

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pangan merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia. Maka dari itu pengetahuan yang baik sangatlah diperlukan untuk memilih makanan yang akan dikonsumsi agar sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan tubuh kita. Pada era abad 21 ini kebanyakan masyarakat lebih memilih makanan cepat saji dengan alasan tidak adanya waktu untuk memasak. Banyaknya macam variasi makanan yang banyak diujarkan oleh para penjual makanan, mudah didapat dan masih banyak lagi berbagai alasan. Banyak sekali para produsen makanan membuat berbagai inovasi jenis makanan yang bervariasi semakin menarik minat konsumen untuk lebih mengonsumsi makanan cepat saji. Dengan banyaknya variasi makanan yang ada di masyarakat, masyarakat dapat memilih makanan apa saja yang hendak dikonsumsi untuk sesuai selera yang dikehendaki.

Jika masyarakat terbawa dengan arus perkembangan makanan yang semakin bervariasi macamnya dan tidak bisa mengendalikan diri akan kebutuhan makanan yang akan dikonsumsi maka tubuh akan mengirimkan tanda-tanda akan masalah yang terjadi didalam tubuh dan dalam waktu yang cepat akan mulai bermunculan berbagai macam jenis penyakit. Selama ini masyarakat sering beranggapan untuk mencoba berbagai jenis variasi makanan yang banyak diujarkan para produsen makanan tanpa berpikir panjang akan keadaan dan kebutuhan makanan yang diperlukan oleh tubuh.

Timbulnya berbagai macam penyakit yang rentan diderita manusia. Mulai dari obesitas, hipertensi, sembelit, jantung, kanker, stroke, sampai penyakit yang dibawa hewan dan mewabah diberbagai belahan dunia, misal flu burung dan flu babi. Berbagai penyakit tersebut terutama disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman tidak sehat, seperti makanan cepat saji, makanan berpengawet (mengandung borak dan formalin), dan minuman bersoda, serta mengonsumsi daging dan olahannya secara berlebihan. Oleh karena itu masyarakat menyadari pentingnya pola hidup sehat vegetarian/vegan menjadi salah satu gaya hidup, Susianto (2014: 3).

Lebih separuh dari semua kematian di dunia baik negara berkembang maupun negara maju disebabkan oleh penyakit tidak menular, yang berasosiasi dengan kelebihan berat badan dan kegemukan. Faktor yang menjadi penyebabnya adalah kelebihan gizi. Kelebihan gizi ini timbul akibat kelebihan asupan makanan dan minuman kaya energi, kaya lemak jenuh, gula dan garam, tetapi kekurangan asupan pangan bergizi seperti sayuran, buah-buahan dan sereal utuh, serta kurang melakukan aktivitas fisik. Pola makan saat ini dianjurkan mengonsumsi lebih banyak sayuran dan buah-buahan dibandingkan dengan anjuran sebelumnya. Demikian pula jumlah makanan yang mengandung gula, garam dan lemak yang dapat meningkatkan resiko beberapa penyakit tidak menular, dianjurkan untuk dikurangi, Nafsiah Mboi(2014: 5-7).

Statistik Badan Kesehatan Dunia (*World Health Organization*) yang disingkat WHO, secara konsisten menunjukkan bahwa populasi yang mengonsumsi daging dan protein hewani lebih tinggi beresiko memiliki hidup lebih rendah, dibanding

mengonsumsi makanan yang jumlah protein nabati lebih tinggi yaitu mempunyai harapan hidup rata-rata 90 sampai 100 tahun. Dr. Rajendra Pachauri, Ketua Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC) PBB pemenang Nobel Perdamaian, menghimbau masyarakat untuk mengurangi pemanasan global, yaitu tidak mengonsumsi daging, mengendarai sepeda, dan menjadi konsumen yang hebat. Sesuai dengan laporan badan pangan dunia (FAO) PBB pada tahun 2006 yang menyatakan bahwa daging merupakan komoditas hasil peternakan yang menghasilkan emisi karbon dioksida paling intensif (18%) Susianto (2014: 3). Vegetarian merupakan pola makan yang mengonsumsi bahan makanan sumber nabati. Vegetarian terbukti secara ilmiah sangat menyehatkan tubuh, terutama dapat mencegah dan mengobati penyakit-penyakit degeneratif/kronis, selain itu dapat memberikan makna hidup hemat terhadap biaya pangan. Dari tahun ke tahun jumlah perkembangan penganut vegetarian semakin bertambah terbukti dengan adanya semakin banyaknya restoran yang menjual makanan vegetarian.

