai berulang kali dapat berpotensi untuk menimbulkan penyakit kanker dan penyempitan pembuluh darah yang dapat memicu penyakit jantung koroner, stroke dan serta hipertensi (Amalia, Retnaningsih, & Johan, 2010)

Masyarakat Indonesia biasanya menggunakan cara *deep frying*, yaitu dengan merendam seluruh bahan makanan dalam minyak panas akan minyak yang bersisa akan menjadi minyak goreng bekas. Minyak goreng bekas tersebut biasanya akan digunakan kembali dalam menggoreng bahan makanan yang lain atau dengan tanpa menambah sedikit minyak goreng yang baru pada minyak goreng bekas (Nonko, 2012). Minyak goreng yang digunakan berulang kali (>2 kali) dengan penambahan minyak goreng baru, biasanya disebut minyak jelantah (Fauziah, Sirajuddin, & Najamuddin, 2012).

Pemakaian berulang akan merusak ikatan rangkap pada asam lemak. Semakin tinggi kandungan asam lemak jenuh pada minyak menandakan semakin menurunnya mutu dari minyak tersebut (Siswantika et al., 2012).

Penentuan asam lemak bebas atau biasa disebut dengan FFA (*Free Fatty Acid*) sangat penting kualitasnya dengan minyak. Hal ini dapat berasal dari proses hidrolisis ataupun proses pengolahan yang kurang baik. Batas maksimal kadar asam lemak bebas pada minyak goreng yaitu 0,3%, memakai minyak pada suhu yang tidak terlalu panas (180°C-220°C), menggunakan minyak 1-2 kali pakai dan menggunakan minyak untuk

menggoreng bahan yang sama (Ayu, Rahmawati, & Zukhri, 2013).

Saat proses penggorengan berlangsung minyak goreng akan terabsorpsi pada makanan masuk mengisi ruang-ruang kosong pada makanan sehingga hasil penggorengan mengandung 5 - 40% minyak dengan demikian minyak goreng juga akan ikut dikonsumsi dan masuk kedalam tubuh (Handoko & Tiyono, 2010).

Pemanasan minyak goreng dengan suhu yang sangat tinggi akan menyebabkan sebagian minyak teroksidasi. Proses oksidasi terjadi saat minyak mengalami kontak dengan oksigen (Nadiarawati, 2010). Reaksi oksidasi akan menimbulkan bau tengik pada minyak dan lemak. Bau tengik, radikal bebas juga dapat terbentuk akibat oksidasi yang mempunyai dampak merusak sel dan jaringan tubuh. Hal ini disebabkan radikal bebas bersifat sangat reaktif (Noriko & Elfidasari, 2012). Minyak goreng mudah terkontaminasi oleh udara dan air (teroksidasi) menimbulkan ketengik yang mempengaruhi cita rasa, daya simpan minyak goreng lebih singkat (Mujadin, Jumianto, & Puspitasari, 2014)

Berdasarkan dari observasi di kantin dan warung di Universitas Esa Unggul terdapat kantin/warung yang mengolah masakan dengan menggunakan minyak goreng. Peneliti

melihat langsung pedagang menggunakan minyak goreng lebih dari 2 penggorengan bahan makanan dan warna minyak goreng sudah kehitaman dengan sisa ampas penggorengan bahan makanan yang digunakan terus menerus untuk menggoreng bahan makanan lainnya.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap dan penggunaan minyak goreng pada pedagang di sekitar Universitas Esa Unggul?”. Tujuan penelitian adalah mempelajari hubungan pengetahuan, sikap dan penggunaan minyak goreng pada pedagang di sekitar Universitas Esa Unggul.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di kantin dan warung sekitar Universitas Esa Unggul, Jakarta Barat. Pada bulan Desember 2016-Februari 2017 dengan pendekatan *cross sectional*, pemberian kuesioner atau pengumpulan data sekaligus pada saat yang sama. Sampel dalam penelitian yaitu berjumlah 45 orang yang di analisis menggunakan uji *chi square*. Pengumpulan data di lakukan dengan wawancara dan observasi menggunakan kuesioner yang sudah divalidasi. Observasi dilakukan selama 3 kali pengamatan.

C. Hasil Penelitian

1. Hasil Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan distribusi frekuensi pengetahuan, sikap, dan

penggunaan minyak goreng pada pedagang di sekitar Universitas Esa Unggul.

