

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ibu rumah tangga memiliki peran esensial dalam memenuhi kebutuhan gizi anggota keluarganya. Peran ibu rumah tangga sangat dibutuhkan dalam memastikan pemenuhan gizi keluarga, misalnya melalui pembentukan pola makan dan penyajian makanan yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi yang dibutuhkan. Pola asuh dan status gizi sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu rumah tangga dalam menjaga kesehatan serta asupan gizi dalam keluarga (Dotoreke, 2021).

Pengetahuan gizi merujuk pada pemahaman makanan dan kandungan zat gizi di dalamnya, termasuk aspek keamanan makanan yang akan dikonsumsi serta cara pengolahan makanan yang tepat. Tingkat pengetahuan gizi individu berpotensi mempengaruhi perilaku dan sikap dalam pemilihan pangan yang akan dikonsumsi, sehingga berdampak pada status gizi orang yang mengonsumsinya (Nadhiroh et al., 2022).

Pangan adalah kebutuhan yang paling mendasar bagi kehidupan manusia. Pangan mencakup segala sesuatu yang berasal dari sumber alami seperti pertanian, peternakan, kehutanan, perikanan, peternakan, air dan bahan lain yang ditetapkan sebagai makanan atau minuman untuk konsumsi manusia (Miftahul, 2021). Pola konsumsi pangan adalah susunan dan jumlah pangan yang dikonsumsi oleh individu atau sekelompok orang pada satu waktu tertentu. Pola konsumsi pangan yang ideal mencakup makanan pokok,

protein hewani, protein nabati, buah-buahan, dan sayur-sayuran serta dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan (Cahyani et al., 2020). Untuk meningkatkan cita rasa dalam makanan, umumnya digunakan gula, garam, dan lemak. Makanan yang banyak mengandung gula, garam, dan lemak dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan seperti diabetes melitus, hipertensi, dan obesitas

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 mengenai konsumsi makanan berisiko menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi pada penduduk umur ≥ 3 tahun di Indonesia dengan proporsi ≥ 1 kali per hari untuk konsumsi makanan manis 33,7%, minuman manis 47,5%, makanan asin 30,4%, dan makanan berlemak/berkolesterol/gorengan 37,4% (Kemenkes, 2023).

Kebiasaan mengonsumsi makanan manis, minuman manis, makanan asin, dan makanan berlemak/berkolesterol/gorengan di Daerah Istimewa Yogyakarta juga tergolong tinggi. Pada penduduk umur ≥ 3 tahun dengan proporsi ≥ 1 kali per hari untuk konsumsi makanan manis 35,7%, minuman manis 57,9%, makanan asin 31,6%, dan makanan berlemak/berkolesterol/gorengan 46,4% (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Cahyani (2020) mengenai pola konsumsi sumber gula, garam, dan lemak pada rumah tangga di Kabupaten Bantul menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi gula berlebih yaitu 57,1 gram/hari, sedangkan untuk asupan garam dan lemak masuk kedalam kategori normal yaitu 320,8 mg/hari dan 57,3 gram/hari.

Pola makanan berisiko yang dapat memicu penyakit tidak menular meliputi pola konsumsi makanan atau minuman manis, makanan asin, dan makanan berlemak yang melebihi batas rekomendasi. Pola konsumsi makanan tersebut berpotensi meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiometabolik, seperti hipertensi, obesitas, dan penyakit diabetes melitus (Putrantari, 2017).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta menunjukkan prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun yaitu sebesar 12,3% dengan jumlah 8.988 kasus. Sedangkan prevalensi diabetes melitus berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun yaitu sebesar 3,6% dengan jumlah 8.988 kasus. Berdasarkan data dari Riskesdas Depkes RI tahun 2018, prevalensi obesitas pada kelompok umur > 15 tahun (IMT > 27) sebesar 21,8% dan *overweight* (IMT $> 25 - 27$) sebesar 13,6% (Kemenkes, 2023).

Data Profil Kesehatan Kabupaten Bantul tahun 2020 menunjukkan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular di Kabupaten Bantul, seperti penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Kedua penyakit tersebut merupakan penyakit yang masuk kedalam sepuluh besar penyakit di Puskesmas se-Kabupaten Bantul tahun 2019. Dengan urutan pertama dari sepuluh besar penyakit yaitu hipertensi sejumlah 106.659 kasus dari total penduduk Kabupaten Bantul (Bantul, 2020).

Pada tahun 2023 estimasi jumlah penderita hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pandak 1 sebanyak 1.510 orang dengan rincian 469 laki-

laki dan 1.041 perempuan. Adapun jumlah penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 514 (34%) orang. Jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 426 orang dan yang mendapatkan pelayanan sesuai standar sebanyak 191 (44,8%) orang.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik meneliti gambaran pengetahuan ibu rumah tangga dengan perilaku penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL) di Desa Gilangharjo Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah gambaran pengetahuan ibu rumah tangga dengan perilaku penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL) di Desa Gilangharjo Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu rumah tangga dengan perilaku penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL) di Desa Gilangharjo Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul dalam pembuatan makanan.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya tingkat pengetahuan ibu rumah tangga terhadap gula, garam, dan lemak (GGL).
- b. Diketuinya perilaku ibu rumah tangga dalam penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL).

- c. Diketuainya gambaran pengetahuan ibu rumah tangga dengan perilaku penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL).

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Kompetensi

Ruang lingkup kompetensi dalam penelitian ini sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan KMK atau Kepmenkes Nomor HK.01.07/MENKES/342/2020 tentang Standar Profesi Nutrisionis. Penelitian ini termasuk dalam penelitian di bidang gizi masyarakat. Adapun kompetensi yang dapat dikembangkan melalui penelitian ini adalah kemampuan nutrisionis dalam mengelola masalah gizi, meliputi pengumpulan data sesuai indikator masalah gizi, pengolahan, dan analisis data sesuai indikator masalah gizi.

