



Bahan Tambahan Pangan, Betulkah Berbahaya?

Oleh : *Dr. C. Hanny Wijaya, Staf Pengajar TPG-Fateta IPB*

Begitu banyaknya bahan tambahan makanan yang saat ini digunakan para produsen pada setiap produknya, membuat kita semakin sulit memilih makanan/bahan makanan yang betul-betul bebas dari bahan tambahan makanan. Sampai-sampai ingin rasanya semua bahan makanan kita produksi sendiri kalau saja memungkinkan. Padahal bahan tambahan makanan tidak pernah bisa kita hindari karena dalam beberapa hal fungsinya memang diperlukan dalam proses pembuatan bahan makanan tersebut. Dan tidak semua pula bahan tambahan makanan berbahaya atau tidak bernilai gizi. Beberapa di antaranya malah berguna bagi tubuh kita karena mengandung vitamin atau malah mencegah kanker. Nah, mari kita kenal bahan tambahan makanan secara lebih rinci.

Bahan tambahan kimiawi, bahan tambahan pangan, bahan tambahan makanan, aditif makanan, zat aditif pangan, bahan penolong pengolahan makanan, aditif kimia adalah sebagian dari sebutan bagi kelompok *ingredien* pangan yang dikenal sebagai *food additive* di dunia internasional. Untuk mengurangi kerancuan, pada ulasan ini akan digunakan sebutan Bahan Tambahan Pangan (BTP) sesuai dengan istilah yang dipopulerkan pada "Temu Karya Penggunaan Bahan Tambahan Pangan untuk Industri" di Jakarta tahun 1997.

Suka atau tidak, dalam dunia modern saat ini kita akan tetap menemui kehadiran BTP dalam produk yang kita konsumsi. Karena kegunaan BTP demikian luas hingga belum tergantikan oleh suatu *ingredien* tertentu saja atau teknologi lain. Bahkan kini tampak kecenderungan munculnya BTP-BTP baru dengan fungsi yang lebih kompleks.

Menurut E. Rustamaji, Yayasan Konsumen Indonesia (1997), bagi industri kecil penggunaan BTP boleh jadi bertujuan untuk menekan biaya produksi dan sering juga akibat ketidaktahuan. Sementara bagi industri besar, penggunaan BTP lebih ditujukan untuk memenangkan persaingan dengan rival bisnisnya.

Namun terlepas dari alasan "sosial"nya, secara teknis penggunaan BTP memang diperlukan terutama untuk produk-produk pangan olahan. Misalnya, guna membantu proses pengolahan, memperpanjang masa simpan (*shelf life*), memperbaiki penampilan dan cita rasa, serta pengaturan keseimbangan gizi.

APA SAJA YANG TERMASUK DALAM BTP?

FAO dan WHO dalam kongresnya di Roma tahun 1956 menetapkan definisi BTP (*food additive*) sebagai bahan-bahan yang ditambahkan dengan sengaja ke dalam makanan dalam jumlah sedikit yaitu untuk memperbaiki warna, bentuk, cita-rasa, tekstur, atau memperpanjang masa simpan (Winarno dkk, 1984).

Dewasa ini BTP digunakan untuk tujuan yang lebih beragam sesuai dengan perkembangan teknologi pengolahan, di samping tuntutan konsumen seperti tren dunia pangan saat ini untuk mengembangkan produk-produk pangan fungsional.

Kendati begitu penggunaan BTP pada produk pangan terikat pada norma-norma yang harus dipatuhi secara moral. BTP yang digunakan harus mempunyai sifat-sifat sebagai berikut:

- dapat mempertahankan nilai gizi makanan tersebut
- tidak mengurangi zat-zat esensial di dalam makanan
- mempertahankan atau memperbaiki mutu makanan
- dan menarik bagi konsumen, tetapi tidak merupakan suatu penipuan

BTP tidak boleh digunakan antara lain:

- dapat merupakan penipuan bagi konsumen
- menyembunyikan kesalahan dalam teknik penanganan atau pengolahan
- dapat menurunkan nilai gizi makanan
- tujuan penambahannya masih dapat digantikan perlakuan-perlakuan lain yang lebih praktis.

