

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Saat ini jajanan sekolah semakin beraneka ragam dari mulai jajanan tradisional sampai jajanan modern sehingga mampu menarik para siswa untuk mengonsumsi jajanan sekolah. Ketersediaan jajanan sehat dan tidak sehat di sekolah berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan pada anak-anak. Anak akan lebih cenderung untuk membeli makanan jajanan yang tersedia paling dekat dengan keberadaannya. Selain mudah didapatkan, makanan jajanan tersebut harganya relatif murah serta memiliki cita rasa yang enak. Konsumsi zat gizi pada anak sekolah juga dipengaruhi oleh kebiasaan makan mereka. Keadaan lingkungan sekitar dan suasana baru di sekolah dapat mempengaruhi kebiasaan makan anak sekolah (Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2013). Kebiasaan yang terbentuk pada usia ini terhadap jenis makanan yang disukai adalah dasar bagi pola konsumsi makanan dan asupan gizi anak usia selanjutnya (Almatsier, Soetardjo, & Soekarti, 2011). Berdasarkan Laporan Akhir Hasil Monitoring dan Verifikasi Profil Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) Nasional tahun 2008, bahwa 98,9% anak jajan di sekolah dan hanya 1% yang tidak pernah jajan (Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2013).

Selain mudah dan murah, tidak sedikit makanan jajanan berupa makanan ringan banyak ditemukan mengandung pengawet, pewarna buatan, penyedap rasa dan mengandung zat gizi yang rendah. Berdasarkan Laporan Akhir Hasil Monitoring dan Verifikasi Profil Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) Nasional tahun 2008, bahwa PJAS dapat menyumbang 31.06% energi dan 27.44% protein dari konsumsi pangan harian (Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2013). Kurangnya zat gizi pada makanan, termasuk makanan jajanan anak sekolah dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan terutama pertumbuhan fisik yang terlihat dari ukuran tubuh yang pendek, gemuk atau kurus.

Zat gizi yang rendah terkandung pada makanan jajanan anak sekolah adalah serat. Menurut penelitian Aninditya (2011) mengenai kontribusi zat gizi makanan jajanan di lingkungan Sekolah Dasar (SD) Masudirini, rata-rata asupan serat dari makanan jajanan tidak jauh berbeda pada kelompok obesitas dan kelompok normal, dimana asupan serat pada kedua kelompok tergolong rendah. Rata-rata konsumsi serat penduduk Indonesia secara umum yaitu 10.5 g/hari (Departemen Gizi Kesehatan, 2013). Nilai ini hanya mencapai setengah dari kecukupan serat yang dianjurkan, sedangkan kebutuhan serat yang dianjurkan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) untuk anak-anak berusia 7 - 12 tahun adalah 26 - 28 g/hari (WNPG, 2018).

Kebutuhan yang dianjurkan berdasarkan AKG didasari akan pentingnya asupan serat dalam menunjang proses pertumbuhan tubuh anak yang sesuai dengan usianya. Selain itu, serat memiliki peranan penting di dalam tubuh yaitu untuk mempermudah pencernaan dalam usus dan memperlancar pembuangan zat sisa dari dalam tubuh. Kurangnya konsumsi serat menjadi salah satu faktor resiko terjadinya konstipasi. Sebuah penelitian menyatakan bahwa mengonsumsi serat dalam jumlah yang cukup dan frekuensi yang sering, dapat mencegah anak terkena penyakit degeneratif atau gangguan kesehatan seperti obesitas yang tentu saja akan mempengaruhi proses berlangsungnya pertumbuhan. Menyadari akan pentingnya serat, maka perlu diupayakan adanya Penyediaan Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS) berupa makanan ringan yang tidak hanya menyumbang karbohidrat, protein dan lemak tetapi juga dapat menyumbang serat.

PMT-AS merupakan salah satu program pemerintah yang kegiatannya adalah memberikan makanan tambahan kepada anak sekolah. Program ini dilakukan untuk menangani masalah kurang gizi. Program PMT-AS mensyaratkan untuk menggunakan bahan pangan lokal atau bahan pangan sekitar sekolah sebagai bahan dalam kudapan atau jajanan. Kudapan atau jajanan yang akan digunakan sebagai makanan tambahan harus memenuhi syarat kandungan energi dan protein yang ditetapkan oleh pemerintah yaitu minimal mengandung 144-216 kalori, 3,96-5,76 gram protein, 5,04-7,56 gram lemak serta mengandung vitamin dan mineral. Hal tersebut dapat diupayakan dengan menggunakan bahan-bahan yang berkualitas, mengurangi penggunaan bahan pengawet dan cara pengolahan makanan yang tepat. Bahan-bahan yang berkualitas dan bermanfaat tinggi bisa didapati dari pangan lokal seperti daun ubi jalar (Kemenkes RI, 2017).

Pemilihan daun ubi jalar sebagai bahan tambahan karena daun ubi jalar merupakan sumber sayuran yang memiliki kandungan serat sebesar 4,8 g dalam 100 gram daun ubi jalar (Mahmud, Mien Karmini *et al.*, 2009). Selain itu, kandungan serat pada daun ubi jalar juga menyumbang 17% serat dari kebutuhan serat anak sekolah berdasarkan AKG tahun 2013. Hal ini sesuai dengan pernyataan peraturan bahwa dalam suatu bahan pangan dapat dinyatakan mengandung sumber serat apabila mampu menyumbangkan lebih dari 3 gram serat dalam 100 gram bahan (Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2016). Selain itu, daun ubi jalar merupakan bahan pangan lokal yang mudah didapatkan dengan harga terjangkau.

Pemanfaatan pangan lokal seperti daun ubi jalar perlu dikembangkan sebagai bahan tambahan dalam produk makanan ringan sebagai PMT-AS sehingga dapat meningkatkan nilai gizi di dalam produk tersebut (Kemenkes RI, 2017). Produk makanan ringan yang akan dikembangkan oleh peneliti sebagai PMT-AS menggunakan bahan tambahan daun ubi jalar adalah donat.

Pembuatan donat dipilih karena produk ini memiliki ukuran kecil sehingga mudah untuk dibawa kemanapun.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti memanfaatkan daun ubi jalar dalam pembuatan donat. Hal ini menarik untuk diteliti dalam sebuah penelitian yang berjudul “Penambahan *Puree* Daun Ubi Jalar (*Ipomoea batatas L.*) Pada Donat Kentang (*Solanum tuberosum L.*) Sebagai Alternatif Makanan Tambahan Anak Usia Sekolah”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Kurangnya mengonsumsi serat pada anak-anak dapat menyebabkan risiko sembelit (konstipasi). Faktor yang dapat menyebabkan kurangnya asupan serat adalah perilaku anak-anak yang masih memilih-milih makanannya (*picky eaters*). Perilaku ini yang dapat menyebabkan kurang mendapatkan zat gizi yang dibutuhkan. Berdasarkan hasil Riskesdas (2018), sebesar 93,60% anak usia sekolah memiliki kecenderungan kurang mengonsumsi serat. Hal ini dapat terjadi karena kurangnya pemahaman serta pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi serat terhadap kesehatan. Data Riskesdas (2018) juga menunjukkan hal yang serupa yaitu sebanyak 93,50% anak usia sekolah kurang mengonsumsi sayur dan buah. Maka dari itu diperlukan pembuatan suatu produk makanan jajanan yang menggunakan sayuran daun ubi jalar dalam bentuk donat yang berbeda kandungan gizinya dibandingkan dengan produk yang sudah beredar dipasaran.

## 1.3 Batasan Masalah

Lingkup masalah dalam penelitian ini adalah keterbatasan waktu membuat orang dewasa mengabaikan membuat makanan alternatif atau cemilan untuk yang kurang suka mengonsumsi sayur yang tinggi serat karena menghindari keterlambatan aktifitas lainnya. Anak sekarang lebih menyukai produk yang praktis maka dari itu dibuatlah suatu produk makanan alternatif atau cemilan berupa donat yang berbahan dasar daun ubi jalar.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Bagaimana formulasi pembuatan yang tepat pada donat kentang dengan penambahan *puree* daun ubi jalar ?
- 2) Bagaimana kandungan zat gizi yang terdapat pada donat kentang dengan penambahan *puree* daun ubi jalar ?
- 3) Bagaimana karakteristik organoleptik masyarakat terhadap donat kentang dengan penambahan *puree* daun ubi jalar ?

## 1.5 Tujuan Penelitian

### 1.5.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penambahan *puree* daun ubi jalar (*Ipomoea batatas L.*) pada donat kentang (*Solanum tuberosum L.*) sebagai alternatif makanan tambahan anak usia sekolah.

### 1.5.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a) Mengidentifikasi formulasi donat kentang dengan penambahan *puree* daun ubi jalar.
- b) Mengidentifikasi nilai gizi meliputi karbohidrat, protein, lemak, kadar abu, kadar air, dan serat pangan yang terdapat pada donat kentang dengan penambahan *puree* daun ubi jalar.
- c) Mengidentifikasi sifat organoleptik (uji hedonik dan uji mutu hedonik) pada donat kentang dengan penambahan *puree* daun ubi jalar meliputi warna, aroma, rasa, dan tekstur.
- d) Menganalisis perbedaan nilai gizi antar formula pada donat kentang dengan penambahan *puree* daun ubi jalar.
- e) Menganalisis kesesuaian harga donat yang terbuat dari daun ubi jalar dengan harga pasaran donat pada umumnya.

## 1.6 Manfaat Penelitian

### 1.6.1 Bagi Peneliti

Peneliti dapat melakukan pembuatan donat kentang dengan penambahan *puree* daun ubi jalar yang dapat bermanfaat bagi masyarakat dan dapat mengembangkan pangan lokal menjadi sebuah produk makanan tinggi serat sebagai alternatif makanan tambahan atau cemilan.

### 1.6.2 Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi bagaimana cara pembuatan suatu produk kaya akan gizi dari pangan lokal dan menciptakan produk baru yang dibutuhkan bagi kelompok usia tertentu.

### 1.6.3 Bagi Universitas

Dapat memberikan manfaat bagi program studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul Jakarta Barat sebagai referensi pustaka dalam bidang pengembangan produk pangan dan bagaimana cara pengolahan suatu makanan yang memiliki sumber zat gizi yang diperuntukkan untuk masyarakat.

## 1.7 Keterbaharuan Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian terbaru dan bukan penelitian lanjutan. Bahan yang digunakan dalam pembuatan donat ini adalah *puree* daun

ubi jalar. Pemilihan daun ubi jalar dipilih karena memiliki kandungan serat yang tinggi dan mudah didapatkan serta harganya yang relatif murah. Pada tabel 1.1 merupakan beberapa hasil penelitian terdahulu.

**Tabel 1.1 Rekapitulasi Beberapa Hasil Penelitian.**

No.	Peneliti	Judul Peneliti	Tujuan Penelitian	Taraf Formulasi Pembuatan	Hasil Penelitian
1	Munawwarah (2017)	Analisis Kandungan Zat Gizi Donat Wortel ( <i>Daucus Carota L.</i> ) Sebagai Alternatif Perbaikan Gizi Pada Masyarakat	Untuk mengetahui kandungan zat gizi donat wortel ( <i>Daucus Carota L.</i> ) khususnya beta karoten sebagai alternatif perbaikan gizi pada masyarakat.	Tepung:wortel a) F0 = 100:0% b) F1 = 50:50% c) F2 = 25:75% d) F3 = 0:100%	a) Donat wortel yang paling disukai = F3 b) Kadar beta karoten dalam 100 gram produk donat wortel ( <i>Daucus carota L.</i> ) paling banyak pada F2 dengan kandungan beta karoten sebanyak 9566,75 µg .
2	Elyzabeth,M ., Siti,M., & Naufal,M (2014)	Hubungan Asupan Serat Makanan Dan Air Dengan Pola Defekasi Anak Sekolah Dasar Di Kota Bogor	Untuk menganalisis hubungan antara asupan serat makanan dan air dengan pola defekasi pada siswa sekolah dasar di Kota Bogor.	-	a) Hasil menunjukkan rata-rata asupan serat dan air subjek masih kurang. b) Rata-rata asupan serat subjek yaitu 12.4 g/hari. c) Rata-rata asupan air subjek adalah 1086 ml/hari.
3	Ratu,A (2011)	Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Serat Pada Siswa SD	Untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku konsumsi serat pada siswa SD/MI.	-	a) Terdapat peningkatan skor pengetahuan siswa sebelum dan setelah intervensi ( $p < 0,05$ ) b) Media yang dinilai cocok digunakan untuk kegiatan intervensi adalah kartu bergambar, cari kata (word search) dan simulasi makanan sumber serat.