

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Penggunaan Bumbu Penyedap (MSG) Dalam Konsumsi Makanan Sehari-Hari Mahasiswa Tata Boga Universitas Negeri Surabaya

Chlara Amanda Widya Goni¹, Fitrotin Ni'ma Intan Sari², Erinna Ayu Prasysta³, Rizky Nova Prasetya⁴

^{1,2,3,4}Pendidikan Tata Boga, Universitas Negeri Surabaya

Jl. Ketintang, Gayungan, Kota Surabaya, Jawa Timur 60231, Indonesia

Korespondensi penulis: chlara.19005@mhs.unesa.ac.id¹

Abstract. *This study aims to find information about the relationship between knowledge and attitudes about the use of seasoning (MSG) in everyday life for culinary management students at Surabaya State University. The research method used is quantitative research by conducting surveys through questionnaires with Google form media. The samples taken were culinary students at Surabaya State University. This research can be an analysis of scientific synchronization of the use of seasoning (MSG) with its application in daily food consumption. This research is an action research which emphasizes action. Researchers carry out actions or experiments specifically observed continuously, seen the advantages and disadvantages. The research population included all students of Culinary Planning at Surabaya State University. The samples were taken as many as 50 catering students. The independent variable is knowledge and attitudes of Unesa Catering Students and the dependent variable is seasoning (MSG). How to obtain data with the closed questionnaire / questionnaire method.*

Keywords: *Seasoning, Knowledge, Attitudes, MSG, Culinary education.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mencari informasi tentang hubungan pengetahuan dan sikap penggunaan penyedap (MSG) dalam kehidupan sehari-hari bagi mahasiswa tata boga Universitas Negeri Surabaya. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan melakukan survey melalui kuesioner dengan media google form. Sampel yang diambil adalah mahasiswa tata boga Universitas Negeri Surabaya. Penelitian ini dapat menjadi analisis sinkronisasi ilmu pengetahuan terhadap penggunaan bumbu penyedap (MSG) dengan penerapannya dalam konsumsi makanan sehari-hari. Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat action research yang menekankan pada action atau tindakan. Peneliti melakukan tindakan atau eksperimen yang secara khusus diamati secara terus menerus, dilihat kelebihan dan kekurangannya. Populasi penelitian meliputi seluruh mahasiswa Tata Boga Universitas Negeri Surabaya. Adapun sampel diambil sebanyak 30 mahasiswa Tata Boga. Variabel bebasnya yaitu pengetahuan dan sikap Mahasiswa Tata Boga Unesa dan variabel terikatnya adalah bumbu penyedap (MSG). Cara perolehan data dengan metode kuesioner/agket tertutup.

Kata kunci: Penyedap, Pengetahuan, Sikap, MSG, Pendidikan Tata Boga

LATAR BELAKANG

Penyedap rasa merupakan salah satu bahan tambahan (zat aditif) yang diberikan pada masakan dengan tujuan untuk memperkuat rasa pada masakan dan digunakan secara instan supaya masakan menjadi lebih lezat dengan takaran bumbu yang sedikit. Penyedap rasa mengandung asam glutamat yang merupakan salah satu dari 20 asam amino yang ditemukan pada protein yang dapat menyebabkan rasa menjadi gurih. Asam glutamat dapat berasal dari bahan-bahan alami, diantaranya yaitu bawang merah, bawang putih, ketumbar, merica, serai, jamur dan sebagainya. Sedangkan penyedap rasa buatan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat pada umumnya terbuat dari tetes tebu atau molase yang telah ditambahkan dengan zat-zat kimia ($2SO_4$, NH_3 , NaOH, HCl, dll) seperti MSG.

Monosodium glutamat (MSG) adalah salah satu bahan penyedap rasa buatan yang kerap dikonsumsi masyarakat, yang biasa disebut mechin atau vetsin. Monosodium glutamat terdiri atas garam natrium (sodium) dari asam glutamat (salah satu asam amino non-esensial penyusun protein) yang secara alami terdapat pada semua bahan makanan yang mengandung protein (Faodziyah, 2014). Seasoning atau bahan penyedap adalah penguat rasa (flavor enhancer) yang berfungsi untuk menambah rasa nikmat dan menekan rasa yang tidak diinginkan pada suatu bahan makanan (Palupi, 2013).