Jurnal penelitian gizi klinik Indonesia yang berjudul Asupan gizi dan status gizi vegetarian pada komunitas vegetarian di Yogyakarta memiliki hasil kesimpulan bahwa pola diet lakto-ovo vegetarian dan vegan dapat memenuhi kecukupan asupan gizi karbohidrat, lemak, protein, zat besi, vitamin B6, dan vitamin C. Namun, asupan seng, asam folat, dan vitamin B12 belum mencapai 80% AKG. Kelompok vegan perlu memperhatikan asupan vitamin B12 dengan menambah asupan tempe, suplemen vitamin B12, atau makanan dengan fortifikasi vitamin B12. Dengan perencanaan dan pengaturan makanan yang baik agar semua

asupan gizi yang dibutuhkan tubuh dapat terpenuhi melalui makanan sehari-hari yang dikonsumsi, Anggraini L. Dkk (2015: 149)

Seseorang yang memilih makan di Restoran vegetarian belum tentu menganut pola makan vegetarian, karena banyak faktor yang menjadikan alasan seseorang makan di restoran vegetarian antara lain tren makanan vegetarian, ingin hidup lebih sehat, atau hanya sekedar ikut-ikutan dan adanya rasa penasaran dan adanya rasa ingin tahu terhadap pola makan vegetarian. Berdasarkan penelitian oleh Agnesia Hendrika (2011). Dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Desman Manurung (2008), alasan seseorang makan di restoran vegetarian karena kebiasaan makan sebagai vegetarian, sebagai gaya hidup atau trend, sekedar ingin mencoba, mengonsumsi vegetarian untuk kesehatan, dan sebagai tempat melepas rasa lapar.

Perkembangan jaman semakin pesat begitu juga dalam bidang kuliner, sekarang ini dapat dengan mudah di jumpainya restoran-restoran vegetarian yang dulu sangat susah dicari sekarang dapat mulai banyak ditemui dilingkungan dekat perkantoran. Selain di dekat lingkungan perkantoran restoran –restoran vegetarian mulai banyak dijumpai di pusat-pusat perbelanjaan yang berada di kota-kota besar dan memiliki berbagai macam varian sajian makanan. Banyaknya ajakan-ajakan dan minat untuk meliki pola hidup sehat yang mendorong para pemilik restoran untuk membuka usaha mendirikan restoran vegetarian dan mulai sadarnya masyarakat akan gaya hidup sehat.

Restoran Karuna merupakan salah satu restoran vegetarian yang ada di Semarang, restoran ini sudah berdiri sejak tahun 2001 dan mampu tetap bertahan

hingga sekarang. Restoran Karuna yang berada di Jalan Depok No 47 Kembangsari, Semarang, Jawa Tengah, ini menyajikan menu-menu vegetarian dengan bahan organik dan tanpa bahan kimia buatan. Restoran Karuna berkonsep prasmanan para konsumen dapat memilih menu yang hendak dinikmati. Menu masakan yang dimasak dan disajikan oleh restoran karuna tidak menggunakan bawang sebagai bumbunya, dalam teknik pengolahan makanan yang disajikan pada Restoran Karuna banyak menggunakan bumbu-bumbu yang telah dibuat dan difermentasi sendiri. Pada waktu memesan makanan jangan berlebihan karena jika tidak dapat menghabiskan makanan yang dipesan dikenakan denda sebesar Rp.15.000 hingga Rp.20.000. Hal tersebut diterapkan supaya tidak ada makanan yang terbuang sia-sia karena masih banyak saudara-saudara kita yang tidak bisa makan dan mengajak manusia lebih menghargai hasil alam, denda yang dibayarkan oleh konsumen nantinya akan disumbangkan ke yayasan yatim piatu. Restoran Karuna buka mulai pukul 07.00 -21.00 WIB. Dinding pada Restoran Karuna dihiasi dengan slogan-slogan kehidupan dalam bahasa Mandarin dan pesan-pesan untuk menghargai hasil alam. Selain menyajikan hidangan yang sudah matang Restoran Karuna juga menyediakan dan menjual bahan makanan yang masih mentah seperti beras, oatmeal, biji-bijian, kacang-kacangan, serta makanan olahan kedelai.

Pengunjung yang memilih mengonsumsi makanan vegetarian di Restoran Karuna di Semarang belum tentu sebagai pelaku vegetarian atau berprofil vegetarian, hal ini karena pengunjung yang mengonsumsi makanan vegetarian di Restoran Karuna dapat didasari keinginan sesaat, atau hanya sekedar

mengonsumsi saja dan bukan termasuk seseorang yang vegetarian. Banyak orang-orang atau pengunjung di Restoran Karunayang datang atau mengonsumsi makanan hanya sekedar menambah variasi makanan atau ingin mencoba, oleh karena itu perlu dilakukan penelitian berkenaan profil pengunjung pada restoran vegetarian, seberapa banyak dan antusiasnya pengunjung restoran vegetarian yang datang untuk mengonsumsi makanan vegetarian baik sebagai vegetarian maupun non vegetarian.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurang sadarnya masyarakat akan gaya hidup sehat. Karena banyaknya orang mengonsumsi makanan cepat saji dan kurang memilih untuk hidup sehat.
2. Adanya pemanasan global yang berasal dari tingginya emisi gas yang dihasilkan dari proses produksi protein hewani.
3. Kurang sadarnya masyarakat dalam menjaga pola makan dan gaya hidup yang serba instan menjadikan tingginya angka kematian akibat penyakit degeneratif.
4. Belum adanya penelitian yang dilakukan pada Restoran Vegetarian Karuna
5. Banyak berdiri Restoran Vegetarian namun hanya Restoran Vegetarian Karuna yang memiliki banyak pelanggan.
6. Banyak pengunjung yang hanya sekedar mencicipi karena trend masyarakat bergaya hidup sehat namun belum sesuai dengan yang diharapkan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, Penelitian akan dibatasi pada perkembangan gaya hidup sehat yang sesuai dengan kebutuhan tubuh yang berbasis pada tanaman dan penganut gaya hidup vegetarian. Manusia memiliki peranan penting untuk kebutuhan akan kesehatan tubuh yang dimiliki, karena keinginan untuk hidup sehat dengan memilih makanan yang berbasis tanaman dan memilih untuk vegetarian ada pada diri masing-masing setiap manusia. Penelitian ini terbatas pada profil pengunjung Restoran Vegetarian Karuna dan kategori vegetarian pengunjung Restoran Vegetarian Karuna di Semarang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka pertanyaan penelitian ini yaitu :

1. Bagaimana profil pengunjung terhadap pembelian makanan pada restoran vegetarian Karuna?
2. Bagaimana kategori vegetarian pengunjung pada restoran vegetarian Karuna?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengungkap dan menganalisis gambaran :

1. Mengetahui profil pengunjung yang datang di Restoran Vegetarian Karuna di Semarang.
2. Mengetahui kategori vegetarian pengunjung yang datang Restoran Vegetarian Karuna di Semarang.

F. Manfaat Penelitian

1. Untuk peneliti
 - a. Menambah pengetahuan akan pentingnya menjaga kesehatan.
 - b. Dapat mengetahui bergai macam profil pengunjung yang datang di Restoran Vegetarian Karuna
 - c. Dapat mengetahui berbagai kategori vegetarian yang ada pada Restoran Vegetarian Karuna.
 - d. Meningkatkan penguasaan kompetensi ilmu gizi
2. Untuk Restoran Karuna

Dapat melihat dan mengenali berbagai gambaran pengunjung yang datang pada Restoran Karuna.
3. Untuk Universitas
 - a. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana belajar untuk mengenali profil konsumen yang datang di restoran vegetarian Semarang.
 - b. Mendapatkan umpan balik yang dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan materi perkuliahan Menambah Pengetahuan dan Perkembangan Bagi Dosen.
4. Untuk pembaca
 - a. Menambah wawasan ilmu pengetahuan mengenai vegetarian.
 - b. Menambah pengetahuan untuk lebih menjaga kesehatan tubuh.
 - c. Sebagai sarana belajar dalam bidang kuliner.