

# Tingkat Kognisi Tentang Konsumsi Susu Pada Ibu Peternak Sapi Perah Lembang Jawa Barat

Damayanti Wardyaningrum

Fakultas Ilmu Politik dan Ilmu Sosial, Universitas Al Azhar Indonesia, Jl. Sisingamangaraja, Jakarta 12110  
No.Telp : 021.-7244456, Fax : 021-72792753, email : [damayanti@uai.ac.id](mailto:damayanti@uai.ac.id)

**Abstract - Since Indonesia has the lowest rank in milk consumption in Asia, this research addresses in measuring mother's cognitive regarding milk consumption. The research use quantitative descriptive method focusing on the milk farmer in Lembang West Java as one of the biggest milk supplier for nasional milk production. The research shows that mothers have enough knowledges about the nutrition element containing in the freshmilk, advantages of milk consumption for the human bodies, and mothers could indicate charateristic of physical element in fresh milk properly. But mothers have poor knowledges in optimizing way for preparing milk consumption and have minimum creativity in producing food variant from milk for their family. Most of the farmer's family members have minimum milk consumption caused by some reason.**

**Keywords - cognitive, mothers, milk consumption**

## I. PENDAHULUAN

Saat ini Indonesia dengan jumlah penduduk lebih dari 230 juta jiwa, sesungguhnya merupakan negara yang memiliki asset sumberdaya manusia yang sangat potensial. Namun sayangnya jumlah penduduk yang banyak tersebut belum menempatkan Indonesia sebagai bangsa yang disegani dunia dari segi produktivitasnya seperti Cina dan India yang juga negara dengan banyak penduduk. Bahkan dari segi produktivitas, Indonesia masih tertinggal dibandingkan negara-negara lain di Asia Tenggara seperti Singapura dan Malaysia.

Terkait dengan fakta diatas, maka gizi menjadi salah satu faktor penting yang berperan dalam menentukan kualitas sumberdaya manusia. Gizi diperlukan bukan hanya bagi pertumbuhan namun juga bagi kesehatan setiap manusia. Sejak manusia berada dalam kandungan sampai mencapai usia

lanjut maka gizi yang baik sangat diperlukan bukan hanya untuk bertahan hidup namun juga untuk mencapai produktivitas yang optimal.

Beberapa fakta menunjukkan bahwa anak Indonesia yang menderita kurang gizi jumlahnya masih banyak. Sekitar empat juta anak Indonesia kekurangan gizi dan menderita lapar tersembunyi sehingga diperlukan upaya bersama dan konkret untuk mengatasinya. Deputi Kepala Perwakilan Badan Pangan Dunia PBB, World Food Progam (WFP) untuk Indonesia menyebutkan badan internasional ini memerlukan dukungan dan kerjasama berbagai kalangan termasuk pengusaha tujuan utamanya adalah untuk penggalangan dana sehingga jumlah anak Indonesia yang kekurangan gizi dan lapar tersembunyi dapat dikurangi. (situs [menkokesra.go.id](http://menkokesra.go.id) diakses pada tanggal 31 Juli 2009)

Seperti diketahui bahwa gizi sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup seseorang. Gizi yang baik akan mempengaruhi perkembangan tubuh dari sejak usia kandungan sampai usia tua. Bukan hanya faktor fisik namun juga mental dan kemampuan berpikir akan dipengaruhi oleh konsumsi gizi. Dalam membahas persoalan gizi, maka salah satu elemen penting didalamnya adalah susu. Susu sebagai salah satu minuman bergizi yang mengandung berbagai zat bioaktif, vitamin dan mineral sangat sangat dibutuhkan oleh tubuh. Susu sangat penting sebagai suplemen gizi.

Fakta konsumsi susu di Indonesia antara lain menunjukkan bahwa konsumsi susu sapi segar di Indonesia termasuk paling rendah di Asia. (survei perusahaan riset global Canadean tahun 2004). Untuk bisa menyalip Malaysia yang konsumsi susunya 20 l/kapita/tahun saja perlu waktu 120 tahun. dan 600 tahun untuk mengejar ketinggalan dari Amerika Serikat . Rata-rata konsumsi kalsium di AS mencapai 743 mg/hari. Sementara masyarakat Indonesiaa baru mencapai 23 mg/hari, dan 1/40-nya berasal dari susu. Bila digolongkan menurut umur, anak-anak memerlukan asupan kalsium 1.179 mg/hari dan dewasa 530 mg/hari.

Survey Demografi Kesehatan Indonesia 1997 dan 2002 membuktikan, perilaku pemberian ASI di negeri ini tak mengembirakan. Pada 1997 jumlah ibu yang menyusui bayinya mencapai 96,3%. Angka itu turun menjadi 95,9% pada 2002. Konsumsi susu di Vietnam lebih tinggi dari Indonesia yaitu sekitar 9 liter per tahun per orang. Sedangkan Malaysia, konsumsi susunya bahkan mencapai 25 liter per tahun per orang. (*Tempo Interaktif*, 27 Mei 2008)

Mantan menteri kesehatan Dr. Siti Fadilah Supari menyatakan bahwa jumlah warga usia lanjut di dunia maupun nasional semakin meningkat. Tahun 2000, jumlah usia lanjut di Indonesia mencapai 7,6% atau 16 Juta jiwa. Tahun 2007 jumlahnya meningkat menjadi 8,4% atau 18,4 juta jiwa, kemudian meningkat lagi di tahun 2008 menjadi 9,3% atau 21,1 juta jiwa.

Sayangnya, peningkatan jumlah usia lanjut tidak dibarengi dengan pengetahuan tentang kesehatan, termasuk bagaimana mencegah osteoporosis. Terbukti, masih rendahnya konsumsi kalsium yang rata-rata hanya 254 mg perhari, padahal Standard Internasional adalah 1000 mg perhari untuk orang dewasa.

Dari hasil penelitian pada keluarga peternak sapi di Jawa Tengah, susu kurang dimanfaatkan untuk peningkatan gizi keluarga, meskipun ketersediaan susu tidak menjadi kendala jika ditinjau dari segi ekonomi. Diasumsikan bahwa ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi konsumsi susu hasil perahan sendiri tersebut sehingga tidak diminum oleh keluarga peternak. Disimpulkan dari penelitian tersebut bahwa frekuensi minum susu tidak berbeda antara keluarga peternak dan yang bukan peternak. Maka kebiasaan minum susu tidak dipengaruhi oleh ketersediaan susu di rumah. Selain itu juga bukan sekedar masalah ekonomi atau ketidakmampuan membeli susu.

Terkait dengan hal tersebut, maka pengetahuan terhadap konsumsi sebagai bahan makanan juga dapat menentukan sikap seseorang yang tercermin dalam pola konsumsinya. Meskipun tidak selalu pengetahuan seseorang akan berkorelasi langsung dengan sikapnya, namun dasar dari sikap seseorang terhadap sesuatu hal akan dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki, baik dari segi jenis dan pengalaman yang diperolehnya. Berdasarkan latar tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kognisi tentang konsumsi susu khususnya dilingkungan keluarga peternak sapi di wilayah Lembang Jawa Barat.

Lembang merupakan salah satu sumber penghasil susu terbesar di Indonesia selama lebih dari 30 tahun. Peternakan sapi perah di wilayah ini

dikelola oleh Koperasi Peternak Susu Bandung Utara (KPSBU) yang sampai saat ini beranggotakan 6500 peternak sapi perah dan tersebar di 14 desa (*company profile* KPSBU, 2010). Peternak sapi perah melakukan usahanya secara turun temurun dan umumnya masih menggunakan cara-cara tradisional. Hasil perahan susu peternak sebagian besar disalurkan oleh koperasi ke perusahaan salah satu produsen susu milik asing di Jakarta dan sisanya dijual kemasyarakat sekitar.

## II. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini metode yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif. Peneliti melakukan pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner kepada 100 orang ibu peternak sapi perah. Jumlah sampel ini dipilih dengan cara *accidental sampling* karena pertimbangan efisiensi dan efektifitas dalam menjangkau responden. Responden yang dipilih adalah ibu yang memiliki sapi yang produktif menghasilkan susu dan telah menjadi anggota koperasi minimal 5 tahun. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara pendahuluan kepada beberapa pengurus koperasi setempat guna memperoleh gambaran awal tentang aktivitas ibu peternak serta melakukan pengamatan terhadap aktivitas sehari-hari peternak.

Hasil test validitas instrument penelitian diperoleh hasil perhitungan KMO sebesar 0,720 dengan tingkat signifikansi 0.000. Nilai KMO diatas 0.5 dan signifikansi dibawah 0.5 menunjukkan tingkat validitas suatu instrument. Artinya instrument pertanyaan yang digunakan dalam penelitian ini dianggap *valid*. Sedangkan untuk hasil test reliabilitas diperoleh hasil perhitungan *Cronbach's Alpha* sebesar 0.758. Sehingga dalam penelitian ini seluruh instrument dapat dikatakan *reliable*.