Dari mana BTP diperoleh? Selain dari ekstrak bahan alami, bisa pula dibuat dari reaksi-reaksi tertentu, atau yang dikenal dengan sebutan BTP alami dan BTP artifisial. Apa pun bahannya, BTP tidak selalu merupakan bahan makanan yang tidak bernilai gizi. Karena ada juga BTP yang bernilai gizi. Misalnya, beberapa vitamin atau mineral. Bahkan kini banyak juga BTP yang berpengaruh langsung pada kesehatan seperti pencegah kanker, penebaran, atau antihipertensi.

Luasnya penggunaan BTP dapat dilihat dari banyaknya kelompok BTP yang ada. Menurut peraturan Menkes No. 235 (1979), BTP dapat dikelompokkan menjadi 14 kelompok berdasarkan fungsinya. Kelompok-kelompok tersebut adalah: (1) antioksidan dan antioksidan sinergis; (2) anti kempal; (3) pengasam, penetral dan pendapar; (4) enzim; (5) pemanis buatan; (6) pemutih dan pematang; (7) penambah gizi; (8) pengawet; (9) pengemulsi, pemantap dan pengental; (10) pengeras; (11) pewarna alami dan sintetik; (12) penyedap rasa dan aroma; (13) sekuestran; (14) BTP lain. Jenis BTP di dunia juga meliputi: gas dan propelan, penjernih, BTP fungsional dan pengatur kelembapan.

Nah, melihat luasnya cakupan fungsi BTP, tampaknya memang sulit untuk lepas sama sekali dari penggunaannya. Meskipun sering juga terjadi kasus-kasus yang merugikan, di mana BTP digunakan pada situasi yang seharusnya tidak diperlukan, penggunaan yang berlebihan, menyalahi spesifikasi, atau sengaja digunakan bahan-bahan yang terlarang. Akan tetapi pada kenyataannya, banyak proses-proses pengolahan yang tidak mungkin dilakukan bila tidak ditambahkan bahan penolong tertentu. Misal, gel pektin tidak terbentuk bila tidak pada pH rendah sehingga perlu ditambahkan bahan cita-rasa seperti garam, misalnya.

AMANKAH BTP?

Jadi, kalau memang tak bisa dihindari, amankah mengonsumsi BTP? Jawabannya tergantung pada BTP yang digunakan, kondisi penggunaannya, tujuan penggunaan, jumlah dan ketepatan spesifikasinya, serta siapa dan bagaimana konsumennya. Tentu masih banyak lagi faktor-faktor terkait.

Jawaban yang lebih pasti ialah, **bahan pangan tanpa BTP belum tentu lebih aman daripada yang ditambahkan BTP**. Contoh, mana yang lebih baik produk pangan yang dimulai tengik atau yang telah ditambah antioksidan tokoferol (provitamin E) atau vitamin C sehingga tertunda ketengikannya?

Sejauh rambu-rambu di atas dijalankan, BTP bisalah dikatakan aman. Sebaliknya kalau norma-norma tersebut tidak dipegang dan tujuan penggunaan BTP diselewengkan, apalagi bila disertai dengan kebutuhan pengetahuan BTP dan spesifikasinya, maka penggunaan BTP akan mengundang masalah.

Dalam kaitan dengan keamanan pangan, penggunaan BTP diatur dengan berbagai peraturan, baik secara nasional maupun internasional. Secara nasional, misalnya lewat peraturan yang dikeluarkan oleh Depkes maupun keputusan presiden. Saat ini telah pula diatur dalam undang-undang pangan no.7 tahun 1996. Pada skala internasional, pengaturan BTP terdapat dalam "Food Chemical Codex" dan aturan-aturan negara adidaya seperti yang dikeluarkan oleh USA dengan FDAnya yang banyak juga dipakai sebagai acuan negar-negara lain.

Aturan ini pun terus-menerus direvisi sesuai dengan gugatan konsumen dan hasil penelitian ilmiah. Harus diakui, tidak sedikit pengusaha kita yang tidak mengindahkan etika bisnis yang selayaknya wajib dipenuhi. Penggunaan boraks dan formalin pada produk-produk seperti susu, tahu, dan bakso bukan rahasia umum lagi. Pernah hal ini mengundang perhatian umum beberapa waktu yang lalu namun saat ini terlihat kembali adem-ayem.

Belum lagi penggunaan pewarna terlarang yang bukan termasuk BTP (food grade), tetapi untuk tekstil karena alasan pewarna tekstil lebih kuat, stabil dan murah.