2. Lingkup Sasaran

Ruang lingkup sasaran dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga di Desa Gilangharjo Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul yang berjumlah 83 responden.

3. Lingkup Tempat

Ruang lingkup tempat dalam penelitian ini yaitu di Desa Gilangharjo Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul.

4. Lingkup Waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini berlangsung pada bulan Oktober 2024 – Mei 2025.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu dapat menambah wawasan dan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai gula, garam, dan lemak (GGL) dan perilaku ibu rumah tangga dalam penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL) di Desa Gilangharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sasaran

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran keluarga dalam konsumsi gula, garam, dan lemak (GGL) dan mengetahui batasan dalam penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL).

b. Bagi Pengelola Program Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai gula, garam, dan lemak (GGL) dengan perilaku penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL) sehingga selanjutnya dapat dilakukan perencanaan program dalam pencegahan penyakit tidak menular.

c. Bagi Institusi Pendidikan Tinggi Vokasi Gizi

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah pustaka atau bahan referensi mengenai penelitian di bidang gizi terkait pengetahuan ibu rumah tangga dengan perilaku penggunaan gula,

garam, dan lemak (GGL) di Perpustakaan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

d. Bagi Pembaca dan Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan dapat dijadikan referensi untuk menambah wawasan dan pengetahuan serta dapat digunakan sebagai informasi untuk melakukan penelitian lanjutan sesuai dengan paradigma ilmu pengetahuan yang terus berkembang khususnya mengenai pengetahuan ibu rumah tangga dengan perilaku dalam penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL).

e. Bagi Peneliti Sendiri

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian kesehatan.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian relevan pada penelitian ini disajikan pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Nama Peneliti, Judul, dan Tahun	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1. Magdalena Putrantri dkk, Gambaran Konsumsi Gula, Garam, dan Lemak Penduduk Dusun Batur Kidul Kecamatan Getasan	Hasil analisis data penelitian menunjukkan sejumlah 21.5% responden mengonsumsi gula melebihi rekomendasi Permenkes No. 30 Tahun 2013 (>50 gram/hari), sejumlah 73,7% responden mengonsumsi garam melebihi rekomendasi Permenkes No. 30 Tahun 2013 (5 gram/hari), dan sejumlah 7% responden	Desain penelitian yaitu cross sectional, dan teknik pengambilan sampel dengan cara <i>simple random sampling</i> .	Lokasi yang digunakan untuk penelitian ini adalah Dusun Batur Kidul Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang. Variabel yang digunakan yaitu konsumsi gula, garam, dan lemak. Perbedaan lainnya terletak pada instrumen

Nama Peneliti, Judul, dan Tahun	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Kabupaten Semarang, 2017.	mengonsumsi lemak melebihi rekomendasi Permenkes No. 30 Tahun 2013 (>67% gram/hari)		yang digunakan yaitu form recall 24 jam.
2. Risti Cahyani, dkk, Hubungan Pola Konsumsi Sumber Gula, Garam, dan Lemak dengan Profil Status Gizi Tingkat Rumah Tangga di Kabupaten Bantul, 2020.	Rata-rata konsumsi gula, indeks massa tubuh dan komposisi lemak tubuh yaitu 57,1 g/hari, 23,8 kg/m ² dan 26,5 %. Rata-rata konsumsi natrium, lemak, tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik adalah 320, 8 mg/hari, 57,3 g/hari, 124, 9 mmHg, dan 81,9 mmHg.	Jenis penelitian yaitu observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Variabel yang digunakan adalah pola konsumsi sumber gula, garam, dan lemak sebagai variabel bebas dan profil status gizi sebagai variabel terikat. Teknik pengambilan sampel yaitu <i>cluster sampling</i> . Perbedaan lainnya terletak pada instrumen yang digunakan yaitu kuesioner <i>food list</i> .
3. Selshafa Nadhiroh, Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Penggunaan Gula, Garam, dan Lemak (GGL) di Rumah Tangga Kecamatan Wates Kabupaten	Sebagian ibu rumah tangga memiliki tingkat pengetahuan baik 38 (53,5%). Adapun perilaku ibu rumah tangga sebagian besar adalah kurang 37 (52,1%). Tidak ada hubungan pengetahuan dengan penggunaan gula di rumah tangga. Ada hubungan pengetahuan dengan penggunaan garam di rumah tangga. Tidak ada hubungan pengetahuan dengan penggunaan lemak di rumah tangga.	Desain penelitian yang digunakan yaitu <i>cross sectional</i> . Variabel yang digunakan yaitu pengetahuan ibu rumah tangga sebagai variabel bebas dan perilaku penggunaan gula, garam, dan lemak	Lokasi yang digunakan untuk penelitian ini adalah Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo.

Nama Peneliti, Judul, dan Tahun	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Kulon Progo, 2022.		sebagai variabel terikat. Teknik pengambilan sampel yaitu <i>simple random sampling</i> .	

Berdasarkan tabel di atas, diidentifikasi bahwa penelitian yang dilakukan ini belum pernah diteliti oleh pihak lain. Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang terletak pada variabel, instrumen yang digunakan, dan lokasi penelitian. Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu pengetahuan dan perilaku penggunaan gula, garam, dan lemak. Lokasi penelitian dilaksanakan di Desa Gilangharjo Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul, belum pernah ada penelitian yang dilakukan di Desa tersebut terutama mengenai pengetahuan dan perilaku penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL).