

## **4. PEMBAHASAN**

Pada umumnya, pempek merupakan salah satu makanan yang dapat dijadikan sebagai usaha diversifikasi pengolahan hasil perikanan dengan potensi yang dapat dikembangkan sehingga menghasilkan kandungan gizi yang lebih tinggi (Suryaningrum & Muljanah, 2009). Pada tahapan ini seseorang dapat memutuskan jenis makanan yang akan mereka makan sendiri (Aulia & Yuliati, 2018). Responden pada penelitian ini diperoleh dari mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang termasuk dalam masa remaja akhir. Pada Gambar 3., bahwa hasil dari responden diperoleh 8 Fakultas dan 5 angkatan dengan rentang usia 19-23 tahun.

Pemilihan makan dengan keluarga merupakan proses sosialisasi yang terjadi sejak lahir hingga saat ini (Aulia & Yuliati, 2018). Hal itu, sejalan dengan hasil Tabel 6., yang dilihat bahwa mahasiswa mengkonsumsi pempek dengan keluarga lebih banyak dibandingkan sendiri dan dengan teman-teman. Sedangkan, hasil mengenai membeli pempek responden banyak memilih menggunakan uang sendiri dibandingkan orang lain yang membayar. Hasil untuk uang saku per minggu dari responden diperoleh nilai yang tertinggi yaitu berkisaran Rp.10.000 – Rp.100.000/minggu. Menurut pendapat dari Aulia & Yuliati (2018), yang mengatakan bahwa mengelola uang merupakan aktivitas untuk mengatur keuangan dalam kehidupan sehari-hari yang dilakukan setiap individu. Apabila menerapkan cara pengelolaan keuangan dengan benar, maka individu diharapkan dapat memperoleh manfaat yang maksimal dari uang yang dimiliki. Mahasiswa mempunyai tanggung jawab dan resiko keuangan untuk masa depan yang seharusnya lebih besar. Uang saku memiliki pengaruh yang signifikan dengan literasi keuangan. Oleh karena itu, uang saku dapat mengajarkan seseorang untuk mengelola uang dengan baik sehingga dapat memberikan peluang kepada orang tua untuk mendidik anaknya supaya dapat mengelola uang dengan baik.

### **4.1. Konsumsi Pempek**

Pada saat ini pempek banyak digemari masyarakat karena memiliki rasa yang khas, bentuk yang menarik dan pilihan yang beragam (Alhanannasir *et al.*, 2017). Makanan satu ini cocok dimakan dengan menggunakan kuah cuko yang mengandung karbohidrat sagu jenis polisakarida dan sukrosa dari gula yang mengandung gula merah/gula jawa jenis disakarida (Rifani & Romadhon, 2016). Berdasarkan Gambar 4., dapat dilihat bahwa responden memilih

mengonsumsi pempek yaitu 1 kali dalam 1 minggu. Dapat diperkuat dengan pendapat Marlindayanti *et al.*, (2014) mengonsumsi karbohidrat (sukrosa) secara berlebihan terutama pada makanan bertekstur lengket dapat meningkatkan aktivitas bakteri yang mengakibatkan pH dalam mulut rendah, sehingga membuat terjadinya demineralisasi (keadaan dimana kristal-kristal pada permukaan gigi kehilangan mineral). Selain itu menurut pendapat Muchsiri *et al.*, (2020) karakteristik spesifik dari pempek adalah *cuko* khususnya pada asam *cukonya* yang mempunyai sifat merusak gigi (*caries dental*).

Menurut pendapat Multidisiplin *et al.*, (2020) hampir seluruh masyarakat Indonesia mengetahui pempek mulai dari anak-anak, orang tua, hingga manula. Rasa ikan khas yang gurih dan nikmat menjadi salah satu alasan masyarakat menyukai makanan satu ini. Pada Tabel 7., variasi pempek yaitu lenjer, kapal selam, andaan, pastel, kulit, keriting, lenggang dan dos (pempek tanpa ikan). Berdasarkan data Tabel 8., diperoleh hasil rata-rata responden sudah pernah memakan pempek semua varian tersebut, sedangkan untuk varian pempek keriting (4,33%) dan pestel (5,76 %) responden sedikit yang pernah makan pempek varian tersebut. Tabel 9., responden cenderung lebih menyukai pempek dengan varian kapal selam (34,18%) dan lenjer (24,90%) dibandingkan varian lainnya serta dari segi harga responden juga memilih kedua varian tersebut. Pempek varian kapal selam dan lenjer paling sering dijumpai karena menurut responden pempek tersebut banyak dijual dipasaran. Selain itu, varian tersebut juga merupakan makanan favorit, rasanya enak, cocok di lidah, teksturnya kenyal, dan pada kapal selam memiliki isian telur. Sedangkan, untuk yang tidak disukai oleh responden yaitu pempek varian keriting (24,55%) dan dos (pempek tanpa ikan) (22,75%). Responden tidak menyukai varian keriting karena memiliki bentuk yang tidak familiar, tidak sering menemui, rasa tidak enak, dan lembek. Pempek varian dos (pempek tanpa ikan) juga sebagai salah satu yang tidak disukai responden, karena varian tersebut tidak mempunyai rasa ikan tetapi hanya rasa tepung saja dan tidak cocok di lidah, padahal pempek memiliki ciri khas pada ikannya. Pada Tabel 10., berdasarkan dengan harga responden lebih memilih varian kapal selam (Rp. 19.000) (25,15%) dan lenjer (Rp. 11.000) (22,28%).

Pada Tabel 11., didapatkan hasil dari kebanyakan responden memilih untuk datang langsung ke kedai pempek secara spontan untuk membeli pempek. Responden memiliki berbagai alasan untuk memilih kedai pempek yaitu mulai dari kualitas dan rasa lebih terjamin, akses mudah untuk mendapatkan pempek, mempunyai langganan salah satu *brand*, tempatnya bersih, serta pelayanan yang bagus. Selain itu, responden juga lebih mengutamakan rasa dan

kualitas dibandingkan dengan tempat beli dan pelayanannya. Kualitas makanan adalah hal yang sangat penting dan harus diperhatikan oleh seorang penjual pada produk utaman yang akan ditawarkannya pada konsumen. Kualitas rasa dari suatu produk makanan harus dijaga dengan baik agar dapat menjadi selera dan citarasa khas yang sesuai dengan konsumen. Sebuah citarasa yang khas, unik dan berbeda hanya dapat ditemukan pada tempat tertentu saja (Komala *et al.*, 2019).

#### **4.2 Pengetahuan Konsumen tentang Bayam Merah, Wortel, dan Sawi Hijau**

Komponen gizi dan non gizi yang terkandung di dalam sayuran juga memiliki peranan besar untuk kesehatan. Sebagai sumber zat gizi, sayur memiliki peranan untuk memelihara tubuh, mengatur pertumbuhan, dan penggantian sel-sel. Sedangkan, sumber zat non gizi pada sayuran menjadi penting dalam pengobatan dan pencernaan (Aswatini *et al.*, 2008). Pola konsumsi makanan dapat mengalami perubahan karena adanya globalisasi yang membuat remaja cenderung mengkonsumsi makanan tidak sehat, tinggi lemak, dan tinggi kalori dibandingkan sayuran (Sari *et al.*, 2017). Berdasarkan Gambar 5., responden lebih banyak mengetahui bahwa pempek sehat itu yang mempunyai nutrisi lebih tinggi dan manfaat dari pengolahan sayuran yaitu untuk melancarkan pencernaan. Selain itu, responden lebih tertarik pada makanan yang mempunyai kandungan nutrisi. Makanan dengan sayur sebagai bahan pelengkap akan nutrisi yang lebih lengkap dan dapat melancarkan pencernaan karena adanya serat pada sayuran. Menurut pendapat Hamidah, (2015), sayur mempunyai bermanfaat bagi tubuh diantaranya sebagai sumber vitamin dan serat yang sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh.

Pada Tabel 12., dapat dilihat bahwa responden secara berturut-turut lebih familiar dengan pewarna alami yaitu wortel, sawi hijau, dan bayam merah. Hal tersebut dikarenakan pada wortel dan sawi hijau responden lebih sering mengkonsumsi dan menemuinya diberbagai olahan makanan. Selain itu, sayuran sering digunakan sebagai bahan tambahan pewarna alami untuk inovasi produk seperti pada olahan mie. Sedangkan, untuk bayam merah tidak terlalu familiar bagi banyak responden. Hal tersebut sejalan dengan pendapat dari Suwita *et al.* (2012), yang mengatakan mayoritas masyarakat tidak banyak yang mengenal bayam merah, melainkan lebih familiar dengan bayam hijau. Pada Tabel 13., didapatkan hasil dari responden kandungan nutrisi yang ada didalam bayam merah, wortel dan sawi hijau yaitu berupa zat besi, serat, serta vitamin. Menurut pendapat dari Aditia & Budhi (2016), sayuran

adalah salah satu makanan yang banyak mengandung zat gizi dan dengan berbagai manfaatnya untuk tubuh yaitu sebagai sumber vitamin, serat, dan mineral sehingga sangat baik untuk di konsumsi karena dapat menjaga kesehatan tubuh. Sayuran mempunyai kandungan yang sangat beragam, namun vitamin dan serat adalah kandungan yang pasti ada di dalam semua jenis sayuran.

Pada Tabel 14., didapatkan hasil dari ketiga jenis sayuran tersebut memiliki manfaat yang berbeda yaitu bayam merah untuk melancarkan pencernaan dan mencegah anemia. Bayam merah mempunyai berbagai manfaat yaitu untuk menurunkan kadar kolesterol, mencegah sakit gusi, merawat kulit; kepala; dan rambut, serta mengobati rasa lesu akibat dari kurang darah (anemia) (Sulistyaningrum, 2014). Salah satu penyakit yang dapat disebabkan karena kekurangan zat besi adalah anemia dan biasanya terjadi pada ibu hamil (Suwita, *et al.*, 2012). Selain itu kandungan serat pada bayam merah yang tinggi sangat baik untuk pencernaan dan merupakan sumber zat warna alami karotenoid (Sulistyaningrum, 2014). Sedangkan pada hasil yang didapat tentang wortel responden banyak mengetahui manfaatnya untuk menyehatkan mata dan memperlancar pencernaan. Wortel sangat disarankan untuk dikonsumsi untuk masalah kekurangan vitamin A, selain itu Beta-karoten juga merupakan komposisi dari wortel yang sangat mendominasi. Asupan vitamin A dalam jumlah tinggi dapat menjaga kesehatan mata (Lidiyawati *et al.*, 2013). Selain menyehatkan mata wortel juga memiliki serat tidak larut yang tinggi. Serat tidak larut yang ada dalam wortel memiliki peranan yaitu untuk mencegah disfungsi alat pencernaan (Wibowo *et al.*, 2014). Serat kasar (serat tidak larut) yang ada pada sayuran sudah terbukti sangat bermanfaat untuk melancarkan pencernaan, maka zat-zat racun yang berbahaya dalam tubuh akan langsung dikeluarkan melalui feses (Ichsan, 2015). Selanjutnya pada hasil yang didapat tentang sawi hijau untuk melancarkan pencernaan dan menurunkan kolestrol. Sawi hijau memiliki serat pangan yang cukup tinggi yang dapat membantu proses pencernaan dalam perut. Selain itu, sawi hijau bermanfaat untuk menurunkan kolesterol jahat penyebab stroke atau penyakit jantung yang mematikan, selain itu juga dapat menurunkan kadar gula darah akibat dari penyakit kencing manis (Alifah *et al.*, 2019).

Pewarna alami dari sayuran merupakan pewarna yang tidak toksik, dapat diperbarui, mudah terdegradasi serta ramah lingkungan (Pujilestari, 2016). Berdasarkan hasil survei Tabel 15., kebanyakan responden sudah mengetahui adanya pewarna alami yang berasal dari sayuran terutama bayam merah, wortel, dan sawi hijau. Pada Tabel 16., hasil yang diperoleh

mengenai konsumsi sayuran responden banyak yang memilih untuk mengkonsumsi sayuran. Namun pada Tabel 17., dalam 1 hari responden lebih memilih untuk makan sayuran 1x sehari dibandingkan dengan 2x sehari atau 3x sehari. Kemudian, untuk porsi sayur yang dipilih responden dengan nilai tertinggi yaitu pada 1-2 porsi perhari (1 porsi sayur = mangkok kecil = setengah ukuran mangkok mie ayam). Rendahnya konsumsi sayuran pada responden disebabkan karena kurangnya sosialisasi mengenai pentingnya mengkonsumsi sayuran untuk kesehatan tubuh, dan responden yang kurang mengerti jika tubuh memerlukan asupan sayuran. Dalam Depkes RI, (2014) menggambarkan konsep gizi seimbang dalam bentuk kerucut/tumpeng gizi seimbang, sayuran yang seharusnya dikonsumsi seseorang adalah 3-4 porsi perhari.



