

TINJAUAN PUSTAKA

Pangan

Pangan merupakan salah satu kebutuhan primer yang mempunyai fungsi yang sangat penting didalam kehidupan manusia. Ada banyak jenis tumbuhan yang digunakan masyarakat untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, seperti karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Manfaat dari tanaman pangan ini adalah beberapa tanaman dapat ditanam di sekitar pemukiman penduduk seperti padi dan jagung yang digunakan sebagai makanan pokok (Pradityo, 2016).

Pangan tidak hanya harus enak dan memiliki nilai gizi yang tinggi, tetapi juga harus bermanfaat. Istilah pangan fungsional adalah istilah yang banyak digunakan untuk menggambarkan suatu kategori makanan dan minuman yang mengandung unsur-unsur yang telah terbukti bermanfaat bagi kesehatan dan mencegah penyakit tertentu. Pangan fungsional memiliki tiga fungsi dasar, yaitu: *Sensory* (warna dan penampilan menarik, cita rasanya enak). *Nutritional* (bernilai gizi). *Physiological* (memberikan pengaruh fisiologis menguntungkan bagi tubuh)(Muchtadi, 2011).

Bahan pangan pokok memegang peranan penting dalam aspek ekonomi, sosial bahkan politik, namun sampai saat ini pemerintah masih belum memiliki daftar komoditi bahan pangan pokok yang konsisten. Menurut Undang-Undang RI No. 7 Tahun 1996, pangan merupakan kebutuhan dasar yang paling esensial bagi manusia untuk mempertahankan hidup dan kehidupan. Pangan diartikan sebagai segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah, yang diperuntukan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia termasuk didalamnya adalah tumbuhan pangan, bahan baku pangan dan bahan lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan dan pembuatan makanan ataupun minuman.

Berdasarkan UU No. 18 Tahun 2012, pangan dapat digolongkan dalam beberapa kriteria yaitu: Pangan pokok adalah pangan yang diperuntukkan sebagai bahan makanan utama sehari-hari sesuai dengan potensi sumber daya alam dan kearifan lokal, Pangan lokal adalah makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat setempat sesuai dengan potensi dan kearifan lokal, Pangan segar adalah pangan yang belum mengalami pengolahan yang dapat dikonsumsi langsung dan yang dapat menjadi bahan baku pengolahan pangan, Pangan olahan adalah makanan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu dengan atau tanpa bahan tambahan.

Pengelompokan Tumbuhan Pangan

Jenis kelompok pangan yang sering dimanfaatkan oleh masyarakat diantaranya: buah-buahan, sayuran, umbi-umbian, padi-padian, kacang-kacangan, gula, bumbu dan buah biji berlemak.

Buah-Buahan

Menurut Juliana (2013), menyatakan bahwa buah menjadi bagian yang paling banyak dikonsumsi diantaranya cempedak (*Artocarpus champeden*), nangka (*Artocarpus heterophyllum*), langsung (*Lansium domesticum*), Durian (*Durio zibethinus*), tampoi (*Baccaurea macrocarpa*), asam bacang (*Mangifera foetida*), ubi kayu (*Manihot utilissima*). Buah paling banyak dimanfaatkan karena memiliki daging buah yang umumnya dapat dikonsumsi secara langsung dan umumnya tidak memerlukan

pengolahan. Buah-buahan mengandung air yang dapat menghilangkan rasa haus dan lapar pada saat beraktivitas juga bermanfaat untuk kesehatan mata, kulit dan sistem kekebalan tubuh.

Sayur-Sayuran

Sayuran merupakan tumbuhan yang dimanfaatkan sebagai bahan pangan seperti daun, batang dan bunga dan dikonsumsi dengan cara berbeda-beda baik sebagai menu utama ataupun sebagai makanan sampingan yang menjadi sumber vitamin, mineral, serat pangan dan antioksidan bermanfaat bagi kesehatan (Juanjun, 2012). Jenis sayuran yang biasa dikonsumsi untuk masakan diantaranya adalah pakis merah (*Stenochlaena palustris*), cangkok manis (*Sauropus androgymus*) dan bambu betung (*Dendrocalamus asper*).

Sumber Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber utama energi dalam makanan untuk manusia. Tumbuhan sebagai sumber karbohidrat adalah tumbuhan yang mengandung zat tepung atau gula sebagai cadangan makanan. Karbohidrat juga disebut senyawa yang terbentuk dari molekul karbon, hidrogen dan oksigen. Sumber karbohidrat manusia berasal dari nasi, sagu, jagung, buah-buahan dan umbi-umbian. Umbi-umbian merupakan sumber karbohidrat, banyak manfaatnya dan sebagai pengganti karbohidrat dari beras dan terigu. Pertumbuhannya banyak dan tersebar diseluruh Indonesia baik di pedesaan maupun di perkotaan, akan tetapi belum dimanfaatkan secara optimal. Jenis umbi-umbian antara lain: singkong, ubi jalar, kentang, talas, uwi, suweg dan gembili (Novalinda, 2013).

Bumbu

Bumbu merupakan penyedap rasa atau aromatic yang diperoleh dari tumbuhan biasanya digunakan sebagai penyedap pada makanan atau masakan. Menurut Wiwik *at al.*, (2019), menyatakan tumbuhan yang digunakan sebagai penyedap rasa pada masakan diantaranya adalah bawang merah (*Allium cepa*), daun bawang (*Allium ampeloprasum*), bawang putih (*Allium sativum*) dan seledri (*Avium graveolens*). Berbagai jenis tumbuhan digunakan sebagai penyedap pada makanan atau masakan terutama dari suku Zingiberaceae, seperti jahe, lengkuas, kunyit dan kencur. Berbagai jenis daun atau buah dari suku Rutaceae, misalnya jeruk purut, salam dan sereh juga digunakan oleh masyarakat (Irsyad, 2013).

Minuman

Minuman adalah segala sesuatu yang dapat dikonsumsi dan dapat menghilangkan rasa haus. Minuman biasanya berbentuk cair, jenis tumbuhan yang menghasilkan cairan yang biasa dimanfaatkan oleh masyarakat untuk minuman adalah kelapa (*Cocos nificera*), aren (*Arenga pinnata*) dan lidah buaya (*Aloe barbadensis*).

Pemanfaatan Tumbuhan Sebagai Bahan Pangan

Tumbuhan yang berpotensi untuk dimanfaatkan sebagai bahan pangan adalah tumbuhan yang organ atau bagiannya dapat diolah atau dimakan mentah sebagai makanan manusia karena mengandung zat gizi yang baik bagi tubuh dan tidak berbahaya. Pengembangan tanaman pangan terutama tanaman liar seringkali dilakukan oleh masyarakat lokal untuk kepentingan mereka sendiri (Prabaningrum, 2018).

Tumbuhan penghasil pangan adalah segala sesuatu yang tumbuh atau sesuatu yang hidup, berbatang, berakar, berdaun, berbunga, berbiji, hingga akar dapat dimanfaatkan sebagai sumber makanan dan dapat dimakan atau dikonsumsi oleh manusia. Tanaman pangan memegang peranan yang sangat penting dalam kelangsungan hidup manusia, terutama di pemukiman dekat hutan (Diba, 2021).

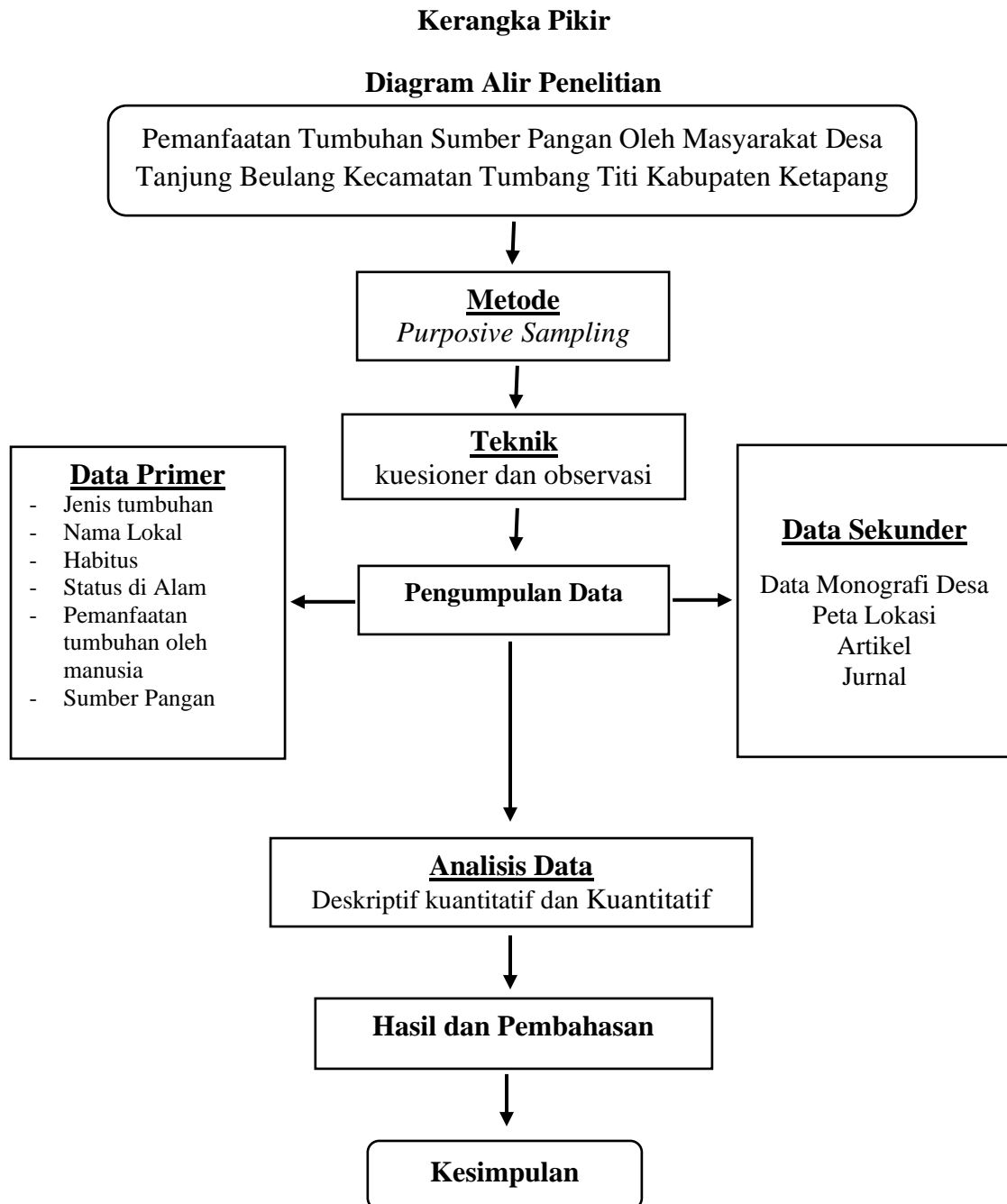
Bagian tumbuhan yang banyak dimanfaatkan ialah untuk dikonsumsi yaitu bagian buah, bunga, daun, batang atau umbi. Daun menjadi bagian tumbuhan yang paling banyak dimanfaatkan bagiannya untuk diolah sebagai menu sayur dan lalapan antara lain : Sawi liar (*Brassica rapa L*), Pegagan (*Centela asiatica L*), Junggul (*Crassocephalum crepidioides*), Pakis (*Diplazium esculentum*), Adas (*Foeniculum vulgare mill*), Ilalang (*Imperata cylindrical L*), Semanggen (*Oxalis corniculata L*), Daun sendok (*Plantago major L*), Tempuyung (*Soncus oleraceus L*) (Setiawan, 2020). Pengolahan tumbuhan pangan biasanya dilakukan dengan cara direbus, ditumis, digoreng, dibakar dan bisa dikonsumsi secara langsung.

Pemanfaatan tumbuhan pangan dengan melalui proses pengolahan terlebih dahulu dilakukan dengan cara dimasak atau sebagai tambahan untuk masakan, misalnya tumbuhan sirih bumi (*Piperomea pellucida*), legetang (*Spilanthes iabadicensis*), dan tempuyung (*Sonchus arvensis*). Tumbuhan pangan yang dimanfaatkan diambil dari beberapa habitat seperti hutan, ladang, pekarangan rumah, dan tepi jalan. Tumbuhan tersebut antara lain seperti kemuningen, jepun, suweg, bunga telang, gingseng, besaran, keji beling, asem-asem, jelateng, koro pedang, koro benguk, sintrong, ketul, legetang, tempuyung, katu, jepen, senggani, dan waung (Alfidhdhoh, 2020). Pemanfaatan tumbuhan sumber pangan dapat dikaitkan dengan upaya pelestarian dan pemanfaatan sumber daya alam hayati, baik secara langsung maupun tidak langsung. Aturan ini dapat diturunkan dari nilai-nilai hukum adat dan pemanfaatan sumber daya alam hayati, yang keduanya umum di antara hukum adat suatu suku masyarakat (Romana, 2018).

Ilmu pangan adalah cabang ilmu yang mempelajari sifat-sifat, penyebab pembusukan, dan prinsip-prinsip pengolahan pangan dengan menggunakan dasar-dasar biologi, kimia, fisika, dan teknik, sedangkan teknologi pangan adalah cabang ilmu pangan yang mempelajari sifat, penyebab, pembusukan, dan prinsip pengolahan pangan dari pasca panen hingga pangan. pangan dengan memperhatikan isu-isu seperti pengembangan, pengelolaan, transformasi, konservasi, dan komersialisasi bahan pangan dengan tidak mengabaikan mutu, nilai gizi, dan kesehatan masyarakat dalam rangka meningkatkan kesehatannya. Teknologi pangan dapat didefinisikan sebagai ilmu yang menerapkan teknologi pengelolaan pangan mulai dari panen hingga pengolahan untuk memperoleh manfaat dan meningkatkan nilai guna (Muntikah, 2017). Tanaman pangan juga dapat tumbuh tak sengaja tumbuh dari biji oleh orang yang lewat dan memakan buah dari rumah mereka, atau tanah yang sebenarnya digunakan sebagai lahan pertanian produktif yang akhirnya ditinggalkan oleh penduduk setempat untuk beralih ke taba' (area rumah panjang) yang baru (Pradityo, 2016).

Pemanfaatan hutan sebagai sumber pangan disetiap negara berbeda-beda, khususnya antara negara maju dengan negara berkembang seperti Indonesia. Pemanfaatan hutan di negara maju mengubah sebagian besar hutan menjadi lahan pertanian dan kegiatan lainnya, sisanya tidak lagi digunakan sebagai sumber makanan. Sementara itu, di Indonesia yang lahan pertaniannya terbatas, hutan tetap menyediakan makanan bagi masyarakat yang tinggal di dalam dan di sekitarnya (Puspitojati, 2015). Tanaman hutan (non-kayu) adalah tanaman yang tumbuh secara alami dan hasil hutan (HHBK) adalah hasil panen, sedangkan tanaman pertanian adalah tanaman dan hasil

pertanian adalah hasil pemanenan, hal ini menempatkan budidaya hutan sebagai hulu dari budidaya pertanian (Puspitojati, 2013).



Gambar 1. Bagan alir penelitian

METODE PENELITIAN

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tanjung Beulang Kecamatan Tumbang Titi Kabupaten Ketapang dari bulan Mei sampai bulan Juni 2022.

Alat dan Objek Penelitian

Alat yang digunakan adalah Peta lokasi penelitian, alat tulis, koesioner untuk mencatat hasil wawancara dengan warga setempat, *tallysheet* untuk mencatat objek selama penelitian, camera/hp untuk dokumentasi.

Objek penelitian ini adalah jenis tanaman yang dimanfaatkan menjadi sumber bahan pangan untuk manusia, adapun subjek penelitian ini yaitu masyarakat di Desa Tanjung Beulang Kecamatan Tumbang Titi Kabupaten Ketapang.

Jenis dan Sumber Data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung di lapangan melalui wawancara terhadap responden terpilih pada objek penelitian yaitu mengetahui jenis-jenis tumbuhan sumber pangan oleh masyarakat di Desa Tanjung Beulang Kecamatan Tumbang Titi Kabupaten Ketapang. Data primer yang diambil meliputi, jenis tumbuhan sumber pangan (nama lokal maupun ilmiah), bagian yang digunakan sebagai pangan, cara pengolahannya. Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung yang bersifat penunjang yang diperoleh dari studi literatur, jurnal, internet, maupun data yang diperoleh dari kantor desa ataupun instansi lainnya. Data ini mencakup kelayakan umum lokasi, pendidikan, usia, dan status sosial ekonomi.

Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data dilakukan melalui metode *survey* teknik wawancara menggunakan kuesioner dan observasi langsung di lapangan. Wawancara ditunjukkan kepada responden yang memiliki pengetahuan dan dianggap mengetahui tentang pemanfaatan tumbuhan sebagai sumber bahan pangan. Pelaksanaan pengambilan data dilapangan dimulai dari kepala Desa untuk perizinan dan arahan kemudian dilanjutkan dengan mengidentifikasi tumbuhan, melakukan pengamatan dan morfologi tumbuhan dilapangan. Pemilihan responden menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2013). Penelitian ini menggunakan teknik persentase galat atau ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang dapat ditoleransi yaitu 5% (0,05) yang dihitung menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

n = ukuran sampel atau jumlah responden

N = ukuran populasi

e = derajat kebebasan 5% (0,05), maka:

