

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **LATAR BELAKANG**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Seorang ibu sering mengalami masalah dalam pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya yakni produksi ASI yang tidak lancar. Hal ini akan menjadi faktor penyebab rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif kepada bayi baru lahir (Wulandari dan Handayani, 2011). Menurut data RISKESDAS 2018 persentase anak umur 0-5 bulan yang diberi ASI eksklusif di Indonesia sebesar 37,3% dan presentase anak umur (0-23 bulan) yang masih diberi ASI di Indonesia 77,54% (Profil Kesehatan Ibu dan Anak, 2017). World Health Organization (WHO) dan United Nations Childrens Fund (UNICEF) merekomendasikan agar ibu menyusui bayinya saat satu jam pertama setelah melahirkan dan melanjutkan hingga usia 6 bulan pertama kehidupan bayi. Pengenalan makanan pelengkap dengan nutrisi yang memadai dan aman diberikan saat bayi memasuki usia 6 bulan dengan terus menyusui sampai 2 tahun atau lebih (WHO, 2016).

Ketersediaan ASI yang lancar pada ibu menyusui akan membantu kesuksesan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan, sehingga membantu bayi tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai rekomendasi dari WHO (Ferial, 2013). Kandungan ASI dapat dipengaruhi oleh asupan makanan dan status gizi. Asupan makanan dengan kandungan zat gizi makro berubah menjadi cairan ASI ketika makanan tersebut dicerna dalam tubuh lalu dibawa oleh sel darah menuju keseluruhan tubuh dan salah satu tempat pemberhentian zat gizi tersebut adalah pada kantung ASI. Asupan zat gizi makro makanan selama menyusui perlu ditingkatkan, karena selama menyusui ibu membutuhkan energi ekstra untuk pemulihan setelah persalinan dan proses metabolisme pembentukan ASI (Yusrina, 2016). Kekurangan energi yang bersifat kronis pada ibu menyusui dapat berpengaruh pada kualitas dan volume ASI. Penelitian yang dilakukan oleh (Ukegbu and Uwaegbute A C 2012) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan energi ibu dengan komposisi dan produksi ASI serta pertumbuhan bayi yang dilahirkan.

Pola makan adalah salah satu penentu keberhasilan ibu dalam menyusui. Sehingga ibu yang menyusui perlu mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang. Nutrisi yang seimbang akan menghasilkan gizi yang baik dan

berkualitas. Beberapa penelitian membuktikan ibu dengan gizi yang baik, umumnya mampu menyusui bayinya selama minimal 6 bulan, sebaliknya ibu yang gizinya kurang, biasanya tidak mampu menyusui selama itu bahkan tidak jarang air susunya tidak keluar (Irma, 2016).

Kacang hijau (*Vigna radiata*) merupakan tanaman berbatang basah yang tumbuh pendek. Kacang hijau (*Vigna radiata*) juga merupakan sumber gizi, terutama protein nabati. Kandungan gizi kacang hijau cukup tinggi dan komposisinya lengkap. Kacang hijau mengandung kalori sekitar 323 kalori, protein 22,9 g, dan zat besi 7,5 mg/ 100 g bdd. Kandungan lemak dalam kacang hijau relatif sedikit (1-1,2%) dan lebih rendah dibanding kacang-kacangan yang lain. Protein pada kacang hijau mentah memiliki daya cerna sekitar 77%. Selain itu kacang hijau mempunyai kandungan B1 yang sangat bermanfaat untuk ibu menyusui (Suksesty, 2017).

Kedelai sayur (*Glycine max L.Merill*), merupakan salah satu jenis kacang-kacangan yang termasuk dalam kategori tanaman sayuran (*green soybean vegetable*). Kacang kedelai termasuk tanaman tropis dan dijadikan sebagai sayuran serta makanan kesehatan. Sayuran ini kaya kandungan protein, kalsium, zat besi, vitamin A, B1, dan C. Selain kandungan gizi tersebut, disebutkan pula kedelai sayur kaya kandungan kalium, asam askorbik, serta vitamin E dengan persentase kandungan nutrisi 40% protein, 20% lemak (tanpa kolesterol), 33% karbohidrat, 6% serat, dan 5% abu (pada berat kering). Kacang kedelai merupakan bahan makanan lokal yang memiliki potensi untuk nutrisi ibu menyusui (Pramitasari, et al 2017).

Buah naga termasuk dalam kelompok tanaman kaktus atau famili *Cactaceae* dan subfamili *Hylocereanea* dengan subfamili yang terdapat beberapa genus, sedangkan buah naga termasuk dalam genus *Hylocereus* (Indriasari, 2012). Buah naga isi merah beratnya mencapai 350 – 550 g. Ada berbagai jenis antioksidan yang ada dalam buah naga salah satunya adalah antosianin. Buah naga merah juga kaya akan antosianin yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Kadar antosianin berkisar 8,8 mg/100 g buah naga (WK dan WS, 2011).

