

**ASPEK DALAM MASALAH PANGAN  
YANG BERPENGARUH PADA  
STATUS GIZI DAN  
KESEHATAN MANUSIA**

DOCUMENTASI  
UNIVERSITAS TERBUKA

Oleh :  
Ir. Herwati Dwi Utami  
NIP 131 622 483

80197

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan  
Universitas Terbuka  
1992

## DAFTAR ISI

I.	PENDAHULUAN .....	1
II.	ASPEK-ASPEK DALAM MASALAH PANGAN .....	2
	1. Aspek produksi .....	2
	2. Aspek Distribusi dan Pemasaran .....	10
	3. Aspek Konsumsi .....	13
	DAFTAR PUSTAKA .....	14

## I. PENDAHULUAN

Kekurangan persediaan bahan pangan yang mengakibatkan penduduk setempat banyak menderita kurang makan, pada umumnya sering dijumpai di daerah-daerah yang termasuk katagori rawan. Daerah rawan disini diartikan sebagai :

1. Daerah yang sering tertimpa bencana sebagai akibat kekeringan atau banjir atau hama tikus
2. Daerah yang karena alamnya sangat tandus, tidak subur, penduduknya rapat, sehingga bahan pangan produksi setempat tidak mencukupi kebutuhan masyarakat.

Kekurangan bahan pangan itu ada yang hanya untuk sementara waktu, misalnya ketika terjadi bencana kekurangan itu saja, dan ada yang khronis terjadi setiap tahun berulang kali.

Berdasarkan pengaruh makanan terhadap status gizi dan kesehatan seseorang, masalah pangan dapat dikelompokkan ke dalam 3 aspek :

1. Aspek produksi
2. Aspek pemasaran
3. Aspek konsumsi.

Ketiga aspek di atas dengan faktor-faktor lain yang ditetapkan, saling tergantung satu dengan yang lainnya.

## II. ASPEK-ASPEK DALAM MASALAH PANGAN

### I. Aspek Produksi

Indonesia adalah salah satu negara di Asia yang masih memungkinkan untuk mengembangkan produksi pangan melalui ekstensifikasi. Tetapi untuk daerah Jawa, Madura dan Bali ekstensifikasi sudah tidak mungkin dilakukan, bila ekstensifikasi dilakukan maka hutan dan tanah tandus akan habis semuanya. Sebaliknya masih ada sekitar 9 juta ha tanah di luar Jawa dan Madura dapat dibuka untuk pertanian baru, terutama untuk tanakam setahun. Namun demikian tanah-tanah tersebut tidak subur, mudah tererosi dan rendah kandungan mineralnya. Padang rumput dan hutan di luar pulau Jawa sekitar 4 juta ha dalam bentuk belukar dan sekitar 12.5 juta ha dalam bentuk ilalang. Jadi Indonesia mempunyai area yang luas yang dapat dipakai untuk mengembangkan peternakan di masa datang, untuk memproduksi makanan daging untuk konsumsi domestik (ekspor) dan juga untuk energi tambahan bagi aktifitas pertanian.

Cara yang potensial untuk mengatasi masalah pangan melalui perikanan banyak sekali, sebab sekitar 70% dalam luas keseluruhan Indonesia adalah lautan dan sekitar 20% dari seluruh daratan ditutupi oleh danau, sungai dan kolam. Diperkirakan sekitar 8 juta ton ikan dapat dipanen setiap tahun dari perairan Indonesia. Tetapi kapasitas penangkapan ikan masih di bawah kapasitas optimum, yaitu sekitar 1.5 juta ton/ tahun. Ini adalah salah satu jalan potensial untuk mengatasi masalah pangan, dengan menetapkan kebijaksanaan pemakaian sumber alam yang murah dan sebaik mung-

kin. Untuk melaksanakan kebijaksanaan pengembangan pertanian teknologi modern dapat digunakan, khususnya untuk pengontrolan air, cuaca dan pengolahan tanah.

