

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 1.1 Landasan Teoritis

#### 2.2.1 Tanaman Pala

Daging buah pala ternyata juga sangat lezat untuk dimakan. Tidak hanya itu, buah berbentuk bulat ini juga kaya kandungan nutrisi serta memiliki beragam manfaat untuk kesehatan tubuh. Kandungan yang terdapat pada buah ini seperti lemak total, protein, sodium, zat besi, kalsium, vitamin A, dan vitamin C. Umumnya bagian buah ini yang digunakan yaitu daging buahnya yang bisa dijadikan manisan, daging dari buah yang telah diseleksi dengan ketentuan yang sesuai syarat dalam pembuatan manisan buah.

Masyarakat Indonesia tentu tak asing lagi dengan buah pala. Pala biasanya digunakan sebagai rempah-rempah untuk menambah cita rasa masakan, terutama olahan daging. Buah pala berasal dari kepulauan Banda, Maluku dan kini sudah menyebar di seluruh Indonesia, daerah penghasil utama pala di Indonesia adalah Maluku, Papua, Sulawesi Utara, Nangroe Aceh Darusalam, Sumatera Barat, dan Jawa Barat. Produksi pala Indonesia meningkat dari 16 ribu ton pada tahun 2009 menjadi 25,8 ribu ton pada tahun 2013 yang berasal dari perkebunan rakyat yang luasannya mencapai 140 ribu ha pada tahun 2013. Permintaan dari luar negeri adalah dari biji, fuli, dan minyak pala, sedangkan kebutuhan di dalam negeri akan daging buah dan produk olahan pala juga dapat menjadi kegiatan bernilai ekonomi yang dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat (Fauziyah *dkk*, 2015).

Selain masakan, pala juga kerap diolah sebagai asinan atau manisan buah. Selain itu, ada pula yang memanfaatkan buah pala sebagai minyak pijat. Di balik perannya yang serba guna, buah pala juga memiliki segudang manfaat bagi kesehatan. Dengan kemajuan teknologi saat ini, membuat manisan pala merupakan sebuah mahakarya, karena dapat diinovasikan ke dalam beragam bentuk, corak dan cita rasa.

Menurut laporan *Verywell Fit*, buah pala banyak digunakan sebagai pengobatan tradisional untuk mengatasi masalah diare, masuk angin, gangguan ginjal, dan mual. Manfaat ini dikarenakan adanya kandungan protein, karbohidrat, minyak atsiri, sodium, kalsium, vitamin (A, C, B1), asam oleanolat, dan lain

sebagainya. Buah pala memiliki sifat anti bakteri, anti jamur, dan anti radang, sehingga pala mengatasi berbagai masalah peradangan baik di dalam tubuh maupun di luar tubuh (kulit) (Rachmayanti, 2019).

Berikut adalah kandungan zat gizi yang bisa Anda dapatkan dari sekitar 100 gram buah pala.

1. Lemak total: 36 gram atau 56 persen dari angka kebutuhan gizi (AKG) harian
2. Protein: 6 gram atau 12 persen dari AKG
3. Sodium: 16 miligram atau 1 persen dari AKG
4. Zat besi: 17 persen dari AKG
5. Kalsium: 18 persen dari AKG
6. Vitamin A: 2 persen dari AKG
7. Vitamin C: 5 persen dari AKG

## **1.2 Manfaat Buah Pala**

Buah pala adalah salah satu jenis rempah-rempah yang terkenal dan digunakan sebagai bahan tambahan masakan. Selain itu, buah pala juga memiliki banyak manfaat untuk kesehatan tubuh. Saat ini buah pala telah banyak di olah lewat berbagai varian. Salah satunya adalah manisan buah pala dan sirup pala yang sekarang ini sering dijumpai di berbagai pusat oleh-oleh.

Manisan dan sirup buah pala memiliki cita rasa yang manis dan lebih khas. Umumnya manisan buah pala termasuk camilan yang berasal dari daerah Tapaktuan, Kabupaten Aceh Selatan. Pengolahannya terbilang cukup sederhana dan tak terlalu rumit. Berikut adalah beberapa manfaat buah pala bagi kesehatan.

