

Pangan Fungsional Dewasa Ini:

# Perkembangan dan Tantangan

C. Hanny Wijaya

**T**IDAK dapat dipungkiri lagi bahwa hidup sehat adalah dambaan setiap orang. Tak heran kalau banyak orang yang tertarik untuk menjalankan pola hidup sehat.

Hidup sehat pun menjadi perhatian pemerintah. Hampir setiap negara mempunyai panduan pola hidup sehat. Pemerintah Indonesia mengeluarkan pedoman Sepuluh Cara Hidup Sehat. Sedangkan pemerintah Jepang mempunyai pendekatan berupa pengembangan pangan fungsional. Tujuannya adalah, untuk memperbaiki fungsi-fungsi fisiologis agar dapat melindungi tubuh dari penyakit, khususnya penyakit degeneratif seperti jantung koroner, hipertensi, diabetes, osteoporosis, dan kanker.

Pendekatan yang dilakukan oleh pemerintah Jepang bisa ditiru. Dalam dua dekade ini, telah banyak kemajuan dalam perolehan dasar-dasar ilmiah pangan fungsional. Pangan fungsional kini tidak hanya dikenal secara eksklusif oleh kelompok masyarakat Asia. Konsep pangan fungsional ini ternyata telah menjadi trend perhatian dan diterima oleh kelompok masyarakat barat yang relatif "baru" mengenalnya.

"Booming" pangan fungsional nampaknya belum juga reda. Justru dalam pengembangan pangan dunia, semakin "bergema". Hampir semua elemen yang bergerak di bidang pangan memberikan atensinya dalam perkembangan pangan fungsional. Perhatian diberikan oleh para ilmuwan maupun para praktisi, baik dari segi fungsi dan pengolahannya hingga segi legislasi dan pemasaran.

Klaim terhadap kesehatan nampaknya menjadi magnet bagi industri untuk berlomba mengembangkan produk yang satu ini. Namun pemahaman yang tidak utuh akan mengundang salah persepsi. Ini akan membuka celah penyalahgunaan konsep pangan fungsional ke dalam praktik dagang yang kurang sehat. Sejauh manakah perkembangan pangan fungsional dewasa ini?

Sejarah singkat  
Konsep pangan fungsional dalam

sejarah dunia pangan bukanlah hal baru. Filosofi "pangan sebagai obat" telah dicetuskan oleh Hippocrates sejak 2500 tahun. Dalam ungkapannya yang terkenal, Hippocrates mengatakan, "*Let food be the medicine and medicine be the food*". Konsep ini telah banyak diimplementasikan dalam dunia kuliner Tiongkok dan Korea. Masyarakat Indonesia pun telah mengenalnya secara turun-temurun. Misalnya masakan daun katuk untuk meningkatkan produksi air susu ibu, minuman rempah-rempah hangat untuk mengobati influenza, dan minuman dengan basis jamu-jamu dengan berbagai khasiatnya.

Konsep pangan fungsional mulai mendunia setelah diperkenalkan oleh Jepang. Negara matahari terbit ini dianggap telah menancapkan tonggak pengembangan pangan fungsional dunia dewasa ini. Sebelum kita melihat lebih jauh arah dari perkembangan pangan fungsional, tidak ada salahnya sekilas menengok kembali cikal bakal pengembangan produk ini.

Konsep pangan fungsional modern "lahir" di Jepang pada tahun 80-an. Berubahnya pola makan yang disertai indikasi penurunan kualitas kesehatan, menyadarkan masyarakat Jepang tentang perlunya penataan kembali pola makan yang dapat menjaga dan meningkatkan kesehatan. Pada waktu bersamaan, pengelola kesehatan di Jepang juga menyadari perlunya peningkatan kualitas kesehatan para manula. Tujuannya untuk menekan biaya kesehatan.

Pada Tahun 1984 konsep "pangan fungsional" pertama kali diluncurkan dalam proyek penelitian nasional yang diinisiasi oleh Kementerian Pendidikan Jepang. Penelitian tersebut berupa studi berkelanjutan dan intensif terhadap kemampuan fisiologis aktif dari berbagai jenis pangan, termasuk komponen penyusunnya.

