

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO (2018), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10- 19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencanaan (BKKBN) tentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes RI, 2012). Remaja merupakan aset bangsa dan generasi penerus cita - cita bangsa yang akan menentukan masa depan bangsa dan negara oleh sebab itu dibutuhkan anak bangsa yang berkualitas untuk mencapai masa depan yang baik. Masa remaja adalah masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis.

Food and Agriculture Organization (2018), menyatakan bahwa masalah gizi yang terjadi saat ini di Eropa dan asia adalah masalah dengan tiga beban gizi (Triple burden of malnutrition), yaitu kekurangan gizi, kelebihan gizi dan kekurangan zat gizi mikro. Di Indonesia mempunyai tiga beban masalah gizi (triple burden) yaitu stunting, wasting dan obesitas serta kekurangan zat gizi mikro seperti anemia. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek. Pada masa remaja ini akan terjadi masalah gizi yang berkaitan dengan konsumsi gizi, contohnya adalah masalah kelebihan gizi yang diakibatkan konsumsi pangan berlebih salah satunya adalah obesitas. Pada remaja terjadi pertumbuhan yang sangat cepat, sehingga kebutuhan gizi untuk pertumbuhan dan aktivitas meningkat. Remaja umumnya mempunyai nafsu makan baik, sehingga sering mencari makanan tambahan atau jajanan di luar waktu makan. (Rachmawati,2012)

Berdasarkan profil kesehatan provinsi Lampung (2018) pada penduduk usia 15-19 tahun di Lampung, sebesar 68,25% mengkonsumsi makanan cepat saji 1- 6 kali/minggu. Perubahan gaya hidup dalam pemilihan makanan yang cenderung

menyukai makanan cepat saji (*fast food*) yang kandungan gizinya tidak seimbang yaitu mengandung energi, garam, dan lemak termasuk kolesterol dalam jumlah tinggi dan hanya sedikit mengandung serat pangan (Oktaviani, 2012). Peningkatan konsumsi gula dan lemak serta kurangnya konsumsi serat akan meningkatkan resiko gizi lebih atau obesitas (Burhan dkk, 2013). Serat berperan dalam mengendalikan kadar lemak darah termasuk kadar trigliserida darah dengan cara memperlambat absorpsi gula dan mengikat asam empedu, lemak, dan kolesterol yang kemudian dikeluarkan bersama feses. Sehingga dapat mencegah terjadinya obesitas (Sizer dan Whitney, 2006).

Menurut kementerian kesehatan RI (2013) kebutuhan serat yang harus dicukupi rata-rata sekitar 30 gr/hari. Sedangkan menurut Angka Kecukupan Gizi (2019) Remaja Putri dengan kelompok usia 13 – 18 tahun membutuhkan asupan serat sebanyak 29 gram/hari sedangkan, pada Remaja laki – laki kelompok usia 13 – 15 tahun membutuhkan asupan serat sebanyak 34 gram/hari dan kelompok usia 16 – 18 tahun membutuhkan asupan serat sebanyak 37 gram/hari. Pada umumnya serat yang tinggi terkandung dalam buah dan sayur. Menurut Pedoman Gizi Seimbang sesuai Permenkes No. 41 Tahun 2014 untuk mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari sebanyak 3-4 porsi sayur dan 2-3 porsi buah setiap hari atau setengah bagian piring berisi buah dan sayur (lebih banyak sayuran) setiap kali makan, sedangkan berdasarkan profil kesehatan provinsi Lampung (2018) pada penduduk berumur 15- 19 tahun di Lampung yang tidak mengkonsumsi buah dan sayur per hari dalam seminggu sebesar 7,82% dan yang mengkonsumsi sayur dan buah kurang dari 3 porsi sebanyak 67,32%. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah obesitas yaitu dengan pendekatan inovasi pangan tinggi serat, salah satu produk pangan yang mudah dikembangkan dan dapat dijadikan camilan maupun jajanan sehari – hari yaitu snack bar (Ekafitri,2013).

Snack bar merupakan salah satu makanan ringan berbentuk balok atau batang dan umumnya dikonsumsi sebagai camilan atau kudapan. Snack bar dapat diformulasikan untuk mewakili berbagai jenis bahan yang bervariasi, memiliki wujud yang praktis, dapat dijadikan sebagai pengganti sebagian porsi makan sesuai dengan perencanaan jadwal makan konsumen (Rafkin, 2001). *Soy joy*

merupakan salah satu produk *snack bar* yang telah beredar di masyarakat. Soyjoy memiliki tekstur yang kental dan padat yang diperoleh dari bahan dasar tepung kedelai yang memiliki amilopektin yang tinggi yaitu 34,83% (Adejumo dkk,2013). Pada penelitian ini dilakukan modifikasi bahan yaitu dengan mensubstitusi tepung kedelai dengan tepung ubi ungu untuk lebih meningkatkan kadar serat.

Tepung kedelai merupakan bahan utama dalam pembuatan *snack bar* (Taula et all, 2021). Dilakukan kombinasi pada pangan lokal untuk memperkaya zat gizi *snack bar*. Kedelai merupakan sumber protein yang tinggi dan serat yang baik. Kedelai dapat diolah menjadi tepung, dimana kandungan protein pada tepung kedelai yaitu 34,8%. Serat pada tepung kedelai sebanyak 3,2% per 100 gram bahan (Cahyani & Rosiana, 2020). Selain itu, pada 100 gram tepung kedelai mengandung protein 35,9 gram, karbohidrat 29,9 gram, lemak 20,6 gram, dan serat 5,8 gram (Izwardy D et all, 2017).

Alternatif untuk menggali potensi lokal salah satunya dengan mengganti sebagian bahan dasar (sebagai substitusi) tepung terigu dengan bahan lain yaitu tepung ubi ungu. Pengolahan menjadi tepung adalah salah satu bentuk produk olahan ubi jalar yang dapat meningkatkan produktivitas dalam negeri dengan mengurangi penggunaan tepung terigu impor (Qolbi,2021). Di Indonesia ubi jalar digunakan sebagai bahan pangan dengan produksi ubi jalar pada tahun 2016 yaitu 2 juta ton per tahun dengan tingkat konsumsi 6,6 kg/kapita/th. Antosianin merupakan senyawa flavonoid berfungsi sebagai antioksidan primer, chelator dan scavenger terhadap superoksida anion. Antosianin dapat digunakan sebagai pewarna dan dapat berperan dalam sistem biologis, mampu mengikat radikal bebas dan dapat menghambat tahap reaksi kimiawi yang dapat menyebabkan karsinogenesis. Ubi jalar ungu mengandung pigmen antosianin yang lebih tinggi daripada ubi jalar jenis lain (Puspawati dkk, 2016)

Menurut penelitian Zaddana dkk (2017) *Snack bar* tepung ubi jalar ungu dan tepung kacang merah dengan konsentrasi tepung ubi jalar ungu 70% merupakan formula *snack bar* yang paling disukai. Dikarenakan Formula 70% ubi ungu disukai maka dibuat formula *snack bar* dengan F1 0%, F2 70%, F3 80%, dan F4

90% untuk mengetahui formulasi *snack bar* berbahan dasar tepung kedelai substitusi tepung ubi ungu yang paling disukai.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas diketahui bahwa masih banyak masyarakat di Indonesia khususnya remaja yang kurang mengkonsumsi serat, sedangkan serat memiliki banyak sekali peran penting untuk masa pertumbuhan anak remaja, maka dibuat makanan cemilan modern dan praktis yang kaya akan serat yaitu *snack bar* kacang merah berbahan dasar tepung kedelai substitusi tepung ubi ungu. Rumusan masalah yang akan dikaji pada penelitian ini adalah “berapa perbandingan yang tepat antara tepung kedelai dan tepung ubi ungu agar menghasilkan produk yang paling disukai”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketahui karakteristik *Snack Bar* Berbahan Dasar Tepung Kedelai dengan substitusi Tepung Ubi Ungu.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat kesukaan produk secara organoleptik (warna, aroma, rasa, dan tekstur) produk akhir *Snack bar* berbahan dasar tepung kedelai dengan substitusi tepung ubi ungu..
- b. Diketahui kandungan zat gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat dan serat) menggunakan TKPI dalam *Snack Bar* yang paling disukai.
- c. Diketahui *food cost* dan harga jual *Snack bar* berbahan dasar tepung kedelai dengan substitusi tepung ubi ungu.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Dengan diketahuinya kandungan Serat dalam *Snack bar* yang paling disukai maka *Snack bar* dapat dijadikan salah satu pilihan kudapan yang mengandung nilai gizi berupa Serat.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan referensi serta pengembangan penelitian selanjutnya serta dapat memberi manfaat positif kepada pembaca.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penerapan dari ilmu teknologi pangan yaitu membuat *snack bar* dengan nilai gizi serat. *Snack bar* akan dianalisis secara organoleptik dengan metode hedonik yang meliputi aroma, warna, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan yang akan dinilai oleh 25 panelis dengan 3 kali pengulangan sehingga didapatkan kerupuk yang paling disukai.

Rencana analisis yang akan dilakukan adalah menggunakan TKPI tahun 2017 untuk mengetahui kandungan zat gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat dan Serat) pada *Snack bar* yang paling disukai. Penelitian akan dilakukan di Laboratorium Uji Cita Rasa Poltekkes Tanjung Karang untuk pengujian organoleptik pada bulan Mei 2022