Tabel 1.
Distribusi Responden Menurut Pengetahuan pada Pedagang di Sekitar Universitas Esa Unggul

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang	21	46,7
2	Baik	24	53,3
	Jumlah	45	100,0

Berdasarkan Tabel 1 di atas (46,7%) berpengetahuan kurang dan dapat diketahui bahwa dari 45 24 pedagang (53,3%) berpengetahuan pedagang, terdapat 21 pedagang baik di sekitar Universitas Esa Unggul.

Tabel 2.
Distribusi Responden Menurut Sikap pada Pedagang di Sekitar Universitas Esa Unggul

No	Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang	18	40,0
2	Baik	27	60,0
	Jumlah	45	100,0

Berdasarkan Tabel 2 di atas (40,0%) bersikap kurang dan 27 dapat diketahui bahwa dari 45 pedagang (60,0%) bersikap baik di pedagang, terdapat 18 pedagang sekitar Universitas Esa Unggul.

Tabel 3.
Distribusi Responden Menurut Penggunaan Minyak Goreng pada Pedagang di Sekitar Universitas Esa Unggul

No	Penggunaan Minyak Goreng	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang	22	48,9
2	Baik	23	51,1
	Jumlah	45	100,0

Berdasarkan Tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa dari 45 pedagang, terdapat 22 pedagang (48,9%) penggunaan minyak goreng yang kurang dan 23 pedagang (51,1%) penggunaan minyak goreng yang baik di sekitar Universitas Esa Unggul.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas (pengetahuan dan sikap) dengan variabel terikat (penggunaan minyak goreng) di sekitar Universitas Esa Unggul.

Tabel 4.
Hubungan Pengetahuan dengan Penggunaan Minyak Goreng
di sekitar Universitas Esa Unggul

Pengetahuan	Penggunaan Minyak Goreng						p Value
	Kurang		Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	15	71,5	6	28,5	21	100,0	0,011
Baik	7	29,0	17	71,0	24	100,0	
Total	22	48,9	23	51,1	45	100,0	

Berdasarkan Tabel 4, dari 21 pedagang yang berpengetahuan kurang, terdapat 15 pedagang dengan penggunaan minyak goreng kurang dan 6 pedagang dengan penggunaan minyak goreng baik. Dari 24 pedagang yang berpengetahuan baik, terdapat 7 pedagang dengan penggunaan minyak goreng kurang dan 17

pedagang dengan penggunaan minyak goreng baik. Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan bahwa $p\text{-value}=0,011$ ($<\alpha=0,05$), maka terdapat hubungan antara pengetahuan dengan penggunaan minyak goreng di sekitar Universitas Esa Unggul.

Tabel 5.
Hubungan Sikap dengan Penggunaan Minyak Goreng
di sekitar Universitas Esa Unggul

Sikap	Penggunaan Minyak Goreng						p Value
	Kurang		Baik		Total		
	n	%	N	%	n	%	
Kurang	13	72,2	5	27,8	18	100,0	0,024
Baik	9	33,3	18	66,6	27	100,0	
Total	22	48,9	23	51,1	45	100,0	

Berdasarkan Tabel 5, dari 18 pedagang yang memiliki sikap kurang, terdapat 13 pedagang dengan penggunaan minyak goreng kurang dan 5 pedagang dengan penggunaan minyak goreng baik. Dari 27 pedagang yang memiliki sikap baik, terdapat 9 pedagang dengan penggunaan minyak goreng kurang dan 18 pedagang dengan penggunaan minyak goreng baik. Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan bahwa $p\text{-value}=0,024$ ($<\alpha=0,05$), maka terdapat hubungan antara sikap dengan penggunaan minyak goreng di sekitar Universitas Esa Unggul.

D. Pembahasan

Jumlah responden dengan pengetahuan baik sebanyak 24 orang (53,3%), dan jumlah responden dengan

kategori pengetahuan kurang sebanyak 21 orang (46,7%).

Hasil penelitian ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Fransiska (2010) tentang karakteristik, pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu rumah tangga tentang penggunaan minyak goreng berulang kali di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Sunggal tahun 2010 yaitu hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pengetahuan ibu rumah tangga tentang penggunaan minyak goreng berulang kali umumnya berada pada kategori pengetahuan baik sebanyak 63 orang (63%).

Hasil penelitian bahwa dari 45 pedagang menunjukkan kategori sikap pedagang baik yaitu sebanyak 27 orang (60%), dan responden dengan sikap dalam kategori kurang sebanyak 18 orang (40 %).

Hasil penelitian ini juga sama dengan yang dilakukan oleh (Ferat, 2012) yang menunjukkan bahwa sikap tentang penggunaan minyak jelantah di Kota Manado memiliki sikap baik sebanyak 36 orang (72%), responden yang memiliki sikap tidak baik sebanyak 14 orang (28%).

Sikap penggunaan minyak goreng, sikap responden berkategori baik yaitu responden dengan menjawab tidak setuju dalam pertanyaan minyak goreng yang sudah digunakan lebih dari 2 kali sebaiknya digunakan kembali sebanyak 41 orang (91%). Responden yang menjawab setuju dalam pertanyaan menggunakan minyak goreng berulang kali tidak menyebabkan gangguan pada kesehatan sebanyak 33 orang (90%). Hasil penelitian sikap responden yang menjawab setuju dalam pertanyaan minyak goreng yang sudah rusak sebaiknya tidak digunakan kembali untuk menggoreng bahan makanan karena akan tersebut sebanyak 41 orang (91%). Responden yang menjawab setuju dalam pertanyaan pemanasan minyak goreng goreng pada suhu yang tinggi akan menyebabkan minyak goreng rusak sebanyak 38 orang (84%).

Responden penggunaan minyak goreng berulang kategori baik yaitu sebanyak 23 orang (51.1%), dan penggunaan minyak goreng kategori kurang sebanyak 22 orang (48.9%). Hasil penelitian ini juga sama seperti yang dilakukan oleh (Ferat, 2012) di Kelurahan Kleak Kecamatan Malalayang Kota Manado bahwa tindakan penggunaan minyak jelantah pada responden yang memiliki tindakan baik sebanyak 33 orang (66%) dan responden yang memiliki tindakan tidak baik sebanyak 14 orang (34%).

Pemakaian minyak goreng untuk memasak terkadang langsung dihabiskan atau mempunyai sisa. Habis atau tidaknya minyak goreng tergantung cara pemakaian masing-masing rumah tangga. Persentase terbesar contoh (60%) menggunakan minyak goreng untuk dua kali pemakaian dan hanya sebesar 1,7% contoh yang menggunakan minyak goreng untuk empat kali pemakaian. Persentase terbesar contoh

(56,7%) membuang minyak jelantah ke saluran air (Amalia, Retnaningsih, & Johan, 2010)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan pedagang dan penggunaan minyak goreng pada pedagang disekitar Universitas Esa Unggul nilai *P value* 0.011.

Penelitian sejalan dengan Nasrun & Rattu (2014) Hasil perhitungan dengan menggunakan uji statistik Chi Square diperoleh hasil dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pengetahuan dengan tindakan penggunaan minyak jelantah di Desa Poigar III Kecamatan Poigar Kabupaten Bolaang. Pada penelitian Ferat tidak terdapat hubungan pengetahuan dengan tindakan penggunaan minyak goreng karena perbedaan responden yaitu pada ibu rumah tangga sedangkan peneliti menggunakan responden adalah pedagang di warung dan kantin.

Selain itu penelitian Amalia (2010) di Bogor, memiliki pengetahuan tentang program pengumpulan minyak jelantah. Pengetahuan ini sangat penting untuk membangun contoh perilaku terhadap program pengumpulan minyak jelantah dan menambah pemahaman contoh tentang program. Lebih dari separuh responden memiliki pengetahuan baik (53,3%). Pengetahuan tentang program pengumpulan minyak jelantah diduga mempengaruhi sikap dan tindakan keikutsertaan responden dalam program pengumpulan minyak jelantah.

Perilaku merupakan totalitas penghayatan dan aktivitas, yang merupakan hasil akhir jalinan yang saling mempengaruhi antara berbagai macam gejala seperti perhatian, pengamatan, pikiran, ingatan dan fantasi (Notoatmodjo, 2010)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap pedagang dan Penggunaan minyak goreng pada pedagang disekitar Universitas Esa Unggul dengan nilai *p value* 0.024. Hasil penelitian ini juga sama

dengan penelitian yang dilakukan oleh (Warouw, 2014) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara sikap dengan tindakan penggunaan minyak jelantah pada pelaku usaha rumah makan di Kelurahan Bahu Kecamatan Malalayang Kota Manado.

Sikap yang baik ini memiliki kecenderungan untuk menciptakan perilaku yang positif terhadap tindakan menggunakan minyak goreng dengan cara yang baik. Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek.