Berdasarkan pemikiran tersebut, konsep tentang pangan yang dikembangkan dengan tujuan khusus untuk meningkatkan kebugaran tubuh dan pengurangan risiko terhadap penyakit

diperkenalkan. Guna menghindari "pemanfaatan" konsep ke dalam bisnis tak sehat, pengembangan produk pangan jenis ini kemudian diwadahi secara regulasi ke dalam kelompok pangan yang dikenal sebagai *Food for Specified Health Uses* (FOSHU). Sistem ini diluncurkan Kementerian Kesehatan dan Kesejahteraan Masyarakat Jepang pada April 1991.

## Temuan ilmiah dan teknologi

Penelitian tentang pangan fungsional, mungkin saat ini merupakan penelitian di bidang pangan yang paling banyak dilakukan. Penelitian tentang aktivitas dari suatu bahan atau ingredien dan pencarian komponen bioaktif, masih mendominasi. Aktivitas antioksidan merupakan topik yang banyak diminati. Formulasi komponen aktif ke dalam produk pangan juga menjadi perhatian. Termasuk teknologi untuk penyertaan komponen aktif dalam produk pangan.

Formulasi dengan penambahan komponen bio-aktif dari "luar" guna meningkatkan kemampuan fisiologis suatu produk pangan, juga banyak diteliti. Seperti halnya penambahan serat pangan pada produk-produk perikanan, yang umumnya rendah serat. Atau penambahan bubuk buah pada produk *breakfast cereals*.

Sementara itu, penelitian dari sisi bioteknologi, terutama dalam rekayasa bahan baku pangan masih tetap mengundang perhatian. Perkembangan tersebut menempatkan pangan fungsional menjadi gelombang popularitas berikutnya pada pangan transgenik. Tersirat pula ambisi untuk mencetuskan pangan "multi functional" oleh para perekayasa genetika.

## Tren pengembangan

Pada tahun 2001 saat muncul "food neophobia", minat masyarakat untuk mengonsumsi pangan fungsional sempat mengalami penurunan. Namun hasil penelitian pada tahun 2002 dan 2004 menunjukkan, ketakutan itu tidak lagi berpengaruh pada keputusan konsumen

untuk mengonsumsi produk pangan dengan khasiat pencegahan penyakit.

Ternyata manfaat mengonsumsi pangan fungsional, menjadi alasan konsumen menggunakan pangan fungsional. Manfaat disini dapat berupa peningkatan "mood", perbaikan penampilan, peningkatan daya tahan tubuh terhadap penyakit, kompensasi pada cara hidup tak sehat, atau membantu mengikuti gaya hidup lebih.

Faktor lain yang juga berpengaruh pada penerimaan produk adalah, keharusan karena keperluan tubuh (*necessity*) untuk mengonsumsi pangan fungsional.

Peningkatan ketertarikan konsumen pada kesehatan dan kebugaran, merupakan kunci penghela bagi pengembangan pasar produk makanan dan minuman. Imbas ini juga terasa pada pasar produk minuman jenis *soft-drink*. Penurunan permintaan akan produk *soft-drink* konvensional, memaksa banyak industri minuman untuk melakukan diversifikasi produk dengan menampilkan *image* lebih menyenangkan.

Pemasaran air kemasan di dunia "barat", saat ini sangat terpacu dengan peningkatan perhatian konsumen terhadap kesehatan dan *image* positif dari air dalam kemasan. Mengingat kesehatan merupakan primadona yang menjadi *trend-setter*, maka inovasi dalam kategori air kemasan adalah cara terbaik untuk menawarkan proposisi lebih menyehatkan pada produk tersebut. Air kemasan hasil inovasi dari segi kesehatan ini yang secara generik lebih dikenal dengan sebutan "*enhanced waters*". Minuman jenis ini

dapat dikategorikan dalam beberapa jenis. Diantaranya *dietary fiber-enhanced water, oxygenated water, fruit-flavoured water, herbal water, nutrient-enriched water, energy water, vitamin, mineral enriched water, dan functional impact water*.

Pengembangan produk minuman yang juga sedang tren saat ini adalah, minuman berenergi dan *sport-drink*. Pasar di Jepang lebih kreatif dalam menciptakan sub-sektor baru, seperti yang dikenal sebagai *stamina drink, near water, dan amino acid drink*. Hal lain yang menarik untuk diperhatikan adalah, kenyataan bahwa konsumsi *sport-drink* tumbuh bukan hanya untuk kalangan atlet. Minuman ini pun menjadi populer bagi kalangan yang berorientasi pada gaya hidup dan penampilan.