MSG menjadi kebutuhan utama dapur pada masa kini bahkan masyarakat beranggapan bahwa tanpa MSG masakan tidak lengkap rasanya bahkan terasa hambar dilidah. Menyampingkan peran Msg yang dapat menambah rasa, banyak dari masyarakat yang mengetahui bahwa msg berbahaya bagi kesehatan karena dapat memicu timbulnya gejala kelenjar tiroid, dada panas, sesak nafas, kepala pusing, serta kerusakan sel jaringan otak dan kanker seperti hasil yang dinyatakan dari beberapa penelitian.

METODE

Jenis penelitian ini bersifat observasional dengan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan melakukan survey melalui kuesioner menggunakan media google form. Tahapan metode penelitian: Membuat angket, Mengembangkan instrumen angket, Menentukan sampel, Melakukan survei melalui angket yang telah disediakan, Mengumpulkan data, Memeriksa data (editing), Mengkode data, Data entry, Pengolahan dan analisis data, Interpretasi data dan Membuat kesimpulan serta rekomendasi.

Variabel bebas yang digunakan adalah mahasiswa tata boga Universitas Negeri Surabaya. Sedangkan variabel terkait yang digunakan adalah hubungan pengetahuan dan sikap penggunaan bumbu penyedap (MSG) dalam konsumsi makanan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument tentang penggunaan MSG dalam konsumsi makanan sehari-hari. Cara memilih pilihan yang sudah disediakan berdasarkan pengalaman pribadi di kehidupan sehari-hari yang telah dijalankan mengenai penggunaan msg.

TEKNIK ANALISIS DATA

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah menganalisis hasil penilaian Penggunaan MSG dalam konsumsi makanan sehari-hari yaitu dengan melihat hasil data dari pengisian kuisisioner yang diberikan kepada responden. Kemudian dilakukan analisis data dengan cara menghitung jumlah dari setiap pilihan poin pertanyaan kuisisioner kemudian dilakukan perbandingan dan pada akhirnya ditarik kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian hubungan pengetahuan dan sikap penggunaan bumbu penyedap (MSG) dalam konsumsi makanan sehari-hari ini telah menyebarkan angket menggunakan media google form yang telah disebar melalui akun media sosial seperti WA Grup dan telah diisi oleh 50 responden. Terdapat pertanyaan Pengetahuan tentang MSG, Sikap pendapat terkait penggunaan MSG, Perilaku atau penggunaan MSG sehari-hari dengan rincian sebagai berikut:

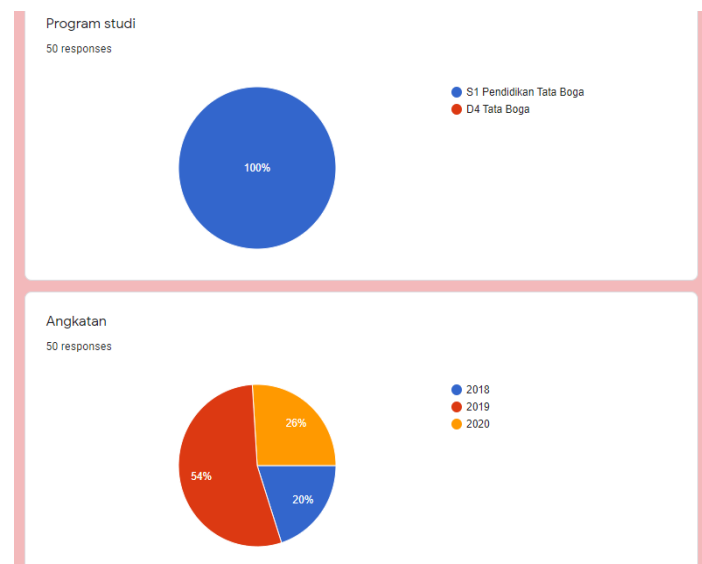
1. Potensi dan Masalah

Peneliti melakukan analisis potensi dan masalah, menyusun informasi hasil dari observasi awal terkait penggunaan bumbu penyedap serta dampak terhadap dengan pengetahuan dan sikap konsumen. Setelah didapatkan informasi hasil observasi, peneliti menyusun angket pertanyaan terkait pengetahuan dan sikap mahasiswa tata boga UNESA dalam penggunaan msg.

