

**GAMBARAN KERAGAMAN PANGAN LOKAL  
SUMBER KARBOHIDRAT DI DESA GRAJEGAN  
KECAMATAN TAWANGSARI KABUPATEN SUKOHARJO**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan  
Pendidikan Diploma III (tiga) Kesehatan Bidang Gizi



**Diajukan Oleh :**

**DYAH PUJI ANGGRAHENI**  
**NIM : J 300 060 023**

**JURUSAN GIZI FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2009**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pangan adalah bahan makanan yang siap diolah menjadi makanan yang siap dikonsumsi untuk mencukupi kebutuhan tubuh, pertumbuhan, kerja dan perbaikan jaringan tubuh. Makanan sangat berpengaruh terhadap status kesehatan dan keadaan gizi seseorang untuk menunjang aktivitasnya. Ketersediaan pangan tergantung pada lahan yang tersedia, tenaga untuk mengolah lahan, modal dan tingkat pendapatan untuk mengolah maupun membeli pangan, keahlian dan ketrampilan. Kegiatan budaya suatu keluarga, kelompok masyarakat, negara atau bangsa mempunyai pengaruh yang kuat terhadap apa, kapan dan bagaimana penduduk makan. Faktor pribadi mempengaruhi jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi ditentukan oleh tingkat pengetahuan gizi, kesukaan dan status kesehatan (Djaeni, 1999).

Pangan dan gizi merupakan unsur sangat penting dalam meningkatkan Sumber Daya Manusia yang berkualitas, karena pangan selain mempunyai arti ekonomi dan politis. Implikasinya bahwa penyediaan, distribusi dan konsumsi pangan dengan jumlah keamanan dan mutu gizi yang memadai harus terjamin sehingga dapat memenuhi kebutuhan penduduk di seluruh wilayah pada setiap saat sesuai dengan pola makan dan keinginan mereka agar hidup sehat dan aktif (Djaeni, 1999).

Sumber Daya Manusia yang berkualitas merupakan faktor penentu dalam upaya meningkatkan produktivitas dan daya saing bangsa Indonesia pada percaturan global. Penduduk Indonesia harus mempunyai derajat kesehatan dan gizi yang lebih baik agar dapat hidup lebih lama, lebih aktif, dan produktif serta lebih mampu menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi (Anonim, 2008).

Dalam upaya membangun sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas dengan mendorong perilaku dan kebiasaan masyarakat agar memiliki budaya makan dan hidup sehat dipandang perlu menggalakkan keragaman (penganekaragaman) pangan, melalui upaya penyediaan pangan yang beragam untuk memenuhi permintaan, memperluas Program Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS) sebagai wahana pendidikan gizi, memantapkan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) dan mengembangkan sikap dan perilaku keluarga dan masyarakat, agar tetap menyukai makanan setempat serta upaya lainnya sesuai dengan kebutuhan masyarakatnya, yang berasal dari pangan lokal (Djiteng, 1989).

Contoh dari pangan lokal diantaranya adalah beras, jagung, singkong, ubi jalar dan sagu. Beras merupakan bahan makanan pokok yang paling cocok untuk sebagian rakyat Indonesia dan penduduk daerah tropik lainnya. Di beberapa daerah di Indonesia, jagung sudah dipergunakan sebagai bahan makanan pokok di samping beras, dikombinasikan dengan tingkat perbandingan tertentu. Untuk umbi-umbian hanya dijadikan makanan nyamikan (snack) (Djaeni, 1999).

Keragaman pangan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk menghargai keragaman budaya pangan termasuk pola pangan dan penghargaan atas keragaman sumber daya pangan. Pada sepuluh tahun terakhir produksi pangan dan daya beli masyarakat semakin meningkat, dengan demikian tingkat pangan dan gizi masyarakat semakin baik (Djaeni, 1999).

Pada beberapa daerah, berbagai macam bahan pangan mungkin didatangkan dari daerah lain karena belum memungkinkan untuk menghasilkan bahan pangan sendiri. Dalam hal ini jalur distribusi pangan yang ditempuh lebih jauh dibandingkan dengan bahan pangan yang dihasilkan sendiri. Dalam arti luas masalah ini merupakan sistem yang mencakup

masalah-masalah semenjak dari tingkat produksi bahan pangan, pengadaan, dan distribusi pangan serta mata rantai pemasarannya, konsumsi pangan dan pengaruhnya terhadap status gizi manusia, kecukupan gizi, sampai pada implikasi perilaku dan aspek sosio-ekonomi masyarakat (Anonim, 2004).

Untuk itu berdasarkan latar belakang maka peneliti mengambil tempat penelitian di desa Grajegan Kecamatan Tawang Sari Kabupaten Sukoharjo. Di Desa Grajegan ini banyak lahan yang ditanami padi, jagung, dan singkong dan banyak sekali jenis olahan bahan lokal sehingga penulis ingin mengetahui gambaran keragaman pangan lokal sumber karbohidrat di daerah tersebut.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah tersebut, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut: bagaimana gambaran keragaman pangan lokal sumber karbohidrat di desa Grajegan Kecamatan Tawang Sari Kabupaten Sukoharjo.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui gambaran keragaman pangan lokal di Desa Grajegan, Kecamatan Tawang Sari, Kabupaten Sukoharjo.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Identifikasi pangan lokal sumber karbohidrat di Desa Grajegan, Kecamatan Tawang Sari, Kabupaten Sukoharjo
- b. Mendeskripsikan pola makan di Desa Grajegan, Kecamatan Tawang Sari, Kabupaten Sukoharjo
- c. Mendeskripsikan jenis olahan pangan lokal khususnya sumber karbohidrat yang ada di Desa Grajegan, Kecamatan Tawang Sari, Kabupaten Sukoharjo.

- d. Mendeskripsikan frekuensi mengkonsumsi pangan lokal khususnya karbohidrat di Desa Grajegan, Kecamatan Tawang Sari, Kabupaten Sukoharjo

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Keluarga dan Masyarakat  
Sebagai informasi mengenai keadaan keragaman pangan lokal di suatu wilayah.
2. Bagi Mahasiswa  
Dapat menambah wawasan keragaman pangan lokal dari hasil penelitian
3. Bagi Peneliti Lain  
Sebagai bahan acuan dan menambah wawasan pengetahuan tentang keragaman pangan lokal.