E. Kesimpulan

1. Pengetahuan pedagang baik yaitu sebesar 53.3%.
2. Sikap pedagang baik yaitu sebesar 60,0%.
3. Penggunaan minyak goreng pedagang baik yaitu sebesar 51.1%.
4. Ada hubungan antara pengetahuan pedagang dan penggunaan minyak goreng.
5. Ada hubungan antara sikap pedagang dan penggunaan minyak goreng

Daftar Pustaka

- Amalia, F., Retnaningsih, & Johan, I. R. (2010). Perilaku Penggunaan Minyak Goreng Serta Pengaruhnya Terhadap Keikutsertaan Program Pengumpulan Minyak Jelantah Di Kota Bogor. *Jurnal. Ilm. Keluarga& Konsumen FEM* 3 (2) : 184-189
- Ayu, A., Rahmawati, F., & Zukhri, S. (2013). Pengaruh Penggunaan Berulang Minyak Goreng Terhadap Peningkatanv Kadar Asam Lemak Bebas Dengan Metode Alkalimetri. *CERATA Journal of pharmacy science STIKES Muhammadiyah Klaten* 3 (2) :127-130.
- Fauziah , Sirajuddin, S., & Najamuddin, U. (2012). Analisis Kadar Asam Lemak Bebas Dalam Gorengan Dan Bekas Hasil Penggorengan Makanan Jajanan Di Workshop Unhas. *jurnal fikes, Ilmu Gizi UNHAS Makassar*, 56.
- Fransiska , E. (2010). Karekteristik Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Ibu Rumah Tangga tentang Penggunaan Minyak Goreng beruang Kali di Desa Tanjung Slamt (*Skripsi*) . *Fakutas Kesehatan Masyarakat, USU*, 3.
- Handoko, & Tiyono. (2010). Peningkatan Kualitas Minyak Jelantah Menggunakan Adsorben H5-NZA dalam Reaktor Sistem Fluid Fixed Bedj. *Jurnal* , 10 (2) : 121-122.
- Ilmi, I. M., Khomsan, A., & Marliyati, S. A. (2015). Kualitas Minyak Goreng dan Produk Gorengan Selama Penggorengan di Rumah Tangga Indonesia. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 4 (2) : 62.
- Muchtadi , D. (2013). *Pangan dan Kesehatan Jantung*. Bandung: Alfabeta.
- Mujadin, A., Jumianto, S., & Puspitasari, R. L. (2014). Pengujian Kualitas Minyak Goreng Berulang Mrenggunakan Metoda Uji Viskositas dan Perubahan Fisis. *jurnal Al- Azhar Indonesia Seri Sains dan Teknologi*, 2 (4) : 4
- Nadiarawati, & Muthmainah, N. N. (Juli 2010). Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Tentang Kolesterol Dan Penggunaan Minyak Jelantah (Waste Cooking Oil) Di Desa

- Neglasari. *jurnal Keperawatan Soedirman* , *STIKES Ahmad Yani Cimahi*, 5 (2) : 58-68.
- Nasrun, A. P., Rattu, A., & J.V.S. (2014). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Bahaya Penggunaan Minyak Jelantah Dan Pendapatan Dengan Tidakkan Penggunaan Minyak Jelantah Pada Ibu Rumah Tangga Di Desa Poigar Iii Kecamatan Poigar Kabupaten Bolaang Mongondow. *Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi (Skripsi)*.
- Noriko, N., & Elfidasari, D. (Maret 2012). Analisis Penggunaan dan Syarat Mutu Minyak Goreng pada Penjaja Makanan di Food Court UAI. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Sains Dan Teknologi*, 1 (3) : 147-158.
- Notoatmodjo, S, (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- (2005). *Promosi Kesehatan, Teori dan Aplikasi*. Rineka Cipta. Jakarta: Rineka Cipta.
- Siswantika, P. H., Wibowo, N. A., Suci, M. R., & Setiawan, A. (2012). Pengaruh Campuran Minyak Goreng Murni Dan Jelantah Terhadap Kandungan Energi. *jurnal Fak,Sains Matematika. Univ. Kristen Satya Wacana* 2 (2) : 328-335
- Warouw, J. A. (2014). *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Penggunaan Minyak Jelantah Pada Pelaku Usaharumah Makan Di Kelurahan Bahu Kecamatan Malalayang Kota Manado (skripsi)*. Manado: FIKES universitas Sam Ratulangi
- Winarno, F. (1999). *Kimia Pangan dan Gizi* . Jakarta : PT.Gramedia .
- Zahra, S., Dwilola, B., & Mulyani, S. (2013). Pengaruh Penggunaan Minyak Goreng Berulang Terhadap Perubahan Nilai Gizi Dan Mutu Hedonik Pada Ayam Goreng. *Jurnal Fak.Peternakan&Pertanian UNDIP.Semarang* 2 (1) : 253-260.