2. Penyebaran angket

Penyebaran angket dilakukan melalui media google form yang telah disebar melalui akun media sosial seperti WA Grub dan telah diisi oleh 50 responden.

Berikut hasil jawaban responden terhadap angket pertanyaan Pengetahuan tentang MSG, Sikap pendapat terkait penggunaan MSG, Perilaku atau penggunaan MSG sehari-hari.



1. Jumlah responden

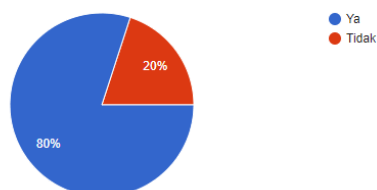
Gambar 1. Pie chart jumlah responden

Peserta yang mengisi angket keseluruhan berasal dari S1 Pendidikan Tata boga. 20% (sebanyak 10 orang) responden berasal dari angkatan 2018, 54% (sebanyak 27 orang) responden berasal dari angkatan 2019, serta 26% (sebanyak 13 orang) responden berasal dari angkatan 2020.

2. Pengetahuan tentang MSG

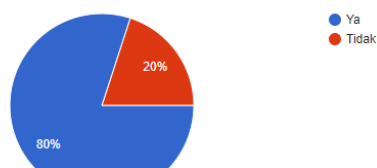
1. Penyedap makanan selalu digunakan dalam pengolahan makanan agar lebih enak

50 responses

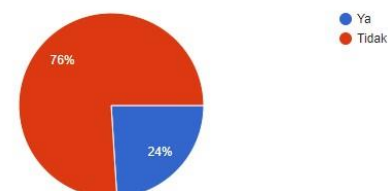


2. Makanan yang diberi penyedap makanan lebih nikmat dibandingkan dengan makanan yang tidak diberi penyedap makanan

50 responses

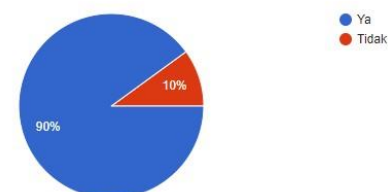


50 responses



4. Penggunaan penyedap makanan yang berlebihan akan mengganggu kesehatan tubuh

50 responses



Gambar 2. Pie chart angket pertanyaan terkait pengetahuan mahasiswa tentang MSG

Dari 15 pertanyaan yang diajukan dalam angket pengetahuan, diketahui bahwa:

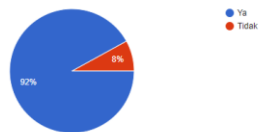
Pengetahuan	n	%
Jawaban benar	32	64,0
Jawaban salah	18	36,0
Total	50	100,0

Table 1.1 perhitungan jawaban responden terhadap angket pengetahuan terkait MSG

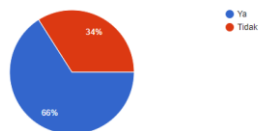
Berdasarkan data dapat dilihat bahwa sebanyak 64% mahasiswa dapat menjawab dengan benar pertanyaan terkait MSG. Mahasiswa tata boga mengetahui bahwa penambahan bahan penyedap pada masakan dapat meningkatkan rasa. Namun makanan yang diberi penyedap rasa secara berlebihan itu tidak aman untuk dikonsumsi sebab dapat mengganggu kesehatan tubuh. Kebanyakan responden sering menggunakan penyedap makanan ketika memasak namun mereka tetap tidak percaya diri terhadap masakannya. Responden juga merasa bahwa makanan yang mengandung penyedap rasa tidak aman untuk dikonsumsi bahkan keluarga mereka tidak senang menggunakan penyedap makanan namun responden tidak takut untuk menggunakan penyedap makanan meskipun mereka mengetahui bahwa penyedap makanan ini berbahaya bagi keluarga mereka jika dikonsumsi secara berlebihan. Kebanyakan responden tidak menggunakan penyedap makanan saat memasak dan mereka berusaha mengurangi penyedap makanan saat memasak. Responden akan menggunakan penyedap makanan jika dirasa masakan mereka kurang sedap.

3. Sikap terkait penggunaan MSG

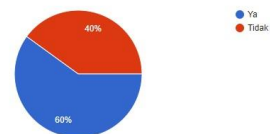
1. Saya pernah mengonsumsi MSG
50 responses



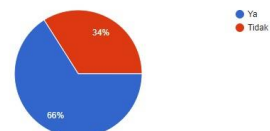
2. Saya tidak mengalami reaksi sensitif (intoleran) bila menggunakan MSG
50 responses



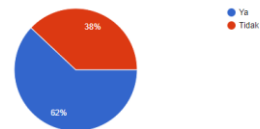
3. Saya suka mie instan, paling tidak sekali dua-minggu saya nikmati
50 responses



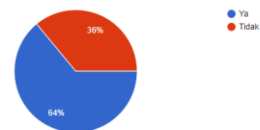
4. Paling tidak sekali seminggu saya makan kecap
50 responses



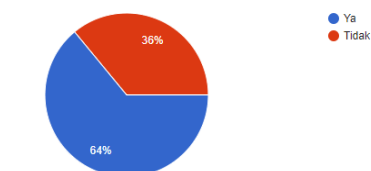
5. Saya suka nasi goreng, paling tidak sekali dua-minggu saya nikmati
50 responses



6. Saya suka bakso, paling tidak sekali dua-minggu saya nikmati
50 responses



7. Menurut saya MSG aman dikonsumsi
50 responses



Gambar 3. Pie chart angket ertanyaan terkait sikap responden terhadap penggunaan MSG

Dari pie chart diatas dapat diketahui bahwa rata-rata responden pernah mengonsumsi MSG melalui makanan bakso. Sebanyak 66% responde tidak mengalami sensitifitas memakan MSG dan sebanyak 64% responden mengatakan aman untuk dikonsumsi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pada dasarnya mahasiswa sudah mengetahui bahwa MSG merupakan penyedap rasa yang membantu terciptanya rasa umami pada masakan yang dibuat dan penggunaan MSG yang terlalu berlebihan juga bukanlah pilihan yang baik, karena dapat memicu beberapa dampak negatif seperti masalah kesehatan. Namun, dalam konsumsi makanan sehari-hari mahasiswa masih sering mengonsumsi MSG dan menganggap bahwa itu adalah hal yang sewajarnya apabila tidak mengonsumsi melebihi batas.

Saran

Untuk dapat menciptakan suatu masakan yang lezat perlunya untuk membangun rasa percaya diri terlebih dahulu dengan begitu maka kita tidak akan ragu-ragu dalam memasak dan kita jadi lebih percaya pada kemampuan diri jikalau dalam memasak tidak menggunakan MSG.

REFERENSI

Anonym.diakses tanggal 10 september 2021.di
<http://eprints.ums.ac.id/74557/2/BAB%20I.pdf>

Anonym.diakses tanggal 10 September 2021.di
<http://eprints.ums.ac.id/51177/4/BAB%20I%20sandra%20FIX.pdf>

Anonym.diakses tanggal 10 September 2021.di [http://repository.poltekkes-](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1290/3/BAB%20II.pdf)
[denpasar.ac.id/1290/3/BAB%20II.pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1290/3/BAB%20II.pdf)

Anonym.diakses tanggal 10 September 2021.di
<http://eprints.ums.ac.id/74556/1/BAB%20I.pdf>

Putri,Rika Wardani Rangkuti. (2018). “HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP
DENGAN TINDAKAN IBU RUMAH TANGGA DALAM PENGGUNAAN
BUMBU MASAK INSTAN DI KELURAHAN TANJUNG SARI KECAMATAN
MEDAN SELAYANG KOTA MEDAN”

Diakses pada 10 September 2021, dari
[http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/2220/121000456.pdf?seq](http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/2220/121000456.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
[uence=1&isAllowed=y](http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/2220/121000456.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Syukroni,Ikbal. (2018, April). “MSG: Kebutuhan atau Racun”. Diakses pada tanggal
10 September 2021 dari
[https://www.researchgate.net/publication/324257806_MSG_Kebutuhan_atau_R](https://www.researchgate.net/publication/324257806_MSG_Kebutuhan_atau_Racun)
[acun](https://www.researchgate.net/publication/324257806_MSG_Kebutuhan_atau_Racun)