

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia mengalami masalah Gizi ganda, yaitu masalah Gizi kurang dan masalah Gizi lebih. Masalah Gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang Gizi, menu seimbang dan kesehatan. Masalah Gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang Gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2013).

Masalah Gizi utama yang masih terjadi yaitu Gizi kurang. Gizi kurang menjadi keadaan yang lazim ditemukan baik diperkotaan maupun pedesaan. Banyak dijumpai masyarakat dengan masalah Gizi kurang tingkat ringan dan berat. Masalah Gizi kurang biasa dikelompokkan dalam kategori kurus (Risikesdas, 2013) yang dapat terjadi pada setiap siklus kehidupan, mulai dari bayi, balita, remaja, dewasa, dan usia lanjut.

Di Indonesia kasus Kekurangan Energi Kronis (KEK) utamanya disebabkan karena kurang asupan Gizi seperti energi dan protein, sehingga zat Gizi yang dibutuhkan oleh tubuh tidak tercukupi (Arista et al., 2017). Kekurangan Energi Kronik (KEK) adalah kondisi ketika seseorang mengalami kekurangan Gizi yang berlangsung menahun (kronis) sehingga menimbulkan gangguan kesehatan (Edowai, 2018). KEK adalah salah satu keadaan malnutrisi, dimana keadaan ibu menderita kekurangan makanan yang berlangsung menahun (kronik) yang mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada ibu secara relatif atau absolut satu atau lebih zat Gizi. Hal tersebut karena wanita dan anak-anak merupakan kelompok yang memiliki risiko paling tinggi mengalami Kekurangan Energi Kronik (Bhattacharya, 2020).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas) 2013 prevalensi KEK di Indonesia pada usia 15-19 tahun mencapai 46,6% untuk wanita tidak hamil

(Riskesdas, 2013). Sedangkan hasil Riskesdas 2018 didapatkan prevalensi KEK di Indonesia pada usia 15-19 tahun mencapai 36,3% untuk wanita tidak hamil (Riskesdas, 2018). Prevalensi KEK di Provinsi Lampung pada tahun 2013 adalah sebesar 21,3% pada wanita hamil dan 17,5% pada wanita tidak hamil. Keadaan ini adalah masalah kesehatan dunia yang belum pernah tuntas dan dapat mempengaruhi status Gizi pada generasi selanjutnya (Putri et al., 2019).

Data status Gizi remaja di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan kejadian status Gizi pendek dan kurus masih cukup tinggi. Prevalensi status Gizi sangat kurus usia 13-15 tahun sebesar 1,9%, kurus 6,8%, normal 75,3%, gemuk 11,2% dan obesitas 4,8%. Provinsi Lampung tercatat Prevalensi pada remaja usia 13-15 tahun lebih tinggi dari nasional yaitu sebesar 2,3%, kurus 6,5% lebih rendah dari nasional, normal 79,3% lebih tinggi dari nasional, gemuk 8,9% dan obesitas 3,0% lebih rendah dari angka nasional.

Remaja merupakan salah satu kelompok rentan mengalami masalah Gizi seperti Gizi kurang maupun berlebih. Masalah Gizi pada remaja perlu mendapatkan perhatian khusus, karena berpengaruh terhadap pertumbuhan yang akan berdampak di masa dewasa (Al-jawaldeh A, 2020).

Masa remaja adalah salah satu fase yang penting dari proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Kondisi seseorang pada masa dewasa banyak ditentukan oleh keadaan Gizi dan kesehatan pada masa remaja. Oleh karena itu status Gizi dan kesehatan merupakan faktor penentu kualitas remaja. Dengan status Gizi dan kesehatan yang optimal pertumbuhan dan perkembangan remaja (Istiany, 2013).

Masa remaja dapat dikatakan sebagai kesempatan kedua untuk mengejar pertumbuhan apabila mengalami defisit zat Gizi di awal kehidupan. Pada fase ini laju pertumbuhan terjadi dengan cepat, karena remaja merupakan transisi dari masa anak-anak ke dewasa. Oleh karena itu, remaja putri membutuhkan zat Gizi yang adekuat dari segi kuantitas dan kualitas untuk mengatasi pertumbuhan yang cepat dan risiko kesehatan lainnya yang meningkatkan kebutuhan Gizi (Kahssay M, 2020). Remaja harus memenuhi kebutuhan asupan energi, zat Gizi mikro seperti protein dan zat Gizi mikro seperti zat besi untuk dapat mencapai status Gizi yang optimal.

Protein merupakan zat Gizi makro yang mempunyai fungsi khas yaitu untuk memelihara dan membangun sel-sel serta untuk jaringan tubuh. Pembentukan berbagai macam jaringan vital tubuh seperti enzim, hormon, antibodi, juga bergantung tersedianya protein. Terpenuhiya asupan protein dengan benar pada anak remaja akan mempengaruhi status Gizi dan proses tumbuh kembang anak.

Pesatnya perkembangan snack di Indonesia terjadi karena konsumsi camilan merupakan salah satu bagian dari gaya hidup khususnya remaja. Terkait usia menurut Mondelez (2020) mayoritas konsumen Indonesia yang memiliki hobi snackers didominasi oleh kaum remaja kategori usia 16-20 tahun, persentase *heavy* 37%, dan 63% *light* snackers.

Snack bar merupakan produk pangan berbentuk batang dengan campuran sereal atau kacang-kacangan dan biasanya digunakan sebagai makanan selingan (Andriani et al., 2018). *Snack bar* merupakan produk makanan padat, berbentuk padat dan terdiri dari campuran bahan kering seperti kacang - kacangan, sereal, buah - buahan kering. Beberapa tahun terakhir *snack bar* mulai dikenal masyarakat Indonesia. *Snack bar* disukai oleh masyarakat karena praktis dan mudah dikonsumsi. Modifikasi *snack bar* pasaran mulai bervariasi dan disesuaikan dengan variasi konsumen serta kebutuhannya (Novalinda, 2017).

Kacang hijau (*Vigna radiata* L.) merupakan tanaman yang termasuk suku polong-polongan (*fabaceae*) dan berada di urutan ketiga sebagai tanaman pangankacang-kacangan (*leguminosae*) terpenting di Indonesia. Budidaya kacang hijau memiliki beberapa keunggulan, diantaranya berumur genjah yakni dapat dipanen pada umur 55-65 hari, toleran kekeringan, jenis penyakit yang lebih sedikit, dapat tumbuh pada lahan kurang subur, bernilai ekonomi yang relatif tinggi, serta cenderung stabil (Hastuti et al., 2018).

Namun bila dibandingkan dengan kacang-kacangan lainnya, kandungan protein kacang hijau menempati urutan ketiga setelah kedelai dan kacang tanah. Kacang hijau dapat tumbuh dengan baik di Kalimantan Selatan. Kacang hijau dapat diolah menjadi makanan bayi, bubur kacang hijau dan bahan isian dalam pembuatan kue. Kacang hijau juga dapat dibuat menjadi Tepung kacang hijau untuk mensubstitusi tepung terigu dalam olahan produk pangan.

Menurut Dr. Anandika Pawitri Muesli termasuk olahan whole grain yang kaya serat. Perpaduan rolled oat, buah kering, kacang-kacangan, hingga biji-bijian membuatnya bermanfaat untuk sistem pencernaan. di dalamnya, terdapat resistant starch yang ketika masuk sistem pencernaan perlu waktu lebih lama diproses. Hal ini akan membuat Anda merasa kenyang lebih lama saat makan Muesli.

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, penulis bertujuan untuk mengetahui daya tingkat kesukaan *snackbar* dari Tepung kacang hijau dan Muesli alternative Snack untuk remaja putri dan harganya relatif terjangkau bagi masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas bahwa asupan zat Gizi protein dan serat berpengaruh pada status Gizi remaja putri. Oleh karena itu rumusan masalah dari penelitian ini adalah “sejauh mana Daya Terima Snackbar Muesli Dengan Subtitusi Tepung Kacang Hijau Sebagai Alternatif Snack Untuk Remaja Putri”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui karakteristik (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) Snackbar Muesli Subtitusi Tepung Kacang Hijau Sebagai Alternatif Snack Untuk Remaja Putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kesukaan sifat organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) pada pembuatan produk Snackbar muesli dengan subtitusi tepung kacang hijau sebagai alternatif snack yang paling disukai.
- b. Mengetahui kandungan Energi, Protein, Lemak, karbohidrat, dan serat pada produk Snackbar muesli dengan subtitusi tepung kacang hijau sebagai alternatif snack yang paling disukai.

- c. Mengetahui kadar zat gizi protein pada produk *Snackbar* muesli dengan substitusi tepung kacang hijau sebagai alternatif snack yang paling disukai.
- d. Mengetahui food cost dan harga jual produk *snackbar* dengan substitusi tepung kacang hijau sebagai alternatif snack.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu dan pengetahuan tentang pengolahan *Snackbar* Muesli substitusi Tepung kacang hijau untuk Remaja Putri.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi serta pengembangan penelitian terkait kajian pembuatan *Snackbar* Muesli Dengan Substitusi Tepung Kacang Hijau Sebagai Alternatif Snack Untuk Remaja Putri

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan dengan rancangan penelitian bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui karakteristik *Snackbar* Muesli substitusi Tepung kacang hijau pada Remaja Putri yang berusia 15 – 20 tahun di Jurusan Poltekkes Tanjung Karang, alasan dipilihnya panelis disini adalah dikarenakan sudah memiliki laboratorium untuk melakukan uji cita rasa. *Snackbar* akan dianalisis secara organoleptik dengan metode hedonik yang meliputi aroma, warna, rasa, tekstur dan penerimaan keseluruhan akan dinilai oleh 70 panelis yang akan dipilih secara acak sesuai dengan kriteria umur yang telah ditentukan. Rencana analisis yang akan dilakukan adalah menggunakan TKPI tahun 2017 untuk mengetahui kandungan zat Gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat, dan serat). Penelitian ini dilakukan di Laboratorium Uji cita rasa Poltekkes tanjungkarang dan Laboratorium analisis di Universitas Negeri Lampung pada bulan April - Mei 2023.