Dodol adalah makanan ringan atau jajanan yang banyak beredar di masyarakat. Bahan baku pembuatan dodol yang mudah di dapatkan menjadi daya tarik peneliti membuat snack pendamping ibu menyusui. Dodol merupakan salah satu makanan tradisional yang cukup populer. Selain itu dodol juga memiliki sifat organoleptik yang khas yang dimiliki yaitu berwarna coklat, dan memiliki rasa yang manis, gurih dan legit dengan tekstur yang plastis

(Margareta, 2013). Masing-masing daerah di Indonesia memiliki nama tersendiri untuk dodol yang mencerminkan kekhasannya seperti dodol Garut yang berasal dari Garut, dodol Betawi yang berasal dari Betawi, beras ketan dan dodol yang terbuat dari buah-buahan. Dodol dari tepung beras ketan putih merupakan yang banyak ditemui. Seiring dengan perkembangan ilmu dan teknologi, berbagai penelitian upaya pengembangan dodol telah dilakukan. Penelitian-penelitian tersebut bertujuan untuk memperbaiki proses pengolahan, meningkatkan nilai gizi dodol.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti ingin membuat dan mengembangkan produk Dodol Dengan Tambahkan *puree* Kacang Hijau (*Vigna radiata L*), *Puree* Kacang Kedelai (*Glycine max*), dan Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus*) Sebagai Selingan Tinggi Energi Ibu Menyusui.

#### **PEMBATASAN MASALAH**

Agar penelitian ini tidak menyimpang dari tujuannya maka peneliti hanya melakukan analisis terhadap kandungan gizi, ketepatan formulasi bahan, dan daya terima dari dodol dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah.

#### **RUMUSAN MASALAH**

1. Manakah formulasi bahan pembuatan dodol dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah yang paling tepat?
2. Bagaimana daya terima dodol dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah yang paling tepat?
3. Bagaimana kandungan gizi dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah yang paling tepat?

#### **TUJUAN PENELITIAN**

##### **Tujuan Umum**

Mengetahui pengolahan dodol penambahan *puree* kacang hijau (*Vigna radiata l*), *puree* kacang kedelai (*Glycine max*), dan buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) sebagai selingan tinggi energi ibu menyusui.

##### **Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui formulasi bahan pengolahan dodol dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah.
- b. Mengetahui daya terima (warna, aroma, rasa, tekstur) dodol dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah.

- c. Mengetahui hasil analisis kandungan gizi dodol (Karbohidrat, Protein, Lemak, Kadar abu, Kadar air, Serat kasar) dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah.
- d. Menganalisis perbedaan daya terima (warna, aroma, rasa, tekstur) dodol dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah dari berbagai formula.
- e. Menganalisis perbedaan hasil analisis kandungan gizi dodol (Karbohidrat, Protein, Lemak, Kadar abu, Kadar air, Serat kasar) dodol dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah.

## **MANFAAT PENELITIAN**

### **1. Bagi Peneliti**

Sebagai media latihan melakukan penelitian menyusun skripsi dan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman di bidang ilmu gizi dalam pembuatan dodol dengan penambahan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah sebagai selingan tinggi energi ibu menyusui.

### **2. Bagi Pendidikan**

Sebagai bahan masukan bagi Universitas Esa Unggul Program Studi Ilmu gizi dalam melengkapi referensi atau perpustakaan bidang gizi teknologi pangan.

### **3. Bagi Masyarakat**

Memberikan informasi dan pengetahuan tentang pemanfaatan *puree* kacang hijau, *puree* kacang kedelai, dan buah naga merah sebagai bahan tambahan dalam pembuatan dodol sebagai selingan tinggi energi ibu menyusui.

## F. KETERBARUAN PENELITIAN

Tabel 1 Keterbatasan Penelitian

No	Penulis	Judul	Metode	Hasil
1	Miftachul Jannah, Millatin Puspaningtyas (2018)	Peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan jus kurma dan sari kacang hijau di kota pekalongan	Quasi <i>eksperiment</i>	Hasil uji statistik menggunakan uji paired T-test didapatkan nilai p 0.555 yang menunjukkan tidak ada kenaikan Hb ibu hamil setelah mengkonsumsi jus kurma. Sedangkan hasil uji statistik paired T-test untuk kelompok sari kacang hijau yaitu didapatkan nilai p 0.021 yang menunjukkan adanya kenaikan kadar Hb ibu hamil setelah mengkonsumsi sari kacang hijau.
2	Elika puspitasari (2018)	Pengaruh pemberian susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di RB Bina Sehat Bantul	Quasi <i>eskperiment</i>	Pemberian intervensi untuk mengkonsumsi susu kedelai berpengaruh positif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.
3	Rani safitri (2018)	Pengaruh pemberian edemame ( <i>Glycin max (L) merrill</i> ) terhadap produksi ASI pada ibu nifas primipara di Praktik Bidan Mandiri (PMB) dillah sobirin kecamatan pakis kabupaten malang	eksperimen dengan pendekatan <i>one group pretest posttest.</i>	Hasil penelitian didapatkan p value = 0,009 dengan demikian Ho ditolak dan Ha diterima yang berarti ada pengaruh pemberian Edamame terhadap produksi ASI pada ibu nifas primipara hari ke 3-7 di PMB Dillah Sobirin Pakis Kabupaten Malang.
3	Catur Erti Suksesty, Marthia	Pengaruh jus campuran kacang hijau terhadap peningkatan hormon prolaktin dan berat badan bayi	Penelitian eksperimen	Kenaikan berat badan bayi di hari ke15 meningkat > pada kelompok yang diberikan jus campuran kacang hijau ( <i>Phaseolus radiatus</i> )