Disamping usaha pengembangan pertanian, ada dua jalan lain untuk menaikkan produksi pangan yaitu:

1. Intensifikasi komoditi pangan dominan (beras, palawija, hortikultura, peternakan, perikanan laut).
2. Mengembangkan tanaman dan hewan yang belum dikenal yang dapat digunakan baik secara langsung maupun tidak langsung untuk makanan manusia.

Dalam usaha meningkatkan produksi pertanian, dikenal istilah Panca Usaha tani yang menuntun intensifikasi pertanian terutama produksi beras yaitu:

1. Pengolahan dan pemeliharaan tanah
2. Pengairan (mengontrol dan menyediakan kebutuhan tanaman akan air)
3. Menggunakan bibit unggul
4. Pemupukan yang memadai
5. Perlindungan tanaman.

Prinsip dasar Panca Usaha Tani dapat juga dipakai untuk semua tanaman pangan bahkan untuk peternakan dan perikanan.

Walaupun usaha diversifikasi pangan sudah digalakkan, kelihatannya beras masih tetap sebagai bahan makanan pokok yang utama untuk masa yang akan datang. Pertanian modern dalam memproduksi beras diawali dengan aktivitas pengembangan varietas-varietas baru untuk menemukan varietas super.

Pemupukan tanaman bukan berarti hanya menggunakan pupuk kimia saja. Pemeliharaan, perbaikan kesuburan tanah melalui proses alami dan rotasi tanaman juga merupakan pemupukan. Jadi rotasi tanaman dan sistem terasering untuk mencegah erosi dan menangkap air dapat disebut sebagai aspek pemupukan tanah secara tidak langsung.

Serangan hama dan penyakit sering menggagalkan semua pertanian. Untuk mengatasinya lebih baik dengan jalan tindakan preventif daripada penyembuhan. Ada tiga metode pengontrolan yaitu:

1. Biologi ( menggunakan predator atau parasit, rotasi tanaman untuk memutuskan siklus hidup hama dan penyakit, jarak tanaman, menggunakan varietas unggul dll.).
2. Mekanik yaitu menggenangi tanah beberapa waktu untuk membunuh larva dan telur.
3. Kimia, dengan insektisida, fungisida dll.

Dalam praktek biasanya ketiganya dikombinasikan. Dalam pemakaian cara kimiawi harus hati-hati untuk menghindari polusi tanah dan air yang menyebabkan ketidak seimbangan ekologi dan ledakan dari hama yang telah resisten terhadap zat kimia tersebut.

AT Mosher mengemukakan 5 hal yang penting dalam pengembangan pertanian :

1. Pemasaran
2. Transportasi yang baik
3. Kredit pada petani

4. Input pertanian ( modal, alat-alat dll.)
5. Pertukaran teknologi yang terus menerus.

Tantangan dalam mengatasi masalah pangan adalah bertambahnya jumlah pangan yang harus disediakan karena pertumbuhan populasi. hal ini menyebabkan ketersediaan sumber dan kualitas jadi menurun. Jadi masalahnya adalah bagaimana untuk menggunakan teknologi modern untuk menyokong penggunaan/ pemanfaatan produksi pangan yang cukup tanpa mengorbankan masa depan kita. Jika kita tidak menggunakan teknologi yang cocok, maka tujuan untuk memenuhi kebutuhan manusia akan pangan sukar dicapai.

Masalah yang sangat mencemaskan adalah bagaimana untuk memenuhi kebutuhan pangan bagi penganggur atau pekerja kasar musiman, dan buruh yang hanya mempunyai tanah sedikit, terutama pada daerah miskin dimana produksi makanan relatif rendah. Usaha untuk mengatasi masalah ini masih didasarkan pada gejala-gejala yang timbul dan belum diatasi secara tuntas. Salah satu usaha yang dikenal adalah proyek padat karya. Proyek ini biasanya dikerjakan secara gotong royong, proyek ini juga langsung membantu program-program yang sulit pada daerah yang menderita banjir, kekeringan, gempa bumi dll. Dari proyek ini mempunyai dua faedah yaitu:

1. Distribusi pangan pada group masyarakat ekonomi lemah
2. Memperbaiki prasarana pertanian.

Sumber biologi di Indonesia banyak yang potensial untuk dikembangkan sebagai sumber makanan. Kelompok-kelompok masyarakat tertentu telah ada yang memanfaatkan sumber tersebut sebagai sumber makanan walaupun dalam jumlah yang sedikit.

Beberapa sumber pangan yang mempunyai prospek baik untuk dikembangkan pada masa mendatang adalah:

#### 1. Sumber karbohidrat

##### a. Biji-bijian

Sesuai dengan susunan zat gizi, biji-bijian merupakan sumber energi yang utama karena mengandung karbohidrat dan protein, disamping mengandung vitamin B1.

Jagung merupakan biji-bijian yang dipakai sebagai alternatif untuk mengatasi kebutuhan yang sangat besar akan beras. Cara pengelolaan tanaman jagung lebih mudah dibandingkan beras, misalnya tanaman jagung bisa tumbuh di tanah kering sehingga irigasi bukan suatu faktor pembatas, serangan hama penyakit sedikit, adaptasi terhadap iklim dan keadaan tanah sangat baik. Jenis biji-bijian yang lain adalah sorgum . Sorgum biasanya tumbuh di Jawa Tengah, Yogya, Jawa Timur, Nusa Tenggara Timur. Sorgum kurang disenangi seperti beras dan jagung, sehingga produksinya tidak untuk makanan pokok tetapi hanya untuk makanan pengganti bagi keluarga selama musim paceklik.

##### b. Umbi-umbian.

Ada beberapa spesies umbi-umbian yang dikenal manusia seperti ubi kayu, ubi jalar , kentang, talas. Kecuali kentang, tanaman yang lain dapat tumbuh di tanah kering, kebun dan lahan sawah saat musim kering sebagai tanaman rotasi padi , jagung atau tanaman palawija lainnya. Umbi-



umbian ternyata mengandung energi yang lebih tinggi per unit luas dibandingkan dengan biji-bijian. Sebagai contoh singkong mengandung energi tiga kali energi jagung, 2 kali energi padi. Di Indonesia umbi-umbian pada daerah tertentu dipakai sebagai makanan pokok dan didaerah tertentu lainnya dipakai sebagai makanan pelengkap. Dilihat dari kemungkinan untuk meningkatkan produksi pangan, umbi-umbian sangat potensial, tetapi untuk konsumsi manusia secara langsung tidak memadai karena kandungan proteinnya rendah.

c. Sagu

Masyarakat pulau Maluku telah menggunakan sagu yang tersedia sejak beberapa abad yang lalu. Sagu mengandung karbohidrat tinggi tetapi zat gizinya rendah. Tanpa tersedianya sumber protein sagu hanya sebagai makanan tambahan untuk menutupi kekurangan energi pada makanan biji-bijian.

## 2. Sumber Protein

a. Protein sayuran

Biji-bijian tidak kaya akan protein, hanya mengandung sekitar 6-10% jadi harus dikonsumsi dalam jumlah besar untuk memenuhi kebutuhan protein sehari-hari. Kira-kira 2/3 konsumsi protein di Indonesia berasal dari biji-bijian terutama beras. Sumber protein ke dua adalah kacang-kacangan. Tiga spesies kacang-kacangan yang biasa digunakan untuk makanan yaitu : kedelai, kacang tanah, dan kacang hijau. Mereka termasuk tanaman palawija yang telah

dikenal dimana-mana dan lebih menguntungkan untuk dijual dari pada dikonsumsi. Beberapa jenis kacang-kacangan yang masih mungkin untuk dikembangkan untuk menaikkan produksi adalah kacang buncis, kacang panjang, kacang kapri dan lain-lain. Umumnya mereka tumbuh tanpa perawatan khusus, tetapi benihnya yang kering mempunyai kualitas protein yang tinggi yaitu antara 20 - 40 %.