Pada produk siap saji, produk sehat dan membantu diet menjadi tren. Misal produk dengan beras basmati, diklaim dapat membantu melangsingkan dan mengontrol berat tubuh dengan mengontrol asupan kalori dalam diet. Pada industri kudapan (*snack*), tuntutan akan produk dengan kesan rendah energi dan betul-betul "ringan" menyerbu dengan cepat.

Produk-produk susu (*dairy products*) nampaknya merupakan sektor yang paling diuntungkan dalam pengembangan pangan fungsional. Di Inggris dan Portugal, saat ini sudah beredar minuman pengontrol tekanan darah yang berisi peptida susu. Minuman ini terbukti mampu membantu mengatur tekanan darah untuk

mempertahankan kesehatan jantung. Pemanfaatan sterol tanaman dalam beberapa produk guna menurunkan resiko kolesterol, juga terlihat dalam deretan produk baru. Sementara pada produk dengan mikroba, kombinasi antara probiotik dan prebiotik dalam mengkreasi produk. Kelompok ini dikenal sebagai *probiotic enhanced*.

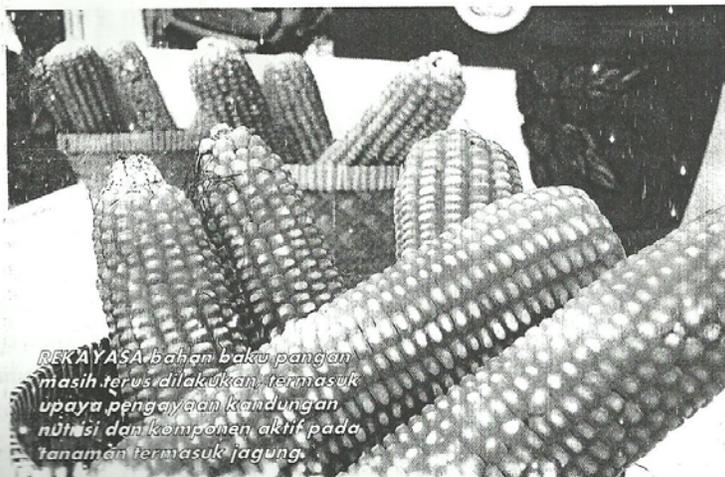
#### Tantangan ke depan

Tak bisa dipungkiri bahwa minat konsumen untuk mendapatkan gaya hidup yang lebih sehat dari pangan yang dikonsumsi, akan terus melaju di masa mendatang. Keinginan ini akan terus membuka pasar bagi pangan fungsional. Informasi kepada konsumen tentang keunggulan suatu produk bagi kesehatan, merupakan titik kritis yang penting.

Pengembangan pangan fungsional di Indonesia seharusnya sangat menjanjikan. Hal ini didukung oleh latar-belakang kultur yang ada, populasi yang tinggi, dan sumber daya alam yang sangat beragam. Pengelolaan dengan kebijakan yang tulus dan cerdas, didukung perhatian penuh dari para ilmuwan dan pemerintah serta kerjasama dengan dunia industri, merupakan katalisator dalam pengembangan bidang ini. Perlu gerak cepat guna mengejar ketinggalan dan menghindarkan diri untuk menjadi sekadar menjadi penonton di negara sendiri di kemudian hari.

Pengembangan studi ilmiah sekarang dan masa mendatang diharapkan memberikan jaminan tentang pangan fungsional bagi konsumen di dunia. Produk-produk pangan dengan keunggulannya dalam kesehatan yang didukung oleh data ilmiah, mempunyai potensi menjadi komponen yang penting dalam gaya hidup yang sehat. Hanya saja perlu ditekankan bahwa pangan fungsional bukanlah *magic bullet* (peluru ajaib) yang selalu tepat sasaran. Pangan fungsional pun bukan obat manjur bagi segala penyakit dalam upaya menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Oleh karenanya mengenal dan memahami pangan yang kita konsumsi dengan baik dan benar, serta dapat menikmatinya sesuai dengan kebutuhan tubuh kita, merupakan kunci dalam membenahi gaya hidup agar lebih sehat dan bugar. ☺

Penulis adalah Guru Besar ITP-Fateta, IPB dan Staf Pengajar Tamu FST- Fac.of Science, NUS



REKAYASA bahan baku pangan masih terus dilakukan, termasuk upaya pengayaan kandungan nutrisi dan komponen aktif pada tanaman termasuk jagung.