

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Program diversifikasi konsumsi pangan pokok yang selama ini diharapkan untuk mengkonsumsi pangan pokok non beras lebih banyak tidak tercapai. Oleh karena itu, upaya untuk lebih menganekaragamkan konsumsi pangan dan juga pangan pokok masih harus terus ditingkatkan disertai upaya mencari strategi dan cara yang jauh lebih efektif dari apa yang dilaksanakan selama ini. Salah satu kebijakan pembangunan pangan dalam mencapai ketahanan pangan adalah melalui diversifikasi pangan untuk memberikan alternatif bahan pangan sehingga mengurangi ketergantungan pada komoditas tertentu. Penganekaragaman pangan juga diharapkan akan memperbaiki kualitas konsumsi pangan masyarakat, karena semakin beragam konsumsi pangan maka suplai zat gizi lebih lengkap daripada mengonsumsi satu jenis bahan pangan saja. Salah satu kebijakan pembangunan pangan dalam mencapai ketahanan pangan adalah melalui diversifikasi pangan untuk memberikan alternatif bahan pangan sehingga mengurangi ketergantungan pada komoditas tertentu. Penganekaragaman pangan juga diharapkan akan memperbaiki kualitas konsumsi pangan masyarakat, karena semakin beragam konsumsi pangan maka suplai zat gizi lebih lengkap daripada mengonsumsi satu jenis bahan pangan saja (Haliza, 2010).

Peraturan Presiden (Perpres) No. 22 Tahun 2009 disebutkan dua sasaran dari upaya diversifikasi pangan yaitu: (1) memasyarakatkan pola konsumsi pangan yang beragam, bergizi, seimbang dan aman, serta, (2) mengurangi konsumsi beras per kapita 1,5% per tahun. Jenis pangan sumber protein yang dikonsumsi selama tahun 2005 – 2010 lebih didominasi oleh pangan hewani dibanding nabati. Sejak tahun 2007 semua komoditas pangan hewani telah menjadi *trend* konsumsi pangan penduduk Indonesia. Hal ini mencerminkan tingginya preferensi masyarakat terhadap pangan hewani dibanding pangan sumber protein nabati. Upaya lebih maksimal untuk meningkatkan konsumsi kacang-kacangan dalam rangka diversifikasi konsumsi pangan. Konsumsi jenis

kacang-kacangan lain seperti kacang kedelai, kacang hijau, kacang merah, dan sebagainya sudah banyak dikonsumsi di Indonesia namun belum tercatat sehingga pola konsumsi pangan sumber protein asal pangan nabati masih kurang (Badan Ketahanan Pangan Pertanian, 2011).

Sarapan pagi termasuk dalam pedoman umum gizi seimbang. Makan pagi akan memenuhi kebutuhan gizi untuk mempertahankan kesegaran tubuh dan meningkatkan produktifitas dalam bekerja. Biasanya pada anak-anak makan pagi akan memudahkan konsentrasi belajar sehingga prestasi belajar bisa lebih ditingkatkan (Soekirman, 2000). Sarapan penting bagi setiap orang untuk mengawali aktivitas sepanjang hari. Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian (15 - 30%) kebutuhan gizi harian dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan cerdas (Hardinsyah, 2012). Terkait dengan masalah gizi penduduk adalah masalah asupan makanan yang tidak seimbang. Secara nasional, penduduk Indonesia yang mengkonsumsi energi dan protein dibawah kebutuhan minimal (kurang dari 70 persen dari angka kecukupan gizi bagi orang Indonesia) sebesar 40,7 % sedangkan konsumsi protein (kurang dari 80 persen dari angka kecukupan gizi bagi orang Indonesia) sebesar 37 % (Riskesmas, 2010).

Sarapan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi di pagi hari, sebagai bagian dari pemenuhan gizi seimbang dan bermanfaat dalam mencegah hipoglikemia, menstabilkan kadar glukosa darah, dan mencegah dehidrasi setelah berpuasa sepanjang malam. Sarapan terbukti dapat meningkatkan kemampuan belajar dan stamina anak (Gibson & Gunn 2011). Sarapan bermanfaat untuk mencegah kegemukan karena kebiasaan sarapan menanamkan pola makan yang baik (Kral, 2011). Selain itu dengan kebiasaan sarapan juga dapat membantu pengaturan berat badan bagi para penderita obesitas (Schusdziarra, 2011). Kelebihan berat badan dan obesitas dapat dihindari dengan mengurangi asupan energi dari sarapan dan tetap makan secara teratur dengan asupan energi dan zat gizi yang normal. Kebiasaan tidak sarapan berisiko meningkatkan lingkaran pinggang, kadar total kolesterol darah, dan kadar kolesterol jahat atau LDL (Smith, 2010).