#### b. Protein Hewani

Ada sepuluh spesies hewan yang hidup di Indonesia yang digunakan sebagai sumber makanan. Ada 4 kelompok dari spesies yang dternakan secara tradisional oleh masyarakat pedesaan seperti sapi, kerbau, kambing/biri-biri, kuda. babi umumnya dipelihara pada peternakan besar, kecuali diBali, Irian Jaya dipelihara sebagai hewan piaraan rumah tangga. Ada tiga cara yang potensial untuk menaikkan produksi ternak :

1. Menaikkan populasi dengan mempercepat laju kelahiran, cara ini tergantung pada cara penyediaan pangannya dan padang rumput yang baik. Di Jawa hal ini sudah tidak mungkin lagi.

2. Dengan jalan perkawinan silang antara bibit lokal yang unggul atau mengimport ternak.

3. Mengontrol kesehatan agar tingkat kematian rendah.

Cara ini telah berhasil dengan terlihatnya kenaikan hasil

dan populasi ayam maupun produksi telur. Cara-cara di atas masih dapat ditingkatkan sehingga memberikan hasil yang baik. Hal ini dapat juga diterapkan untuk unggas lain seperti itik, angsa.

Tentang potensi lautan, perhatian pada perikanan darat masih berpotensi besar. Sekitar 2.3 juta ton ikan yang dapat dipanen per tahun, tapi hanya 46.2 % yang baru dapat dimanfaatkan. Protein ikan mempunyai kedudukan ke dua setelah biji-bijian dalam pola konsumsi makanan Indonesia, yaitu menyumbang 10 - 30 % dari kebutuhan total protein. Jika faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ikan (polusi air, penangkapan ikan yang berlebihan dengan alat modern, kekurangan sarana penyimpanan dan transportasi) dapat diatasi, maka produksi ikan dapat mengatasi sedikit kebutuhan yang mendesak.

### 3. Sumber Vitamin dan Garam Mineral

Mereka dikelompokkan dalam buah-buahan dan sayuran. Cara pengelolaannya bermacam-macam dapat dalam bentuk tanaman tahunan, perkebunan hortikultur, tanaman kebun, tanaman musiman yang dirotasi dengan tanaman lain, pagar hidup. Perkebunan hortikultur di daerah yang tinggi yang mempunyai suhu rendah biasanya ditanami apel, anggur, tomat dan kubis. Melihat kemampuan produksinya tidak ada masalah yang dikhawatirkan, mereka masih tersedia secara berlebihan. Masalah yang dikhawatirkan adalah aspek teknologi

selama pemeliharaan hasil panen, distribusi dan pengolahan.

## **II. Aspek Distribusi dan Pemasaran**

Banyak masalah yang dihadapi selama mekanisme distribusi dan pemasaran, diantaranya adalah kehilangan selama pengangkutan, kebijaksanaan pangan pemerintah dan pelaksanaannya serta mekanisme pemasaran.

### **A. Masalah Pangan Yang Tercecer**

Umumnya pembicaraan mengenai produksi pangan tidak menggambarkan situasi pangan secara keseluruhan. Faktor yang mempengaruhi kehilangan pangan baik kualitas maupun kuantitas diantaranya karena faktor pemanenan, pengepakan, pengolahan, transportasi, penyimpanan dan pemasakan. Kehilangan berbeda menurut jenis komoditi, varietasnya, musim dsb.. Karena beragamnya faktor yang mempengaruhi kehilangan pangan, maka tidak heran jika data statistiknya kurang tepat. Betapa pentingnya masalah hilangnya panen dalam hubungannya dengan penyediaan pangan yang cukup. Salah satu usaha untuk mencegah membesarnya pangan yang tercecer adalah dengan perbaikan teknologi lepas panen serta adanya tempat penyimpanan yang memadai.

### **B. Kebijakan Pemerintah dan Pelaksanaannya.**

Agar terjadi situasi pangan yang stabil, pemerintah baik langsung maupun tidak langsung ikut campur dalam urusan jalur-jalur

pangan. Salah satunya ialah pengawasan harga oleh pemerintah yang merupakan usaha untuk melindungi produsen pangan atau konsumen, kebijaksanaan subsidi bagi produksi dan kebijaksanaan penumpukan barang.