### Operasionalisasi Konsep

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kognisi kelompok ibu peternak sapi perah tentang konsumsi susu. Konsep yang digunakan adalah tentang kognisi dan konsep konsumsi susu yang terdiri dari 19 butir pertanyaan dalam 3 bagian yaitu :

1. **Tingkat kognisi Ibu tentang manfaat kandungan susu bagi tubuh** terdiri dari 8 pertanyaan : (1) Manfaat kalsium dalam kandungan susu bagi tubuh, (2) manfaat protein

dalam kandungan susu bagi tubuh, (3) manfaat vitamin A dalam kandungan susu bagi tubuh, (4) manfaat susu untuk pencegahan penyakit, (5) Siapa yang paling banyak membutuhkan susu, (6) manfaat susu bagi anak-anak, (7) susu bisa membantu mengatasi sulit tidur dan (8) yang bukan merupakan manfaat susu.

2. **Tingkat kognisi Ibu tentang karakteristik dan berbagai jenis susu**, terdiri dari 7 pertanyaan : (1) Jenis susu yang paling baik, (2) jenis susu yang seharusnya diminum bayi usia 0-2 th, (3) ciri-ciri susu yang sudah basi, (4) warna susu sapi yang sehat, (5) Air susu sapi yang rusak, (6) kandungan susu sapi yang tidak direbus, (7) penyebab orang tidak mau minum susu.
3. **Tingkat kognisi Ibu tentang cara mengkonsumsi susu**, terdiri dari 4 pertanyaan : (1) Jenis makanan yang bisa dicampur dengan susu, (2) jenis minuman yang bisa dicampur dengan susu, (3) bagaimana sebaiknya perlakuan terhadap susu sebelum diminum, (4) berapa jumlah susu yang diminum dalam sehari.

### Konsep Kognisi

Pengukuran sikap seseorang sebagai konsumen dapat dilakukan dengan mengukur sikapnya terhadap sesuatu atau objek. Komponen sikap terdiri dari kognitif, konatif dan afektif. Aspek kognitif berisi apa yang diketahui oleh seseorang mengenai suatu objek, bagaimana pengalamannya tentang obyek tersebut, bagaimana pendapat atau pandangannya tentang objek. Aspek kognitif berkaitan dengan kepercayaan seseorang, teori dan harapan, sebab dan akibat dari suatu kepercayaan dan persepsi relative terhadap obyek tertentu.

Penelitian ini menggunakan komponen kognitif yang dapat membedakan perilaku orang yang satu dengan yang lainnya. Faktor kognisi bekerja pada saat seseorang menanggapi dunia sekelilingnya, yang dengan caranya yang khas berhubungan dengan sejumlah informasi tentang diri dan lingkungannya. Kenyataan telah membuktikan bahwa ada perbedaan antara seseorang individu dengan yang lain dalam memproses informasi yang datang pada dirinya (Hamidi: 2007)

Pendekatan kognitif digunakan dalam mengambil keputusan. Atribusi yang digunakan misalnya berdasarkan pendidikan, pengalaman dan ketrampilan. Dari atribut tersebut ditentukan peringkat misalnya untuk pendidikan (tinggi, sedang, rendah), pengalaman (luas, sedang,

dangkal), ketrampilan (sangat, cukup dan kurang trampil). (Liliweri:2008)

Semua individu memiliki struktur kognitif yang berbeda-beda. Akibatnya pola-pola perhatiannya terhadap isi media pun berbeda-beda. Perbedaan ini terlihat ketika individu menerima pesan, setiap individu akan membuat saringan atau “*mental filters*” untuk memilih pesan yang dianggap menonjol.

Pada umumnya, individu yang merupakan anggota dari sebuah kategori sosial yang sama mempunyai *selective attention* yang relative sama. Individu yang memiliki pengalaman sosial yang sama cenderung memperhatikan isu dan topik yang sama. Contoh, lingkungan keluarga, kelompok teman sebaya dan lain-lain. Diantara mereka akan saling membagi pesan (karena ada relasi) kepada teman-teman atau anggota. Jadi pola-pola penerimaan pesan ternyata merupakan faktor yang sangat kuat mempengaruhi akses kepada pesan/media, misalnya sama-sama membaca hal yang sama, mendengar bersama-sama dan lain-lain.

Konsep lain mengenai kognitif dikemukakan oleh Sciffman and Kanuk : *Cognitive learning theory hold that kind of learning most characteristic of human beings is problem solving, which enables individuals to gain some control over their environment. (Sciffman-Kanuk: 2000)*. Diuraikan lebih jauh lebih jauh bahwa menurut teori *cognitive* belajar adalah proses yang kompleks dalam memproses informasi. Dalam proses tersebut akan dilakukan penekanan terhadap hal-hal yang dianggap penting, dan seseorang akan menunjukkan respons atas informasi yang diperoleh. Morisan dan Whardany dalam buku Teori Komunikasi menguraikan lebih jauh mengenai teori kognitif dan tingkah laku (*behaviour*). Disebutkan bahwa teori kognitif mengakui hubungan yang kuat antara stimuli dan respons namun teori ini lebih menekankan pada terjadinya proses penyampaian informasi diantara keduanya. Pendapat lain dari Festinger yang dikutip oleh Morissan dan Wardhany menguraikan bahwa manusia membawa berbagai unsur (elemen) kognitif dalam dirinya, seperti elemen sikap, persepsi, pengetahuan dan tingkah laku (*behavior*). Masing-masing elemen itu tidak terpisah satu sama lain, namun saling mempengaruhi dalam salah satu sistem yang saling berhubungan. Masing-masing elemen akan memilih salah satu jenis hubungan dari tiga jenis hubungan yang mungkin ada dengan masing-masing elemen lainnya.

Dari uraian diatas, maka penelitian ini difokuskan pada sikap para ibu peternak sapi perah yang akan ditinjau dari unsur kognitif. Dengan

asumsi bahwa tingkat konsumsi susu masyarakat masih rendah sekalipun di daerah tempat penghasil susu. Hal ini terjadi kemungkinan dikarenakan rendahnya pengetahuan tentang konsumsi susu. Segi kognitif yang akan diteliti meliputi pengetahuan tentang kandungan susu serta manfaatnya bagi tubuh, pengetahuan tentang karakteristik susu dan berbagai jenis susu, serta cara mengkonsumsi susu.

### Kandungan dan manfaat susu

Susu memiliki kandungan nutrisi yang lengkap dibandingkan minuman lainnya sehingga susu memiliki banyak khasiat yang sangat bermanfaat bagi tubuh. Ada banyak kandungan nutrisi yang ada dalam susu seperti kalsium, fosfor, zinc, vitamin A, vitamin D, vitamin B12, vitamin B2, Asam Amino dan asam pantotenat. Kandungan gizi ini bermanfaat untuk menunjang kesehatan tubuh terutama tulang dan gigi. (Sediaoetama : 1987). Lebih lengkap Winarno menguraikan susu merupakan sumber protein (kasein), lemak (asam lemak miristat, stearat, oleat, linoelat, dan linolenat), karbohidrat (laktosa), vitamin (A,D,E), serta mineral (kalium, kalsium, phosphor, klorida, fluor, natrium, magnesium). Selain itu, susu mengandung enzim-enzim, air dan senyawa bioaktif dalam jumlah yang memadai. Kalsium dalam susu mempunyai berbagai fungsi didalam tubuh antara lain pembentukan tulang dan gigi, mengatur reaksi biologi, membantu kontraksi otot dan mengatur pembekuan darah. Didalam tulang, kalsium mempunyai dua fungsi yaitu sebagai bagian dari struktur tulang dan sebagai cadangan kalsium bagi tubuh. Kalsium sangat diperlukan dalam proses pembentukan gigi. Kekurangan kalsium selama masa pembentukan gigi dapat menyebabkan kerentanan terhadap kerusakan gigi.

Selain kalsium dan lemak dalam susu juga terdapat kandungan protein yang tinggi. Protein susu sepadan dengan daging dan hanya diungguli oleh protein telur. Protein diperlukan untuk regenerasi sel-sel baru dan pembentukan otak pada janin, membentuk enzim dan hormon serta energy (Notoatmodjo: 2007) . Selain itu protein juga berfungsi sebagai pertahanan terhadap bakteri dan virus. Konsumsi susu secara teratur akan membentuk pertahanan tubuh.

Secara alami, susu merupakan suatu emulsi lemak dalam air. Kadar airnya yang tinggi 87,5%, banyak bermanfaat menyimpan berbagai zat-zat gizi penting seperti vitamin, mineral, protein serta gula. Dalam 250 ml susu dengan kadar lemak susu 2%, terkandung 285 mg kalsium dan 8 gram

protein. Nutrien lain yang terkandung dalam sususapi yaitu vitamin D dan K yang baik untuk kesehatan tulang; iodium merupakan mineral penting untuk fungsi tiroid; vitamin B12 dan ribovlavin diperlukan untuk produksi energi dan kesehatan kardiovaskular; biotin, vitamin A, potassium, magnesium, thiamin dan asam linoat.

Dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa konsumsi susu sedikitnya 1,5 liter perhari memperkecil resiko penyakit jantung. Sekelompok pakar peneliti juga menyimpulkan minum susu lebih dari rata-rata dapat memberikan perlindungan terhadap resiko stroke (Winarno: 2007).

Uraian lain yang berhubungan dengan manfaat yang terdapat dalam susu adalah bahwa setiap 100 gram susu terkandung panas sebesar 70.5 kilo kalori, protein sebanyak 3.4 gram, lemak 3.7 gram, kalsium sebesar 125 miligram, sementara prosentase penyerapan dalam tubuh sebesar 98 persen sampai dengan – 100 persen.