*Flakes* yang banyak di pasaran berasal dari gandum atau jagung yang harganya tergolong tinggi. Sebagaimana fungsinya sebagai makanan sarapan, *flakes* di pasaran umumnya tinggi kalori yang berasal dari karbohidrat. Akan tetapi kandungan zat gizi lainnya kurang diperhatikan seperti protein. *Flakes* adalah produk yang terbuat dari bahan utama tepung, berbentuk pipih dengan bagian tepi tidak beraturan, berkadar air rendah, dan mampu melakukan rehidrasi. Produk ini biasanya dikonsumsi dengan menuangkan susu segar di atasnya atau dicampur dengan buah kering maupun buah segar. Di Amerika Serikat produk ini biasanya untuk makanan pagi. Sedangkan di Indonesia berdasarkan penelitian Hardinsyah dan Aries (2012), sepuluh jenis makanan yang paling favorit dikonsumsi saat sarapan adalah nasi putih, telur ceplok/dadar, tempe goreng, sayur berkuah, ikan goreng, mie instan, nasi goreng, sayuran (tumis), tahu goreng, serta roti. Terjadi perubahan formulasi bahan penyusun, untuk membuat sarapan tinggi protein. Sarapan yang biasanya tinggi karbohidrat ( $\pm 90\%$ ), namun akibat terjadi perubahan formulasi dapat menjadi tinggi protein dengan menggunakan tepung kedelai. Sehingga perlu kajian terhadap formulasi, dan sifat sensoris dihasilkan akibat perubahan tersebut. Selain itu pembuatan sarapan berbasis tepung kedelai diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif makanan tinggi protein dan tinggi serat (Moelyono, 2010).

#### **B. Rumusan Masalah**

Melewatkan sarapan membuat tubuh kekurangan glukosa karena tidak ada suplai energi, sehingga tubuh menjadi lemah dan kurang konsentrasi. Masih ketergantungannya masyarakat akan konsumsi beras dan tepung, sehingga diperlukan upaya lebih maksimal untuk meningkatkan konsumsi kacang-kacangan dalam rangka diversifikasi konsumsi pangan seperti konsumsi jenis kacang-kacangan lain seperti kacang kedelai, kacang hijau, kacang merah, dan sebagainya. Untuk itu diperlukan jenis sarapan memiliki kualitas gizi yang baik dengan energi dan protein yang cukup.

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Menganalisis daya terima dan nilai gizi *bean flakes* dari tepung kacang hijau dan tepung kacang kedelai.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui formulasi dalam proses pembuatan *bean flakes* dari Tepung Kacang Hijau dan Tepung Kacang Kedelai.
- b. Menganalisis Uji Hedonik (rasa, aroma, warna dan tekstur) dari Tepung Kacang Hijau dan Tepung Kacang Kedelai.
- c. Menganalisis Nilai Gizi (serat, protein, lemak, dan karbohidrat)
- d. Menganalisis Pengaruh Substitusi Tepung Kacang Hijau dan Tepung Kacang Kedelai pada Daya Terima dan Nilai Gizi produk *bean flakes*.
- e. Mengestimasi Harga Pokok Penjualan *bean flakes* dari Tepung Kacang Hijau dan Tepung Kacang Kedelai

### D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada :

#### 1. Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dibidang teknologi pangan dan dapat menerapkan yang telah didapat selama perkuliahan.

#### 2. Bagi Pendidikan

Memberikan informasi yang bermanfaat untuk peningkatan gizi dalam produk dan juga menambah referensi dibidang teknologi pangan bagi Universitas Esa Unggul Studi Ilmu Gizi.

#### 3. Bagi Masyarakat

Memberikan tentang informasi adanya *bean flakes* sebagai sarapan yang bermanfaat bagi kesehatan sehingga dapat menjadi alternatif makanan siap saji yang memiliki kadar serat dan protein yang tinggi.

