

## Eksplorasi kearifan lokal masyarakat dalam mengonsumsi pangan sumber zat goitrogenik terhadap gangguan akibat kekurangan yodium

Farida Wahyu Ningtyias, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20449891&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Selain kekurangan yodium, penyebab lain gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY) di Kabupaten Jember adalah faktor goitrogenik tiosianat. Tiosianat adalah hasil detoksifikasi sianida. Sianida banyak terkandung pada beberapa sayuran yang biasa dikonsumsi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi kebiasaan konsumsi dan cara pengolahan pangan sumber zat goitrogenik sebagai solusi mengatasi GAKY di Kabupaten Jember. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, pengumpulan data dilakukan melalui focus group discussion dilengkapi dengan semi-kuantitatif formulir frekuensi makan. Data yang terkumpul diolah dengan content analysis. Ada empat kelompok FGD yang diikuti 6-9 ibu rumah tangga yang terpilih melalui metode maximum variation sampling. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2012 - April 2013. Daun singkong, daun pepaya, rebung, sawi pahit, kubis dan selada air adalah sayuran sumber zat goitrogenik yang dikonsumsi harian dengan porsi yang cukup besar disebabkan faktor kesukaan dan kebiasaan oleh masyarakat Jember. Kadar sianida yang terkandung pada sayuran di kabupaten Jember berkisar 0,010 - 0,4 ppm dalam keadaan segar, tertinggi pada singkong dan terendah pada gambas dan kubis. Kadar sianidanya menjadi 0,18 - 0,0001 ppm setelah beberapa cara pengolahan yang biasa dilakukan oleh masyarakat Jember. Blansing/kulup adalah cara mereduksi kadar sianida yang paling baik dibandingkan cara pengolahan lain yang biasa dilakukan masyarakat Jember seperti rebus, tumis, goreng dan kukus.

<hr>

Other caused of iodine deficiency disorder (IDD) that was identified in Jember Regency is thiocyanate goitrogenic factor. Thiocyanate is the result of detoxification from cyanide content in some common vegetables consumed which consume daily. The purpose of this study was to explore goitrogenic food consumption habits and processing as a solution to over-come IDD in Jember Regency. Using a qualitative approach, data collection is done through focus group discussion equipped with a semi-quantitative food frequency form. The collected data were processed with content analysis. There are four groups of 6-9 FGD followed housewife selected through maximum variation sampling method. The study was carried out in September 2012 - April 2013. Cassava leaves, papaya leaves, bamboo shoot, cabbage, 'sawi pahit' and 'selada air/arnong' that vegetables contain substances goitrogenik consumed daily by a large enough portion due to factors fondness and familiarity. Cyanide content on vegetables from Jember district was around 0,01 - 0,40 ppm, the highest was in cassava and the lowest in cabbage and 'gambas'. After some processing methods practiced by society, cyanide levels in foodstuffs become 0,18 - 0,0001 ppm. Blanching is the best way to reduce cyanide than the usual way as boiled, sauteed, fried and steamed.