Penggunaan BTP yang keluar dari rambu juga disebabkan antara lain karena di Indonesia pemasok BTP terbatas. Begitu juga jenisnya. BTP yang ada kebanyakan produk impor yang tentu jadi mahal harganya karena terkena pajak. Akibatnya kadang-kadang produsen terpaksa menggunakan alternatif jalan pintas yang merugikan banyak pihak terutama konsumen.

Perusahaan-perusahaan kecil umumnya sulit mendapatkan distributor yang dapat memberikan informasi yang tepat sekaligus produk yang layak. Karena itulah, sebagai konsumen kita perlu juga memberi dorongan dan bantuan pemikiran agar banyak pihak yang terlibat dengan BTP, mencari jalan keluar. Supaya kita terlindung dari bahan-bahan liar yang tak layak dikonsumsi.

KIAT MELINDUNGI DIRI

Nah, karena makanan dengan kekeliruan penggunaan BTP bisa kita temukan di mana-mana, maka kiat berikut perlu jadi perhatian penuh.

- Apa pun produknya, bila dikonsumsi secara berlebihan, tidak baik efeknya pada tubuh. Karena itu berusaha agar tidak mengonsumsi produk dengan BTP yang sama secara terus-menerus dan dalam jumlah besar.

- Biasakan untuk mengenali BTP apa saja yang ada dalam suatu produk pangan dengan membaca label komposisi bahan. Tetapi ingatlah, jangan memberi penilaian negatif dulu bila tertulis di situ sebutan-sebutan kimiawi. Karena air pun pada dasarnya bisa disebut sebagai H₂O atau Hidrogen peroksida tanpa membuat kita mendapatkan efek yang lain dari air yang kita kenal selama ini.

- Penerimaan kita yang wajar terhadap keterangan yang tercantum akan memberi kesempatan pada produsen untuk bersifat jujur pada produknya. Bagaimanapun, produsen yang berani menentumkan secara lengkap komposisi bahan produknya, menandakan produsen tersebut punya keberanian menjamin mutu produknya.

- Pertimbangkan baik-baik produk tersebut akan kita berikan pada siapa. Produk-produk dengan BTP pemanis guna mengurangi kelebihan berat badan misalnya, tidak tepat bila diberikan pada anak-anak yang masih memerlukan kalori yang tinggi.

- Kenali spesifikasi BTP-BTP yang populer digunakan, khususnya efek-efek spesifik BTP tersebut, terutama pada kelompok-kelompok sensitif. Misalnya, nitrid tak baik bagi penderita asma.

- Hindari produk-produk yang menggunakan BTP yang seharusnya tidak perlu digunakan karena tidak prinsip atau bisa digantikan teknologi lain. Misalnya, pemakaian pewarna berlebihan. Karena tanpa warna pun, suatu produk tak terlalu berbeda fungsinya. Kita juga bisa mengganti penggunaan BTP pengawet dengan teknologi pengemasan aseptis seperti pada kemasan kotak untuk susu atau minuman lain.

- Carilah produk dengan harga pantas sesuai kandungan bahan yang seharusnya digunakan. Contoh, kita tak akan mungkin mendapatkan sirop dengan kandungan gula cukup bila harga sirop tersebut per botol seperlima harga gula di pasaran.

- Amatilah kelayakan daya simpan produk dari segi komposisi bahan bakunya, kemasan, dan cara penyimpanan. Kita perlu waspada bila ada situasi yang tak logis. Misalnya, bakso dapat disimpan pada suhu kamar lebih dari 2-3 hari. Coba tanyakan BTP atau perlakuan apa yang diberikan pada produk tersebut.

- Bekali diri dengan pengetahuan BTP sehingga dapat bersifat kritis pada suatu produk. Bila dirasa perlu, beranilah bertanya pada produsen atau lembaga-lembaga konsumen seperti YKLI atau perguruan tinggi terkait tentang BTP baru yang belum dikenal.

- Percayalah pada indera kita yang telah dilengkapi Tuhan dengan sensor yang paling canggih. Indera kita dapat memberi peringatan yang akurat terhadap bahan-bahan yang berbahaya bagi tubuh. Misalnya, penggunaan pengawet benzoat yang berlebihan akan memberikan rasa sepat pedas yang menggetarkan alat pencecap kita. Meski rasa tidak enak itu seringkali ditimpali dengan pedas cabai, toh bila kita rasakan lebih jauh, rasa pedas cabai dan benzoat berlebih sangat berbeda.

Percayalah, hanya konsumen yang dapat mengendalikannya. Karena produsen mana yang bisa bertahan bila tak ada konsumennya.