### E. Keterbaruan Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil
1	Agus Triyono 2010	“Pengaruh Maltodekstrin dan Substitusi Tepung Pisang terhadap Karakteristik Flakes”	- Rancangan Acak Kelompok (RAK) faktorial dengan 3kali pengulangan.	Hasil Analisa Fisiko-Kimia - Kadar Air 2,22% - Kadar Protein 9,43% - Karbohidrat Pati 33,74% - Kadar Serat 4,46 %
2	Sukamdani, Haryo 2012	“Peningkatan Kualitas Flakes Ganyong dan Bekatul menggunakan variasi sayuran”	- Rancangan Acak Lengkap (RAL)	- Kadar Serat Total 1,6% - Kadar KH total 87,47%
3	Daniel Pratama Sianturi dan Sri Anna Marliyati Maret 2014	“Formulasi Flakes Tepung Komposit Pati Garut dan Tepung Singkong dengan Penambahan Pegagan sebagai Pangan Fungsional Sarapan Anak Sekolah Dasar”	-RAL (Rancangan Acak Lengkap) dengan dua kali pengulangan	Uji Organoleptik - Warna - Aroma - Rasa - Tekstur Kandungan Gizi - Kadar Air 3,28 % - Kadar KH 91,86% - Kadar Protein 3,09% - Kadar Ca 11,33% - Kadar Fe 5,93 mg Sifat Fisik - Kekerasan - Daya Serap Air - Densitas Kamba

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil
4.	-Sudarma Dita Wijayanti -Tri Dewanti -Widyaningsih - Dzulvina Utami (2015)	“Evaluasi Nilai Cerna <i>In Vitro</i> Sereal <i>Flake</i> Berbasis Ubi Jalar Oranye Tersuplementasi Kecambah Kacang Tunggak”	- Rancangan Acak Kelompok Faktorial (RAK) dengan dua faktor.	Nilai Gizi - Air 2.43% - Protein 37.04% - Kadar Pati 25.58% - Energi 371.41 kalori Analisis Fisik - Uji Organoleptik
5	- Rikhardo Atmaka Permana - Widya Dwi Dwi Rukmi Putri (April,2015)	“Pengaruh Proporsi Jagung dan Kacang Merah serta Substitusi Bekatul terhadap Karakteristik Fisik Kimia <i>Flakes</i> “	- Rancangan Acak Kelompok dengan dua faktor	- Analisis Kadar Air 2,69% - Kadar Pati 61,24% - Kadar Protein 9,43% - Kadar Serat Kasar 4,46 % - Analisis Fisik
6	-Astaria Pehulisa -Usman Pato - Evy Rossi (2016)	“Pemanfaatan Tepung Ubi Jalar Ungu dan Tepung Kulit Ari Kacang Kedelai dalam Pembuatan <i>Flakes</i> “	- Rancangan Acak Lengkap	- Kadar Air 5.91 % - Kadar Lemak 2.09 % - Kadar Protein 5.84 % - Kadar Serat Kasar 7.22%
7	- Muhfidah - Linda Ariesta (2016)	“Pengaruh jenis dan jumlah koro terhadap sifat fisik sensorik <i>flakes</i> ubi jalar”	- Rancangan Acak Kelompok dengan dua faktor	-Uji Tektur -Uji Organoleptik - Uji Daya Terima



Umumnya *flakes* terbuat dari endosperma gandum dan jagung. Pemilihan *flakes* sebagai produk pangan fungsional didasari oleh gaya hidup masyarakat Indonesia saat ini yang mengutamakan kepraktisan dalam penyajian namun masih memberikan efek kesehatan. *Flakes* umumnya dikonsumsi sebagai sarapan dan cemilan sehingga efek fisiologis yang akan didapat nantinya lebih efektif sesuai dengan definisi pangan fungsional dengan tetap memiliki karakteristik sensori yang menarik. Konsumsi akan pangan nabati sebagai alternatif sarapan masih belum banyak ditemui. Substitusi kacang kedelai pada *bean flakes* ditujukan untuk melengkapi kandungan gizi produk dengan meningkatkan protein. Substitusi kacang hijau pada *bean flakes* ditujukan untuk melengkapi kandungan gizi produk dengan meningkatkan protein dan menambah kandungan serat.

Perbedaan penelitian-penelitian diatas dengan penelitian yang telah dilakukan adalah bahan dasar yang akan digunakan yaitu hanya sumber dari protein nabati yakni tepung kacang kedelai dan tepung kacang hijau, dengan tujuan ingin meningkatkan konsumsi protein dan serat masyarakat, sehingga pemanfaatan tepung kacang kedelai dan tepung kacang hijau sebagai suatu inovasi makanan baku pembuatan *bean flakes* sarapan pagi praktis tanpa mengabaikan kandungan gizinya.