No	Penulis	Judul	Metode	Hasil
	Ikhlasiah (2017)			dan daun adas ( <i>Foeniculum vulgare L.</i> ) dibandingkan dengan yang tidak diberikan. Penelitian ini membuktikan bahwa tingginya kadar hormon prolaktin akan meningkatkan kuantitas dan kualitas ASI sehingga berdampak pada kenaikan berat badan bayi.
4	Hermanto Nur asyik, dan La hamsin (2017)	Kajian substitusi rumput laut ( <i>Euchuma cottonii</i> ) dan kacang hijau ( <i>Phaseolus aureus</i> ) dalam pembuatan dodol terhadap sifat organoleptik dan nilai gizi	Eksperimen	Perlakuan substitusi rumput laut dan kacang hijau berpengaruh sangat nyata terhadap warna, aroma, tekstur dan rasa dodol rumput laut yang dihasilkan. Produk dodol rumput laut yang disukai panelis terdapat pada perlakuan D1 (rumput laut 40% dengan kacang hijau 60%).
5	Dwirina hervilia (2016)	Pandangan Sosial Budaya terhadap ASI Eksklusif di Wilayah Panarung Palangkaraya	Rancangan kualitatif	Informan ibu bersikap positif dan mendukung ASI eksklusif tetapi pada praktik pemberian makanan bayi masih banyak ibu yang tidak dapat melakukan ASI eksklusif karena kendala salah satunya ASI yang tidak keluar pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Kendala seperti ini memberi celah kepada praktik pemberian makanan prelakteal.
6	Reni Heryani (2016)	Pengaruh ekstrak buah naga merah terhadap profil lipid darah Tikus putih <i>hyperlipidemia</i>	<i>Post test only control group design</i>	Pemberian ekstrak buah naga merah ( <i>Hylocereus polyrhizus</i> ) menunjukkan perbedaan yang signifikan

No	Penulis	Judul	Metode	Hasil
				terhadap kadar kolesterol total dan trigliserida darah tikus putih ( <i>Rattus norvegicus</i> ) jantan pada semua kelompok perlakuan dibandingkan dengan kelompok kontrol positif
7	Dewi Triloka Wulandari dan Siti Roudhotul Jannah (2015)	Pengaruh pemberian sari kacang hijau pada ibu nifas Dengan kelancaran produksi ASI di bpm yuni widaryanti, amd. Keb sumbermulyo jogoroto jombang	<i>Pra-Experimental Designs</i> dengan menggunakan <i>One Group Pra Post Test Design</i>	Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi sari kacang hijau dapat mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI dan hasil uji statistik yang dilakukan menggunakan uji Chi Square dengan menggunakan perangkat lunak Window SPSS Versi 13 $\alpha < 0,05$ maka $H_0$ ditolak berarti $H_a$ diterima yang berarti ada pengaruh pemberian sari kacang hijau pada ibu Nifas dengan kelancaran produksi ASI.
8	Astridya Paramita, Mochammad Setyo Pramono (2014)	Analisis Pola dan faktor lama pemberian air susu ibu (ASI)	<i>Cross-sectional</i>	Hasil kajian menyimpulkan terjadinya kenaikan cakupan kegagalan ASI eksklusif dan penurunan perilaku pemberian ASI seiring bertambahnya usia Baduta. Selama 3 tahun terakhir terjadi penurunan cukup besar cakupan perilaku pemberian ASI hingga 23 bulan serta ASI eksklusif di beberapa provinsi di Pulau Jawa yang sesungguhnya lebih banyak tersedia fasilitas kesehatan, SDM kesehatan dan informasi

No	Penulis	Judul	Metode	Hasil
				kesehatan melalui berbagai media.
9	Kiki Widyastuti (2014)	Pengaruh konsumsi sari kacang hijau terhadap Produksi air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas dinoyo malang	<i>Quasi eksperiment one group pre tes – post tes desain.</i>	Konsumsi sari kacang hijau mempengaruhi produksi air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas dinoyo malang.
10	Nur Ilma (2012)	Studi Pembuatan dodol buah Dengan ( <i>Dillenia Serrata Thunb</i> )	Eksperimen	Kadar air dan kadar lemak tertinggi pada masing-masing perlakuan adalah pada perlakuan penambahan 30% tepung beras ketan + 40% gula merah (A1) serta kadar air dan kadar lemak terendah terdapat pada penambahan 50% tepung beras ketan + 50% gula merah (A3). Uji organoleptik warna, aroma, rasa dan tekstur perlakuan terbaik pada penambahan 30% tepung beras ketan + 40% gula merah (A1).