Gambar 7. Tumpeng Gizi Seimbang (Depkes RI, 2014)

#### 4.3. Pempek Pewarna Alami (Bayam Merah, Wortel, dan Sawi Hijau)

Banyak orang tidak mengetahui mengenai pempek yang menggunakan bahan tambahan berupa pewarna alami yang berasal dari sayuran. Padahal dengan adanya penambahan pewarna alami tersebut dapat menambahkan nutrisi pada pempek karena sayuran memiliki kandungan gizi yang baik untuk tubuh. Berdasarkan Gambar 6., diperoleh hasil bahwa responden mengkhawatirkan timbulnya aroma khas dari sayuran atau timbul aroma langu yang berasal dari sayuran dan dapat menyebabkan selera untuk makan pempek menjadi turun. Berdasarkan penelitian Evianty, *et al.* (2014), pempek dengan kadar bahan tambahan

berupa sayuran yang terlalu banyak tidak disukai responden karena mempunyai aroma sayuran yang terlalu tajam. Sependapat dengan Widyaningrum, *et al.*, (2019), semakin banyak presentase penambahan pewarna, maka aroma khas bayam merah semakin kuat. Namun, adanya inovasi pempek dengan pencampuran pewarna alami (bayam merah, wortel, dan sawi hijau) yang seimbang menarik perhatian responden. Alasannya ingin mencoba makanan tersebut karena penasaran dengan rasanya, inovatif dan memiliki kandungan nutrisi yang banyak.

#### **4.4. Tingkat Penerimaan Pempek Pewarna (Bayam Merah, Wortel, Sawi Hijau)**

Berdasarkan Tabel 18., diketahui bahwa responden berminat untuk membeli pempek dengan tambahan pewarna alami, disebabkan karena responden yang penasaran dengan rasa, dan keunikan dari makanan tersebut. Pada penelitian Widyaningrum, *et al.*, (2019), mengatakan bahwa pempek dengan penambahan sayuran sebagai bahan pewarna alami akan mengalami perubahan rasa yang dapat mengurangi rasa khas ikan dalam pempek. Penambahan konsentrasi sayuran dalam produk pempek dapat menyebabkan kecenderungan penurunan tingkat penerimaan pempek. Hal tersebut tidak sejalan pada Tabel 19., dengan hasil jawaban responden yang mengatakan bahwa penambahan sayuran dalam pempek tidak merusak rasa dari pempek original. Jawaban dari responden tersebut dipengaruhi oleh kondisi dimana responden tidak dapat mencoba pempek yang menggunakan pewarna alami secara langsung, karena penelitian ini hanya dilakukan secara online melalui survei saja.

Menurut pendapat Romadhoni, *et al.* (2020), gizi adalah salah satu faktor utama untuk menentukan kualitas hidup dan sumber daya manusia. Penentuan gizi yang baik yaitu pada jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh manusia. Hal tersebut sejalan dengan Tabel 20., dengan hasil responden ingin memunculkan kandungan gizi yang lebih dari produk pempek. Hal ini dikarenakan responden sadar akan pentingnya gizi yang akan masuk ke dalam tubuh dari makanan. Selain itu pendapat dari Uce Loeziana (2018), asupan makanan secara umum merupakan informasi dari jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi oleh individu atau sekelompok orang pada waktu tertentu. Melalui asupan makanan akan diperoleh zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk memelihara kesehatan dan pertumbuhan tubuh.

Pada Tabel 21., hasil yang didapatkan dengan adanya pempek pewarna alami bayam merah, wortel dan sawi hijau secara berturut-turut responden lebih banyak memilih pewarna alami wortel, bayam merah, dan sawi hijau. Alasan yang diberikan responden yaitu warnanya lebih menarik, warnanya tidak berubah saat digoreng, dan rasanya lebih familiar. Pada Tabel 22., hasil responden lebih memilih pempek dengan pewarna alami dari sayuran untuk menjadi variasi dalam memilih produk pempek. Respon dari responden mengenai pempek dengan pewarna alami sayuran berbeda-beda ada yang ingin inovasi pempek pewarna alami sayuran diproduksi oleh para pedagang pempek dan dijual dipasaran. Selain itu responden menyarankan agar pempek pewarna alami tidak merusak rasa khas ikan dari pempek. Saat ini masih sedikit sekali pedagang yang menjual pempek dengan pewarna alami sayuran, padahal dengan menambahkan pewarna alami sayuran pempek semakin mengandung banyak gizi. Hal ini diperkuat oleh pendapat Atma (2015), pewarna sintetis semakin marak di pasaran dibandingkan dengan pewarna alami. Namun, pewarna sintesis membawa banyak dampak buruk bagi tubuh sedangkan pewarna alami dinilai aman untuk campuran bahan makanan dan tidak menimbulkan gangguan kesehatan. Sehingga inovasi produk dengan bahan pewarna alami perlu ditingkatkan khususnya para pedagang kecil.