### **1. Redam rasa sakit**

Buah pala mampu menghilangkan rasa sakit secara alami, karena komponen buah ini mirip dengan mentol. Cukup menambahkannya sebagai bumbu masakan bisa mengurangi rasa sakit yang terkait dengan luka, ketegangan, dan peradangan kronis dari kondisi seperti arthritis.

### **2. Jaga Kesehatan Mulut**

Daging buah pala adalah bahan tambahan dalam pasta gigi atau obat kumur herbal. Karena dapat meningkatkan kekebalan gusi dan gigi. Sifat antibakteri yang

dimiliki buah ini secara efektif dapat membantu membersihkan bakteri penyebab bau mulut, karena memiliki aroma wangi yang khas.

### 3. Tingkatkan Kesehatan Otak Lansia

Buah yang mengandung senyawa myristicin dan macelignan ini, dapat mengurangi kerusakan sistem saraf dan fungsi kognitif yang dimiliki pasien demensia atau penyakit alzheimer. Buah ini sangat berguna untuk menjaga kesehatan otak. Selain itu, dapat meningkatkan konsentrasi dan menghilangkan kelelahan serta stres.

### 4. Anti Insomnia

Daging buah pala kaya akan magnesium. Zat ini berperan penting dalam mengurangi ketegangan saraf, bahkan merangsang rasa rileks. Buah pala juga mengandung serotonin yang berubah menjadi melatonin di otak, yaitu sebagai pendorong tidur, membantu seseorang menghilangkan insomnia atau kegelisahan di malam hari.

### 5. Atasi Masalah Pencernaan

Serat daging buah pala dapat merangsang proses pencernaan dengan mendorong gerakan peristaltik pada otot polos usus. Serat ini merangsang sekresi berbagai cairan di lambung dan usus. Membantu masalah pencernaan seperti diare, sembelit, dan perut kembung.

### 6. Tekanan Darah

Kalium yang terkandung dalam buah pala dapat membantu meregangkan pembuluh darah, sehingga dapat mengurangi tekanan darah serta dapat menurunkan ketegangan. Kandungan mineral dalam buah ini terbukti efektif dalam menjaga fungsi organ. Selain itu, kalsium yang ditemukan buah pala dapat meningkatkan zat besi dan meningkatkan jumlah sel darah merah. Selain itu, dapat mengurangi kemungkinan terkena gejala kekurangan zat besi atau anemia.

## 1.3 Pengolahan Daging Buah Pala

Biji pala mengandung minyak atsiri 7-14%. Bubuk pala dipakai sebagai penyedap untuk roti atau kue, puding, saus, sayuran, dan minuman penyegar (seperti *eggnog*). Minyaknya juga dipakai sebagai campuran parfum atau sabun. Selain itu, tanaman ini juga kaya akan manfaat, diantaranya buah pala yang terdiri

dari kulitnya dapat dijadikan bahan tambahan obat pengusir nyamuk; dagingnya yang mengandung banyak nutrisi dapat dijadikan bahan dasar pembuatan berbagai jenis makanan dan minuman seperti manisan, sirup, dan permen; biji dan fulinya sering dijadikan sebagai bahan utama pembuatan minyak atsiri; begitu juga dengan daunnya, namun pada daging buahnya pun sering dijadikan bahan baku minyak atsiri.

Secara umum, olahan buah pala itu dikenal dengan sebutan manisan pala basah dan pala kering. Perbedaan itu terkait cara pembuatannya. Bahan baku utamanya tetap sama, yaitu buah pala. Pembuatan manisan pala cukup sederhana. Buah pala yang telah dikupas kemudian diiris sesuai bentuk yang diinginkan. Buah itu selanjutnya direndam dalam air garam selama 1 x 24 jam. Untuk jenis manisan pala kering, usai direndam air garam daging buah pala itu kemudian dicuci. Lalu daging buah pala itu diolesi gula pasir dan dijemur. Pengolesan dilakukan hingga 2 kali untuk mendapatkan rasa yang manis. Setelah itu ditempatkan di wadah yang kering dan siap dinikmati.

Jenis manisan pala basah lain lagi prosesnya. Setelah direndam air garam dan dicuci, pembuatan manisan dilanjutkan dengan proses fermentasi. Daging buah pala direndam di dalam air gula. Selain buah pala itu sendiri, air dari manisan pala basah itu juga dipercaya dapat menyembuhkan beberapa penyakit.

Banyak referensi menyebutkan buah pala itu penuh khasiat. "*Guidebook on The Proper Use of Medicinal Plants*" misalnya, menyebut buah pala kaya senyawa kimia yang bermanfaat untuk kesehatan. Senyawa kimia itu bisa membantu mengobati masuk angin, gangguan susah tidur (*insomnia*), memperlancar pencernaan dan meningkatkan selera makan (bersifat *stomakik*), memperlancar buang angin, mengatasi rasa mual – muntah (*antiemetik*), dan nyeri haid.

Kandungan kimia dalam buah pala itu juga dipercaya dapat mengatasi batuk berlendir, menghilangkan kejang otot, dan menjadi penenang bagi mereka yang hiperaktif. Memakan buah pala juga dapat menghilangkan ketagihan merokok. Karena besarnya manfaat buah pala itu, minat terhadap aneka jenis olahan berbahan baku buah pala hingga kini tak pernah surut. Manisan buah pala ini salah satu yang diburu sebagai oleh – oleh berkhasiat dari Kecamatan Tapaktuan.

#### **1.4 Inovasi Pengolahan Daging Buah Pala**

Seiring perkembangan jaman dan teknologi yang mengikutinya, kini pengolahan Pala tidak hanya untuk membuat bubuk dan daging manisan saja. Beberapa produk lain sudah banyak dihasilkan seperti Sirup Pala, Keripik Pala, bahkan minyak gosok yang berbahan dasar pala. Tanaman pala adalah tanaman kuno yang memiliki banyak manfaat bagi kehidupan. Tidak hanya populer secara historis, pala ternyata memiliki kandungan kimia yang luar biasa berguna bagi manusia sehingga memberikan peluang usaha dalam bentuk pengolahan daging buah pala, dimana pada awalnya masyarakat belum menyadari pentingnya khasiat dari daging buah pala tersebut. Dengan perkembangana ilmu pengetahuan, potensi daging buah pala mulai dikenal oleh masyarakat.

Kabupaten Aceh Selatan memang salah satu daerah yang banyak tumbuh pohon pala. Karena itulah masyarakat memanfaatkan menjadi peluang usaha yang bernilai ekonomis. Buah pala muncul sebagai salah satu komoditi unggulan di Indonesia lantaran bijinya dapat bernilai ekonomis. Buah pala tak hanya dimanfaatkan bijinya saja, tapi daging buah pala juga bisa menjadi berbagai jenis olahan. Daging buah pala bisa diolah menjadi manisan pala dan juga sirup buah pala. Sementara biji buah pala, bermanfaat untuk kesehatan diantaranya melancarkan pencernaan, mengatasi susah tidur (*insomnia*), dan bau mulut. Dilaporkan Kantor Berita RMOL Aceh, di Aceh Selatan, sebagian besar yang mengolah makanan ringan ini adalah usaha rumahan atau Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM). Produk makanan ini sudah tersebar di sejumlah daerah di Indonesia (Agus, 2021).

Buah pala ini banyak macam cara pengolahannya. Ada yang kering dan ada juga yang basah. Semua itu diolah sesuai takaran agar dapat menghasilkan rasa

yang manis. Proses pembuatan manisan buah pala ini terbilang mudah. Buah pala yang sudah dipanen kemudian direndam dalam air garam selama tiga hari. Setelah itu, kulitnya dikupas dan dicuci hingga bersih untuk menghilangkan getah pala. Selanjutnya daging pala yang telah bersih itu dipotong – potong menurut selera. Paling dominan diiris tipis seperti bentuk jari telunjuk dan diukir seperti model bunga mekar, sehingga bentuknya tampak lebih unik dan menarik (Zainal, 2016).

### **1.5 Teori tentang Perilaku**

Dalam dunia psikologi, teori perilaku yang direncanakan merupakan suatu teori terkait hubungan antara keyakinan dan perilaku. Teori inilah yang menyatakan bahwa sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan persepsi pengendalian perilaku, bersama-sama membentuk niat perilaku individu (Manuntung, 2018 *dalam* Safitri, 2021). Perilaku individu adalah sebagai suatu fungsi dari interaksi antara individu dengan lingkungannya. Individu membawa tatanan dalam organisasi berupa kemampuan, kepercayaan pribadi, pengharapan, kebutuhan, dan pengalaman masa lainnya.

Semua perilaku individu pada dasarnya dibentuk oleh kepribadian dan pengalamannya. Dan setiap perilaku manusia adalah sifat dari seseorang dalam melihat sebuah hal yang baru, membedakan adanya tiga bidang perilaku, yakni kognitif, afektif, dan psikomotor. Kemudian dalam perkembangannya, domain perilaku yang diklasifikasikan dibagi menjadi tiga tingkat:

#### 1. Pengetahuan (*knowledge*)

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya.

#### 2. Sikap (*attitude*)

Respons tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan.

#### 3. Tindakan atau praktik (*practice*)

*Yaitu* merujuk pada perilaku yang diekspresikan dalam bentuk tindakan, yang merupakan bentuk nyata dari pengetahuan dan sikap yang telah dimiliki. Definisi

perilaku merupakan hasil hubungan antara rangsangan (stimulus) dan tanggapan (respon). Ia membedakan adanya dua bentuk tanggapan, yakni:

- a. *Respondent response* atau *reflexive response*, ialah tanggapan yang ditimbulkan oleh rangsangan-rangsangan tertentu. Rangsangan yang semacam ini disebut *eliciting stimuli* karena menimbulkan tanggapan yang relatif tetap.
- b. *Operant response* atau *instrumental response*, adalah tanggapan yang timbul dan berkembangnya sebagai akibat oleh rangsangan tertentu, yang disebut *reinforcing stimuli* atau *reinforcer*. Rangsangan tersebut dapat memperkuat respons yang telah dilakukan oleh organisme.

Notoatmodjo (2018) dalam Safitri (2021) menyatakan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru didalam diri orang tersebut terjadi proses berurutan yakni:

- a. Kesadaran (*awareness*), dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (objek).
- b. Tertarik (*interest*), dimana orang mulai tertarik pada stimulus
- c. Evaluasi (*evaluation*), menimbang-nimbang terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.
- d. Mencoba (*trial*), dimana orang telah mulai mencoba perilaku baru.
- e. Menerima (*Adoption*), dimana subyek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan kesadaran dan sikapnya terhadap stimulan.

## 1.6 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang berkaitan/relevan dengan pengkajian ini. Fungsi dari penelitian terdahulu adalah sebagai bahan rujukan untuk melihat perbandingan dan/atau mengkaji ulang hasil penelitian serupa yang pernah dilakukan. Adapun beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan terhadap penelitian ini diantaranya yaitu:

**Tabel 1. Hasil Penelitian Terdahulu**

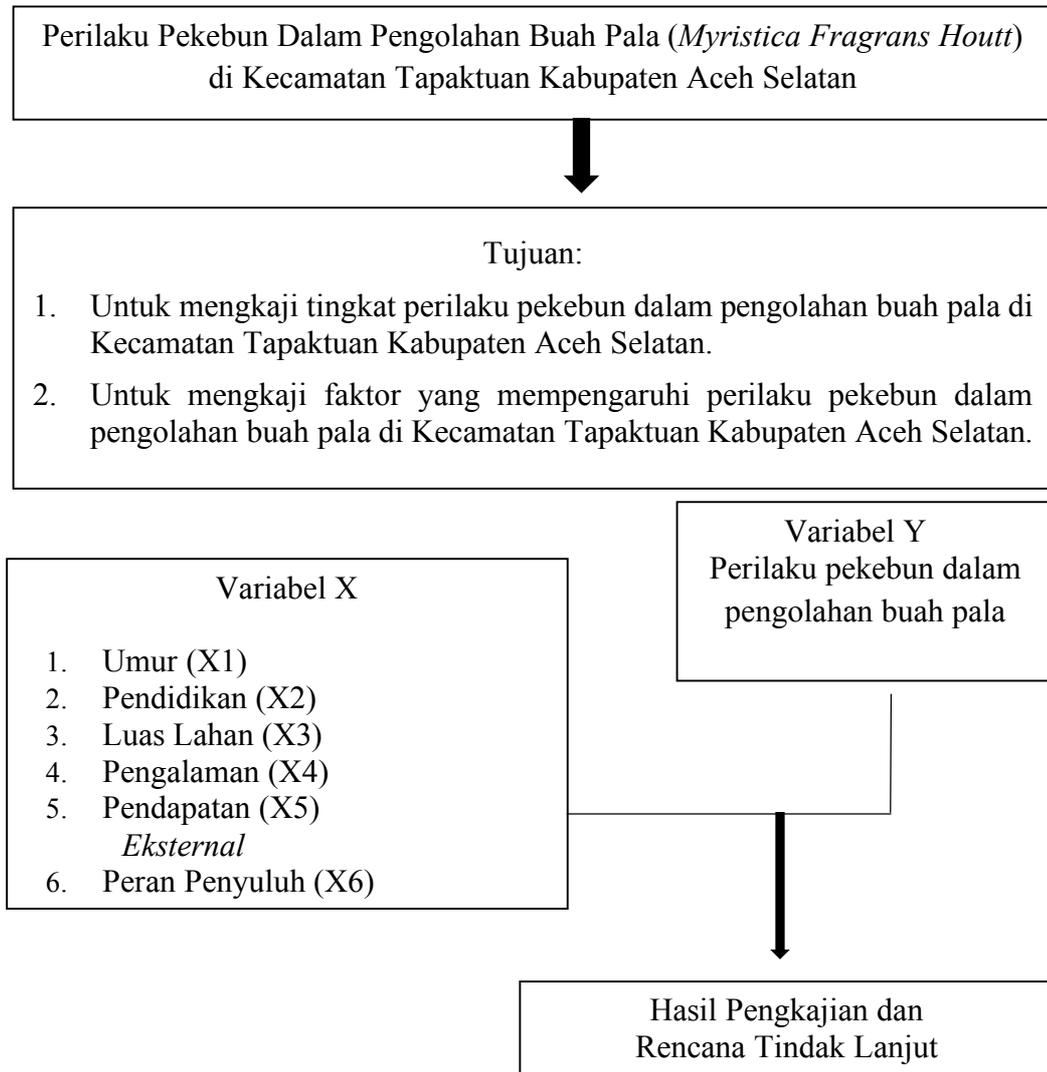
No	Nama Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	Dwi Novan, 2021	Perilaku Pekebun	Metode pengkajian ini	Hasil menunjukkan penelitian bahwa

No	Nama Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
		dalam Pemeliharaan Kakao ( <i>Theobroma cacao</i> L.) di Kecamatan Hampan Perak Kabupaten Deli Serdang	yaitu deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yang dilakukan dengan observasi, kuesioner, dan dokumentasi	Perilaku Pekebun dalam Pemeliharaan Kakao ( <i>Theobroma cacao</i> L.) adalah sebesar 79,18% dengan kategori tinggi. Tingkat faktor-faktor perilaku pekebun di Kecamatan Hampan Perak Kabupaten Deli Serdang dari segi internal dan eksternal di sajikan sebagai berikut: pengalaman bertani tinggi yaitu 77,12%, kosmopolitan tinggi yaitu 76,12%, penghasilan tinggi yaitu 78,24%, luas lahan tinggi yaitu 81,36%, peran penyuluh yaitu 80%, dan peran kelompok tani tinggi yaitu 81,44%. Kemudian hasil korelasi <i>Rank Spearman</i> dengan membandingkan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara faktor pengalaman bertani, kosmopolitan, peran penyuluh, dan peran kelompok tani dengan perilaku pekebun dalam pemeliharaan tanaman kakao di Kecamatan Hampan Perak Kabupaten Deli Serdang. Sedangkan yang tidak berhubungan adalah faktor penghasilan, dan luas lahan.
2	Elyda Safitri	Perilaku Pekebun Dalam Pemeliharaan Tanaman Kelapa Sawit ( <i>Elaeis guineensis</i> Jacq) di Kecamatan Binjai	Metode pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara dan penyebaran kuesioner yang telah di uji validitas dan reliabilitas, sementara metode analisis data	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat perilaku pekebun dalam pemeliharaan tanaman kelapa sawit ( <i>Elaeis guineensis</i> Jacq) di Kecamatan Binjai Kabupaten Langkat termasuk dalam kategori tinggi 82,3%. Tingkat faktor-faktor perilaku pekebun di Kecamatan

No	Nama Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
		Kabupaten Langkat.	menggunakan skala likert dan uji regresi linear berganda	Binjai Kabupaten Langkat dari segi internal dan eksternal di sajikan sebagai berikut: pengalaman bertani tinggi yaitu 76,92%, kosmopolitan sangat tinggi yaitu 84,5%, penghasilan tinggi yaitu 73,1%, luas lahan tinggi yaitu 81,7%, peran penyuluh tinggi yaitu 78,1% dan umur tanaman tinggi yaitu 72,4%.Sementara hasil regresi linear berganda menyimpulkan bahwa secara simultan keseluruhan variabel memiliki pengaruh signifikan variabel pengalaman bertani (X1), kosmopolitan(X2), penghasilan (X3) dan peran penyuluh (X5) terhadap perilaku dalam pemeliharaan tanaman kelapa sawit ( <i>Elaeis guineensis Jacq</i> ) di Kecamatan Binjai Kabupaten Langkat sedangkan tidak ada pengaruh signifikan variabel luas lahan (X4) dan umur tanaman (X6) terhadap perilaku pekebun dalam pemeliharaan tanaman kelapa sawit ( <i>Elaeis guineensis Jacq</i> ) di Kecamatan Binjai Kabupaten Langkat.
3	G.S. Suhartati Djarkasi, Maria F. Sumual, dan Lana E. Lالujan (2018)	Penerapan Teknologi Pengolahan Manisan Buah Pada Kelompok Ibu-Ibu WKRI di Kelurahan Taas Kecamatan Tikala Kota Manado	Pelaksanaan kegiatan program kemitraan masyarakat berupa penyuluhan dan pelatihan teknologi tepat guna pengolahan manisan buah. Pada kegiatan ini peserta diberikan materi	Target luaran yang dicapai dalam kegiatan ini yaitu: peserta mampu menerapkan teknologi pengolahan manisan buah dan mampu menghasilkan produk olahan yang bernilai ekonomi. Teknologi pengolahan manisan buah dapat dilakukan dalam skala kecil ataupun besar sehingga dapat

No	Nama Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
			pengetahuan tentang proses pengolahan manisan buah. Khalayak sasaran dari kegiatan ini adalah ibu-ibu WKRI Kelurahan Taas Kecamatan Tikala Kota Manado.	dikembangkan menjadi wirausaha.
4	Nanan Nurdjannah, 2007	Teknologi Pengolahan Pala	Buku teknologi pengolahan pala ini ditulis berdasarkan serangkaian hasil penelitian dan studi literatur, sehingga diharapkan dapat membantu pembaca dan peminat pala dalam memahami berbagai aspek mengenai pala terutama dari segi pascapanennya.	Pala dikenal sebagai tanaman rempah yang memiliki nilai ekonomis dan multiguna karena setiap bagian tanaman dapat dimanfaatkan dalam berbagai industri. Biji, fuli dan minyak pala merupakan komoditas ekspor dan digunakan dalam industri makanan dan minuman. Selain itu minyak yang berasal dari biji, fuli dan daun banyak digunakan untuk industri obat-obatan, parfum dan kosmetik. Sampai saat ini Indonesia pemasok biji dan fuli pala terbesar ke pasar dunia (sekitar 60%). Sebagai komoditas ekspor, pala mempunyai prospek yang baik karena selalu dan akan selalu dibutuhkan secara kontinyu baik dalam industri makanan, minuman, obat-obatan dan lain-lain. Sampai saat ini, kebutuhan dalam negeri untuk pala juga cukup tinggi.

## 1.7 Kerangka Pikir



**Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian**

## **1.8 Hipotesis**

Berdasarkan dari rumusan masalah yang ada maka penulis dapat membangun hipotesis sebagai bentuk kesimpulan sementara untuk menjawab dari rumusan permasalahan yang ada. Adapun hipotesis penelitian ini adalah :

1. Diduga tingkat perilaku pekebun dalam pengolahan buah pala di Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan tergolong rendah.
2. Diduga ada pengaruh dari umur pekebun, pendidikan, luas lahan, pengalaman, pendapatan dan peran penyuluh terhadap perilaku pekebun dalam pengolahan buah pala di Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan.