

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pangan merupakan kebutuhan dasar yang harus terpenuhi dan tersedia setiap hari. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2012 Tentang Pangan, kebijakan di bidang pangan dan gizi mengarah pada upaya penganekaragam konsumsi pangan demi tercapainya peningkatan status gizi masyarakat. Hasil riset kesehatan dasar (riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa Indonesia masih mengalami masalah gizi terkait dengan asupan makanan yang tidak seimbang. Menurut Depkes RI (2018), status gizi buruk pada balita di Indonesia mencapai angka 17,7%, sedangkan adanya tren peningkatan obesitas pada orang dewasa sebesar 21,8% pada tahun 2018. Sebanyak 40,6% penduduk Indonesia belum memenuhi angka kecukupan gizi yang dianjurkan (Depkes RI, 2018). Salah satu upaya perbaikan status gizi di Indonesia dilakukan dengan cara penganekaragaman konsumsi pangan. Setiap jenis pangan mengandung susunan zat-zat gizi yang berlainan satu dengan lainnya sehingga manusia perlu mengkonsumsi beranekaragam pangan untuk mendapatkan zat gizi yang lengkap. Penganekaragaman pangan yang dikonsumsi setiap hari dapat mendorong masyarakat mengkonsumsi pangan lebih bervariasi sehingga dapat memenuhi angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk mencapai perbaikan status gizi.

Salah satu upaya perbaikan status gizi, terutama perbaikan konsumsi protein pada masyarakat Indonesia adalah dengan pemanfaatan bahan makanan tinggi protein yaitu kacang hijau. Kacang hijau merupakan salah satu jenis kacang-kacangan yang memiliki komponen yang bermanfaat bagi tubuh. Kacang hijau tinggi akan pati. Pati dalam kacang hijau mencapai

47% (Grewal *et al.*, 2015). Kacang hijau memiliki protein sebesar 23,86%, rendah lemak sebesar 1,5% serta kaya vitamin dan mineral. Kacang hijau juga tinggi serat. Serat total pada kacang hijau mencapai 18,8% dengan jumlah serat larut sebesar 2,3% (Grewal *et al.*, 2015). Tingginya kadar gizi pada kacang hijau tidak membuat masyarakat suka mengkonsumsi kacang hijau. Konsumsi kacang hijau di Indonesia sangat rendah hanya sekitar 0,249 kg/kapita/tahun pada tahun 2017 (Badan Pusat Statistik, 2019).

Salah satu upaya dalam meningkatkan konsumsi masyarakat terhadap kacang hijau adalah dengan membuat kacang hijau dalam produk olahan lain, seperti *cookies*. *Cookies* adalah produk makanan yang dikeringkan dengan cara dioven, terbuat dari tepung terigu, gula, lemak dan telur dengan kadar air kurang dari 4% dan dapat disimpan dalam waktu yang cukup lama yaitu 4 – 6 bulan (Paran, 2009). *Cookies* mempunyai bentuk yang kecil dan biasanya digunakan sebagai makanan ringan atau camilan. *Cookies* memiliki tekstur yang kering, renyah dan mudah dipatahkan, biasanya berasa manis atau gurih (Nurchayani, 2016). Dengan dilakukannya substitusi bahan dasar dari *cookies*, diharapkan dapat meningkatkan nilai ekonomi dari bahan lokal, memberikan rasa dan aroma yang khas dan berbeda, meningkatkan nilai gizi serta bertujuan diversifikasi pangan.

Karakteristik *cookies* yang diinginkan pada penelitian ini adalah *cookies* yang berwarna kecoklatan, berbentuk bulat dengan ketebalan 0,2 cm dan memiliki tekstur yang renyah. Proses pembuatan *cookies* kacang hijau terdiri dari proses penimbangan, pencampuran, pencetakan dan pemanggangan. Berdasarkan orientasi penelitian terhadap *cookies* yang telah dilakukan, jika bahan yang digunakan hanya tepung kacang hijau, akan menghasilkan *cookies* dengan tekstur yang keras dan tidak mudah dipatahkan sehingga ditambahkan maizena untuk memperbaiki karakteristik

cookies. Kandungan karbohidrat pada maizena atau pati jagung yaitu 85,79% yang terdiri dari 75% amilopektin dan 25% amilosa. Tingginya kandungan amilopektin dapat menghasilkan produk dengan tingkat kerenyahan tinggi (Despita dkk., 2015). Pada proses gelatinisasi, rantai bercabang amilopektin dapat menyerap air lebih banyak dibandingkan rantai lurus amilosa dan granula pati akan mengembang. Selama proses pemanggangan, air menguap dan meninggalkan pori-pori kosong sehingga akan menghasilkan produk tidak keras, mudah dipatahkan, porus dan renyah (Ediati dkk., 2006).

Berdasarkan orientasi penelitian, pembuatan *cookies* dengan proporsi konsentrasi tepung kacang hijau 100% akan menghasilkan produk *cookies* dengan tekstur yang keras, tidak mudah dipatahkan, dan *flavor* langu sehingga kurang disukai, maka dari itu ditambahkan lah maizena. Kandungan karbohidrat pada maizena atau pati jagung yaitu 85,79% yang terdiri dari 75% amilopektin dan 25% amilosa. Menurut Utomo dkk., (2017) dalam penelitiannya semakin tinggi penambahan maizena maka biskuit yang dihasilkan mempunyai kerenyahan yang baik. Kerenyahan yang baik adalah produk yang tidak bertekstur keras dan mempunyai *mouthfeel* yang baik (Octora dkk., 2015). Oleh karena itu, pada penelitian ini menggunakan proporsi tepung kacang hijau dan maizena sebesar 100%:0% ; 90%:10% ; 80%:20% ; 70%:30% ; 60%:40% ; 50%:50%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan proporsi tepung kacang hijau terhadap kandungan gizi, kontribusi *cookies* untuk pemenuhan Angka Kecukupan Gizi (AKG) pada rentang usia (10 – 60 tahun) dan jenis kelamin (pria dan wanita) yang berbeda serta mengetahui tingkat kesukaan masyarakat terhadap *cookies* tepung kacang hijau dan maizena.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengaruh perbedaan proporsi terhadap kalori, serat, makronutrien (karbohidrat, protein, lemak), dan mikronutrien (kalsium, kalium, besi) dengan pendekatan perhitungan?
2. Bagaimana pengaruh proporsi tepung kacang hijau dan maizena terhadap kontribusi *cookies* untuk pemenuhan Angka Kecukupan Gizi (AKG) pada rentang usia dan gender?
3. Bagaimana tingkat kesukaan panelis terhadap produk *cookies* dengan proporsi tepung kacang hijau dan maizena (50:50)?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui pengaruh perbedaan proporsi terhadap kalori, serat, makronutrien (karbohidrat, protein, lemak), dan mikronutrien (kalsium, kalium, besi) dgn pendekatan perhitungan.
2. Mengetahui pengaruh proporsi tepung kacang hijau dan maizena terhadap kontribusi *cookies* untuk pemenuhan Angka Kecukupan Gizi (AKG) pada rentang usia dan gender.
3. Mengetahui tingkat kesukaan panelis terhadap terhadap produk *cookies* dengan proporsi tepung kacang hijau dan maizena (50:50).

1.4 Manfaat Penelitian

Diharapkan produk *cookies* kacang hijau – maizena dapat memberikan kontribusi terhadap pemenuhan Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan meningkatkan peluang usaha bagi masyarakat tentang tepung kacang hijau sebagai salah satu bahan baku dalam pembuatan *cookies*.