Orang-orang yang mengkonsumsi segelas susu setiap harinya minimal mendapat 11 macam manfaat dari susu adalah sebagai berikut ([http://www.jawaban.com/news/health/\(7Agustus2009\)](http://www.jawaban.com/news/health/(7Agustus2009))): (1) Susu mengandung *potassium*, yang dapat menggerakkan dinding pembuluh darah pada saat tekanan darah tinggi untuk menjaganya agar tetap stabil, mengurangi bahaya akibat apopleksi, juga dapat mencegah penyakit darah tinggi dan penyakit jantung, (2) Dapat menetralkan racun seperti logam, timah dan cadmium dari bahan makanan lain yang diserap oleh tubuh, (3) ASI (Air Susu Ibu) dan kandungan lemak di dalamnya dapat memperkuat daya tahan fungsi syaraf, mencegah pertumbuhan tumor pada sel tubuh, (4) Kandungan *tyrosine* dalam susu dapat mendorong hormon kegembiraan—unsur serum dalam darah tumbuh dalam skala besar, (5) Kandungan *yodium*, seng dan leticin dapat meningkatkan secara drastis keefisienan kerja otak besar, (6) Zat besi, tembaga dan vitamin A dalam susu mempunyai fungsi terhadap kecantikan, yaitu dapat mempertahankan kulit agar tetap bersinar, (7) Kalsium susu dapat menambah kekuatan tulang, mencegah tulang menyusut dan patah tulang, (8) Kandungan magnesium dalam susu dapat membuat jantung dan sistem syaraf tahan terhadap kelelahan, (9) Kandungan Seng pada susu sapi dapat menyembuhkan luka dengan cepat, (10) Kandungan vitamin B2 di dalam susu sapi dapat meningkatkan ketajaman penglihatan, (11) Minum susu sebelum tidur dapat membantu kesulitan tidur.

### Karakteristik dan jenis-jenis Susu

Susu segar mudah sekali mengalami kerusakan karena cemaran mikroba. Dalam suhu kamar susu hanya bertahan maksimal empat jam setelah pemerahan. Kerusakan juga bisa terjadi karena proses pemerahan tidak bersih dan wadah yang tercemar (Republika News Room: 2009).

Susu yang berasal dari sapi perah peka terhadap TBC, sehingga susu yang akan dijual ke konsumen sebelumnya dipanaskan secukupnya sehingga seluruh kuman patogen yang mungkin terdapat dalam susu dapat termusnahkan, proses itu disebut pasteurisasi. Susu yang rusak sebagai akibat dari tumbuhnya mikroorganisme antara lain adalah : (1) Pengasaman dan penggumpalan, yang disebabkan karena fermentasi laktosa menjadi asam laktat.(2) berlendir seperti tali yang disebabkan karena terjadinya pengentalan dan pembentukan lender sebagai akibat pengeluaran bahan dan bergetah oleh beberapa jenis bakteri. (3) penggumpalan susu yang timbul tanpa penurunan pH yang disebabkan oleh bakteri seperti *Lactobacillus sp.*

Sebagian besar susu yang dikonsumsi oleh manusia berasal dari sapi. Secara umum yang dimaksud susu adalah susu sapi, sedangkan susu ternak lain biasanya diikuti nama ternak asal susu tersebut, misalnya susu kerbau, susu kambing, susu unta, dan sebagainya. Susu manusia disebut ASI (Air susu Ibu) (Winarno: 2007). Umumnya susu yang dikonsumsi masyarakat adalah susu olahan baik dalam bentuk cair maupun susu bubuk.

Sesuai dengan SK Dirjen Peternakan No. 17/Kpts/DJP/Deptan/1983, beberapa jenis susu yang beredar harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Jenis susu tersebut adalah 1) Susu murni 2) Susu Pasteurisasi 3)Susu sterilisasi. Selain itu Departemen Perindustrian juga mengatur mengenai bahan makanan asal susu, yang ditetapkan dalam Standar Industri Indonesia (SII). Bahan makanan yang telah memiliki SII antara lain : susu segar, susu kental manis, susu bubuk, susu evaporasi , yoghurt , mentega keju cedar olahan.

Salah satu susu yang dikenal oleh masyarakat adalah susu kental manis. Jenis susu ini merupakan susu yang diawetkan dengan menambahkan krim maupun susu skim dengan sukrosa dengan perbandingan tertentu. Biasanya standar perbandingannya sekitar 9:22. Setelah mengalami proses pemanasan, pada pembuatan susu kental manis ditambahkan sukrosa (gula) sehingga konsentrasi sukrosa menjadi 62,5%. Karena itu rasanya menjadi manis.Susu bubuk dihasilkan dari proses penguapan susu segar hingga kadar airnya berkurang sampai dibawah 5%. Tepung susu yang

dihasilkan akan memiliki nilai gizi yang lebih tinggi, rasa yang baik, dan daya larut sangat tinggi.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Pusat Penelitian dan Pengembangan Gizi Departemen Kesehatan, saat ini 90% perempuan Indonesia dan 41% laki-laki memiliki gejala osteoporosis. (Media Indonesia 26 Oktober 2009). Selain karena gaya hidup dan konsumsi jenis makanan, kurangnya asupan kalsium juga menjadi penyebab munculnya osteoporosis.Manusia harus mengkonsumsi susu sejak bayi, balita (bawah lima tahun), remaja, dewasa, hingga lansia (lanjut usia). Konsumsi susu sehari cukup 2-3 gelas (500-750 cc) setiap hari. Asupan kalsium seimbang bagi seseorang yang berusia 19-50 tahun adalah sebanyak 1000mg/hari sedangkan asupan kalsium seseorang yang berusia diatas 51 tahun lebih banyak lagi, yaitu 1200mg sehari. Tujuan dari konsumsi susu ini adalah untuk meningkatkan daya imun tubuh agar metabolisme terjaga dan penyakit tidak mudah masuk ke dalam tubuh. Adapun penyakit yang ada di dalam tubuh akan dibantu proses pemulihannya. Sehingga susu ini dianjurkan untuk orang dewasa dimana kekebalan tubuhnya banyak menurun (Essy Puziyanti, Jurnal Bogor : Juni 2009)

### III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Para ibu yang menjadi responden sebagian besar memiliki sapi sampai 3 ekor (72 persen). Jika misalnya rata-rata setiap sapi menghasilkan susu 20 liter maka dalam sehari akan dihasilkan 60 liter susu pada setiap keluarga. Mereka sebagian besar memiliki anak minimal 3 orang (80 persen). Jika diasumsikan rata-rata peternak memiliki 3 anak dan setiap anak mengkonsumsi minimal 1/2 liter susu maka dibutuhkan 1 ½ liter susu setiap harinya yang dikonsumsi dalam satu keluarga.

Hampir 60 persen peternak hanya mengandalkan pekerjaan dari beternak sapi, selebihnya ada yang berdagang atau bekerja sebagai pegawai. Sebagian besar para ibu membantu suami mengurus ternak dirumah. 53 persen reponden memiliki pendapatan kurang dari 1 juta, dan hanya 14 persen yang memiliki pendapatan lebih dari 2 juta. 78 persen ibu hanya mengenyam pendidikan sampai dengan Sekolah Dasar.

#### Temuan Penelitian dan Pembahasan

Dari hasil temuan dan analisa data, berikut pembahasan hasil penelitian.

### 1. Tingkat kognisi Ibu tentang manfaat dan kandungan susu bagi tubuh termasuk kategori sedang cenderung kurang.

Para ibu memiliki pengetahuan yang memadai untuk fungsi kalsium, manfaat susu untuk anak-anak dan fungsi susu untuk mencegah penyakit jantung, serta mengatasi kesulitan tidur. Untuk pertanyaan tersebut hampir 80 persen ibu memilih jawaban yang benar. Sedangkan untuk unsur protein dan vitamin A dalam susu pengetahuan ibu termasuk kategori rendah karena kurang dari 50 persen ibu memilih jawaban yang tepat.

Susu adalah sumber kalsium dan fosfor yang sangat penting untuk pembentukan tulang. Tulang manusia mengalami *turning over*, yaitu peluruhan dan pembentukan secara berkesinambungan. Pada saat usia muda pembentukan tulang berlangsung lebih intensif. Dibandingkan pada usia tua resorpsi berlangsung lebih cepat dibandingkan formasinya. Itulah sebabnya pada usia tua terjadi proses yang disebut kehilangan masa tulang (*gradual lose of bone*), yang nantinya dapat berlanjut kekeadaan keropos tulang (osteoporosis) (Winarno: 2007).

Dari hasil wawancara diperoleh informasi bahwa mereka umumnya mengetahui tentang osteoporosis melalui siaran televisi. Sebagian besar responden mengetahui bahwa susu dapat mengatasi masalah susah tidur. Peran susu bagi kesehatan tidak hanya menyangkut osteoporosis namun untuk optimalisasi produksi melatonin (hormon yang dihasilkan kelenjar pineal pada malam hari sehingga menimbulkan rasa kantuk dan kemudian tubuh dapat beristirahat dengan baik).

Sebagian besar ibu juga mengetahui bahwa susu bermanfaat untuk mencegah penyakit jantung (69 persen) karena kurangnya kadar kalsium akan mengurangi kontraksi otot jantung (Notoatmodjo:2007). Para ibu juga mengetahui siapa saja yang menjadi prioritas untuk mengkonsumsi susu yaitu ibu hamil dan menyusui serta anak-anak (90 persen). Pengetahuan para ibu seiring dengan uraian Notoatmodjo mengenai usia yang rentan gizi yaitu ibu hamil dan menyusui serta anak-anak terutama balita sehingga susu yang memiliki kandungan gizi lengkap amat diperlukan.

Meskipun para ibu mengetahui manfaat susu secara umum namun ternyata tingkat konsumsi susu mereka rendah (kurang dari 47 persen). Ini menunjukkan bahwa tingkat kognisi tidak selalu menjamin terjadinya perilaku tertentu karena adanya pengetahuan yang dimiliki. Kondisi ini sesuai dengan pendapat Festinger (Morissan dan Wardhani:2007) bahwa manusia membawa berbagai macam unsur (elemen) kognitif dalam

dirinya seperti elemen sikap, persepsi, pengetahuan dan elemen tingkah laku (*behaviour*). Masing-masing elemen akan memilih salah satu jenis hubungan dari tiga jenis hubungan yang mungkin ada dengan masing-masing elemen lainnya. Pada jenis hubungan yang pertama disebut dengan hubungan nihil atau tidak relevan. Jenis-hubungan ini tidak memberikan pengaruh apa-apa kepada masing-masing elemen yang terdapat dalam sistem.

### 2. Tingkat kognisi Ibu tentang karakteristik susu dan berbagai jenis susu.

Para ibu umumnya memiliki pengetahuan yang sangat memadai mengenai karakteristik fisik dari susu yang baik maupun susu yang rusak dengan mengenalinya dari warna, bentuk dan rasanya (rata-rata diatas 85 persen). Hal ini kemungkinan terkait keanggotaan ibu pada koperasi yang sering memperoleh penyuluhan mengenai standart kualitas susu yang harus dipenuhi. Cara penyampaian ini sesuai dengan metode pendidikan kesehatan melalui faktor-faktor *reinforcing* (Setiawati & Dermawan: 2008)

Para ibu ternyata menyukai susu kental manis dibandingkan susu bubuk sebagai pilihan kedua setelah susu sapi murni. Nampaknya informasi mengenai kandungan susu kental manis yang lebih banyak mengandung unsur gula dibandingkan susu bubuk belum cukup diketahui. Jenis susu kental manis merupakan susu yang diawetkan dengan menambahkan krim maupun susu skim dengan sukrosa dengan perbandingan tertentu (Winarno:2007). Biasanya standar perbandingannya sekitar 9:22. Setelah mengalami proses pemanasan, pada pembuatan susu kental manis ditambahkan sukrosa (gula) sehingga konsentrasi sukrosa menjadi 62,5%. Karena itu rasanya menjadi manis.

### 3. Tingkat kognisi Ibu tentang cara mengkonsumsi susu

Mengenai cara mengkonsumsi susu tingkat kognisi ibu tergolong sedang cenderung kurang. Sebagian ibu juga mengkonsumsi susu tanpa direbus terlebih dahulu (63 persen) meskipun 84 persen mengetahui bahwa susu yang tidak direbus mengandung bakteri. Kontaminasi bakteri dalam susu mampu berkembang dengan cepat sekali sehingga susu menjadi rusak dan tidak layak dikonsumsi. Susu segar yang baru saja diperah secara higienis kandungan mikrobanya rendah, yaitu kurang dari 100 per ml. Sebaliknya susu yang ditangani dengan cara kurang higienis jumlah

bakteri per ml dapat mencapai lebih dari 10 juta. (Winarno: 2007).

Hanya 35 persen ibu yang mengetahui bahwa susu sebaiknya dikonsumsi 2 kali sehari dan alasan yang dikemukakan oleh 75 persen ibu adalah karena bau yang terdapat pada susu sapi. Umumnya mereka mengetahui cara konsumsi susu hanya dengan mencampur kopi dan jahe atau untuk membuat kue (70 persen). Bahan makanan dan minuman yang digunakan nampak belum bervariasi dengan penggunaan bahan makanan yang relatif mudah diperoleh disekitar mereka seperti sayuran atau kentang. Hal ini sesuai dengan data yang mengemukakan bahwa kurang dari 2 persen penduduk Indonesia yang mengkonsumsi sayur dan buah (Notoatmodjo : 2010).

#### IV. KESIMPULAN

1. Sebagian besar para ibu peternak sapi perah memiliki pengetahuan yang cukup memadai tentang manfaat dan kandungan susu meskipun baru sebatas pengetahuan yang bersifat umum, namun pengetahuan tersebut tidak diiringi dengan kebiasaan mengkonsumsi susu.
2. Pengetahuan ibu tentang karakteristik susu sangat memadai, kemungkinan hal ini dikarenakan informasi yang diperoleh dari petugas penyuluh dan adanya standart kualitas susu perahan yang ditentukan oleh koperasi.
3. Pengetahuan ibu yang cenderung rendah adalah tentang kandungan jenis susu selain susu sapi segar ; pengetahuan tentang cara mengkonsumsi susu yang optimal ; dan para ibu sangat kurang pengetahuannya dalam mengolah susu sebagai alternatif makanan atau minuman.

#### Saran

1. Untuk menyampaikan pengetahuan tentang pentingnya konsumsi susu maka disarankan salah satu media yang digunakan adalah televisi karena aktivitas menonton cukup sering dilakukan oleh para ibu. Karena tingkat pendidikan para ibu adalah sekolah dasar serta terdapat sebagian yang tidak bisa membaca maka informasi yang disampaikan hendaknya berbentuk praktis, singkat dan berupa gambar.
2. Jenis pengetahuan yang dapat disampaikan kepada responden adalah hal-hal yang selama ini belum mereka ketahui seperti unsur-unsur dalam susu seperti protein, vitamin dan mineral lainnya serta pengolahan variasi alternatif makanan dan minuman berbahan dasar susu. Informasi

tersebut selain dapat mengatasi keengganan mereka mengkonsumsi juga dapat membantu meningkatkan perekonomian para ibu agar mampu menjual makanan produk varian susu.

3. Untuk meningkatkan jumlah konsumsi susu masyarakat nampaknya diperlukan perlu campur tangan pemerintah baik dibidang promosi konsumsi susu maupun dalam bentuk subsidi. Barangkali Indonesia perlu mencontoh pemerintah Cina yang membeli produk susu dari peternak untuk dibagikan kepada siswa SD sebagai minuman wajib pada hari-hari tertentu. Peternak beruntung karena distribusi produk susunya terjamin dan siswa SD menjadi sehat. Dalam jangka panjang pemerintah akan memperoleh keuntungan karena produktivitas sumberdaya manusianya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta, 2007
- [2] Dila, Sumadi, *Komunikasi Pembangunan Pendekatan Terpadu*, Sembiosa Rekatama Media, Bandung, 2007.
- [3] Hamidi, *Metode Penelitian dan Teori Komunikasi* Universitas Muhammadiyah Malang, 2007.
- [4] Liliweri, Alo, *Dasar-Dasar Komunikasi Kesehatan*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2008
- [5] Morisan dan Wardhani, Andy C, *Teori Komunikasi tentang Komunikator, Pesan, Percakapan dan Hubungan*, Ghalia Indonesia, Jakarta, 2009.
- [6] Mowen, Jhon C & Michael Minor, *Perilaku Konsumen*, Erlangga, Jakarta, 2002.
- [7] Notoatmodjo, Soekidjo, *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta, 2010.
- [8] Notoatmodjo, Soekidjo, *Kesehatan Masyarakat : Ilmu & Seni*, 2007, Rineka Cipta, Jakarta, 2007.
- [9] Notoatmodjo, Soekidjo, *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, 2007, Rineka Cipta, Jakarta, 2007.
- [10] Sciffmann, Leon G & Leslie Lazar Kanuk, *Consumer Behaviour*, New Jersey: Prentice-Hall, 2000
- [11] Sciffmann, Leon G & Leslie Lazar Kanuk, *Consumer Behaviour*, New Jersey: Prentice-Hall, 2000
- [12] Setiawati & Dermawan, *Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan*, Jakarta, Trans Info Media, 2008.
- [13] Sumarwan, Ujang *Perilaku Konsumen, Teori dan Penerapannya Dalam Pemasaran*, Ghalia Indonesia, Jakarta, 2008.
- [14] Tubbs, Stewart L., & Moss, Sylvia, 2005, *Human Communication: Prinsip-Prinsip Dasar*, Remaja Rosda Karya, Bandung, 2005.
- [15] Winarno F.G, dan Fernandez Ivone, E, 2007, *Susu dan Produk Fermentasinya* M-Brio Press, Bogor, 2007.

- [16] Jurnal Bogor, Menyiasati Alergi Terhadap Susu, Artikel Kesehatan April 2009
- [17] (<http://www.menkokesra.go.id>). diakses pada tanggal 31 Jul 2009
- [18] (<http://www.jawaban.com/news/health>) diakses pada tanggal 7 Agustus 2009
- [19] Tempo Interaktif, *Konsumsi Susu Asean*, 27 Mei 2008