Dalam usaha melindungi produsen pangan disamping penetapan peraturan land-reform, peraturan bagi hasil pemerintah juga menyediakan fasilitas kredit melalui koperasi petani (KUD) untuk melindungi petani dari tengkulak dan pengijon. Peraturan bagi hasil terutama untuk melindungi buruh tani dan nelayan agar mendapatkan bagian yang sepadan.

Salah satu usaha pemerintah dalam usaha melindungi konsumen adalah dengan membuat peraturan pangan. Misalnya peraturan dalam pengolahan beras, pemerintah melarang menggiling beras sampai sangat bersih, hal ini untuk menghindari hilangnya vitamin B1 yang berguna untuk mengatasi masalah penyakit beri-beri. Peraturan ini telah dibuat beberapa tahun yang lalu oleh pemerintah kolonial sebelum perang, tetapi sampai sekarang tidak pernah dilaksanakan apalagi sejak adanya kebijaksanaan import beras yang hampir semuanya dalam keadaan bersih. Peraturan yang lain adalah keharusan untuk menempel peringatan berupa label pada susu kental manis dengan kata "Bukan untuk makanan bayi".

Banyak perencanaan yang dibuat untuk melengkapi dan membantu kebijaksanaan produksi. Produsen harus dirangsang untuk menaikkan produksinya dengan berbagai cara. Kebijaksanaan pemerintah dalam hubungannya masalah distribusi dan pemasaran antara lain :

- a. Mengatur mekanisme harga misalnya
  - menetapkan harga dasar padi kering (gabah) dan beras
  - menyediakan subsidi untuk pupuk dan pestisida
  - pemberian kredit dengan bunga yang rendah dan prosedur yang mudah.
- b. Mengatur faktor-faktor di luar harga
  - membentuk kelompok kerja di pedesaan untuk memudahkan pelayanan pemerintah dan penyuluhan kepada petani
  - perbaikan sarana (jalan, irigasi, jembatan).
  - inpres, program untuk membangun pedesaan dll.

Dalam hubungannya dengan penyediaan pangan selama satu tahun, pemerintah melaksanakan program persediaan pangan yang disebut operation buffer stock. Cadangan pangan ini digunakan sebagai alat pengontrol harga agar harga tidak terlalu rendah atau terlalu tinggi. Untuk produksi lokal (beras), operasi buffer stock digunakan untuk mengatasi panen yang berlebihan dan untuk memenuhi permintaan diwaktu musim paceklik, Jika masih kurang dapat diatasi dengan import.

### III. Aspek Konsumsi

Makanan manusia tidak sesederhana makanan hewan. Beberapa faktor yang mempengaruhi makanan manusia adalah :

- a. keinginan pribadi
- b. lingkungan sosial dan budaya
- c. lingkungan fisiknya
- d. standart hidup

Faktor-faktor tersebut di atas saling berkaitan satu sama lain membentuk pola makanan dari generasi ke generasi berikutnya. Makanan Indonesia dapat dikelompokkan dalam 5 kelompok yang disebut 4 sehat 5 sempurna yaitu:

- makanan pokok
- lauk pauk diluar sayuran
- sayur mayur
- buah-buahan
- susu

Pola makanan tersebut menjadi tidak lengkap baik secara kualitatif maupun kuantitatif dengan adanya :

- pemilihan makanan pokok selain beras
- kebutuhurufan
- kemiskinan
- pengaruh industri makanan .

Pola makanan masyarakat yang sehat memberikan sumbangan terhadap pembangunan bangsa dan negara secara menyeluruh baik kebudayaan maupun keilmuan. Untuk mewujudkannya akan menemui beberapa kesulitan karena harus merubah kebiasaan dan cara berfikir suatu masyarakat.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Husaini (1980) , Emergency Nutrition : keadaan gizi penduduk daerah rawan pangan. Bogor : Jurusan Gizi Masyarakat, Institut Pertanian Bogor.
2. Khumaidi, Muhamad (1984). Masalah Pangan dan Gizi. Bogor: Institut Pertanian Bogor.