

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Beban ganda malnutrisi (*Triple burden of malnutrition*) menjadi masalah yang belum terselesaikan di Indonesia yaitu malnutrisi, obesitas, dan defisiensi mikronutrien. Kelompok yang mengalami beban ini mencakup remaja yang sedang mengalami masa pubertas. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 memberikan gambaran tentang berbagai masalah gizi di kalangan generasi muda pada kelompok remaja usia 13 hingga 18 tahun, prevalensi pendek sebesar 52,6% dan prevalensi berat badan kurang sebesar 16,8% serta permasalahan obesitas mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2013 dengan prevalensi obesitas sebesar 29,5% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Obesitas merupakan suatu kondisi dimana berat badan seseorang melebihi standar kesehatan yang telah ditetapkan. Obesitas berhubungan dengan *sindrom metabolik* atau *sindrom resistensi insulin*, yang terdiri dari *hiperinsulinemia*, *diabetes melitus*, *dislipidemia*, *hiperururia*, dan *hipertensi*. Salah satu faktor penyebab terjadinya obesitas pada remaja adalah kebiasaan pola makan atau asupan makanan yang berlebihan, antara lain makanan seperti makanan olahan yang instan, minuman bersoda, dan makanan jajanan seperti makanan cepat saji. Kebiasaan makan tersebut dapat menjadi pemicu terhadap terjadinya obesitas (Dewita, 2021).

Pengaturan dalam pola makan yang memuat jenis dan jumlah rata-rata bahan pangan per hari yang biasa dikonsumsi oleh remaja dalam kurun waktu tertentu. Pola makan merupakan perilaku mendasar yang secara langsung mempengaruhi status gizi seseorang, karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi dapat mempengaruhi asupan makanan. Faktor lain yang berkontribusi signifikan terhadap status gizi remaja antara lain kurangnya aktivitas fisik

Olahraga adalah aktivitas jasmani yang melibatkan gerakan tubuh secara berulang-ulang dan dilakukan secara terencana dan terstruktur dengan tujuan untuk meningkatkan dan memelihara satu atau lebih komponen untuk kebugaran jasmani seseorang. Aktivitas fisik termasuk salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang. Hal ini dikarenakan olahraga

berpengaruh terhadap peningkatan metabolisme tubuh menyebabkan energi yang disimpan dalam bentuk lemak dapat terbakar menjadi kalori (Kusumo, 2020).

Konsumsi makanan selingan dari bahan pangan lokal yang tinggi antioksidan mempunyai dampak positif terhadap stress oksidatif yang berkaitan dengan obesitas. Antioksidan merupakan senyawa yang dapat berinteraksi dalam mencegah radikal bebas. Antioksidan berupa flavonoid, asam fenolik, tanin, vitamin C dan vitamin E mempunyai sifat biologis berupa efek anti-inflamasi, anti-karsinogenik, dan anti-aterosklerosis (Perdana, 2021). Antioksidan dapat ditemui pada bahan makanan. Salah satu bahan pangan lokal dengan sumber antioksidan yang dapat dimanfaatkan yaitu kacang kedelai, ekstrak buah bit, buah pepaya dan buah nanas yang diolah dalam inovasi pangan berupa puding susu kedelai dengan ekstrak buah bit.

Susu kedelai merupakan minuman berasal dari produk olahan kacang kedelai dengan kandungan nilai protein hampir sama dengan susu sapi. Kacang kedelai sebagai bahan baku dasar merupakan bahan pangan fungsional yang banyak mengandung protein, lemak, karbohidrat, kalsium, fosfor, zat besi, provitamin A, vitamin golongan B (tidak termasuk B12), dan senyawa (Rizki et al., 2022). Salah satu senyawa yang terkandung di dalam kacang kedelai yaitu isoflavon sebagai penghasil antioksidan alami (Perdana, 2021).

Buah bit merupakan salah satu dari buah dengan kandungan asam folat yang tinggi, dengan kandungan asam folat 108 mg, lebih banyak dibandingkan buah lainnya. Bit atau dikenal juga dengan nama akar bit atau bit merah merupakan salah satu dari jenis tumbuhan dalam kelompok *Amaranthaceae*, dan memiliki nama latin *Beta vulgaris L.* (Zuhraini et al., 2021). Buah bit mengandung zat besi, asam folat, vitamin C, vitamin A, dan beberapa senyawa lainnya. Buah bit juga mengandung metabolit sekunder yaitu betasianin sebagai sumber antioksidan (Ariani et al., 2023).

Produk juga dibuat dengan penambahan buah lokal yaitu buah pepaya dan buah nanas. Buah pepaya (*Carica papaya L.*) merupakan buah non musiman dengan kandungan gizi yaitu vitamin A per 100 g porsi makan adalah 450 mg dan vitamin C adalah 74 mg. Kandungan senyawa lain berupa antioksidan yang ada pada buah pepaya yaitu flavonoid (Febjislami et al., 2018).

Buah nanas (*Ananas comosus* L.) merupakan buah tropis yang memiliki perpaduan rasa manis sedikit asam. Penambahan nanas pada puding dapat meningkatkan senyawa antioksidan pada tubuh. Antioksidan pada nanas berupa vitamin C serta senyawa flavonoid dan fenol (Mugiati & Rosmadewi, 2020).

Puding pada umumnya dibuat dengan berbagai campuran bubuk agar-agar, gula dan air menggunakan penambahan susu cair (Indani et al., 2018). Produk puding merupakan salah satu produk yang bisa dikonsumsi sebagai makanan selingan. Tekstur puding yang kenyal, lembut dan manis sehingga dapat disukai oleh semua kalangan.

Berdasarkan uraian diatas, penulis akan melakukan pengembangan inovasi usaha puding berbahan dasar susu kedelai dan ekstrak buah bit yang memperhatikan unsur perencanaan, produksi dan pasca produksi dengan harapan dapat memperkenalkan produk sehat kepada remaja serta menjadi produk yang memiliki harga jual rendah namun tinggi kandungan antioksidan.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana inovasi usaha soya puding dengan ekstrak buah bit sebagai alternatif makanan selingan sumber antioksidan bagi remaja ?

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan umum

Menganalisis inovasi usaha soya puding dengan ekstrak buah bit sebagai alternatif makanan selingan sumber antioksidan bagi remaja.

### 2. Tujuan khusus

- a. Menganalisis aspek produk pada usaha soya puding dengan ekstrak buah bit sebagai alternatif makanan selingan sumber antioksidan bagi remaja
- b. Menganalisis aspek finansial pada usaha soya puding dengan ekstrak buah bit sebagai alternatif makanan selingan sumber antioksidan bagi remaja.
- c. Menganalisis aspek SWOT pada usaha soya puding dengan ekstrak buah bit sebagai alternatif makanan selingan sumber antioksidan bagi remaja.

- d. Menganalisis respon kepuasan konsumen dari penjualan usaha soya puding dengan ekstrak buah bit sebagai alternatif makanan selingan sumber antioksidan bagi remaja.

#### **D. Manfaat**

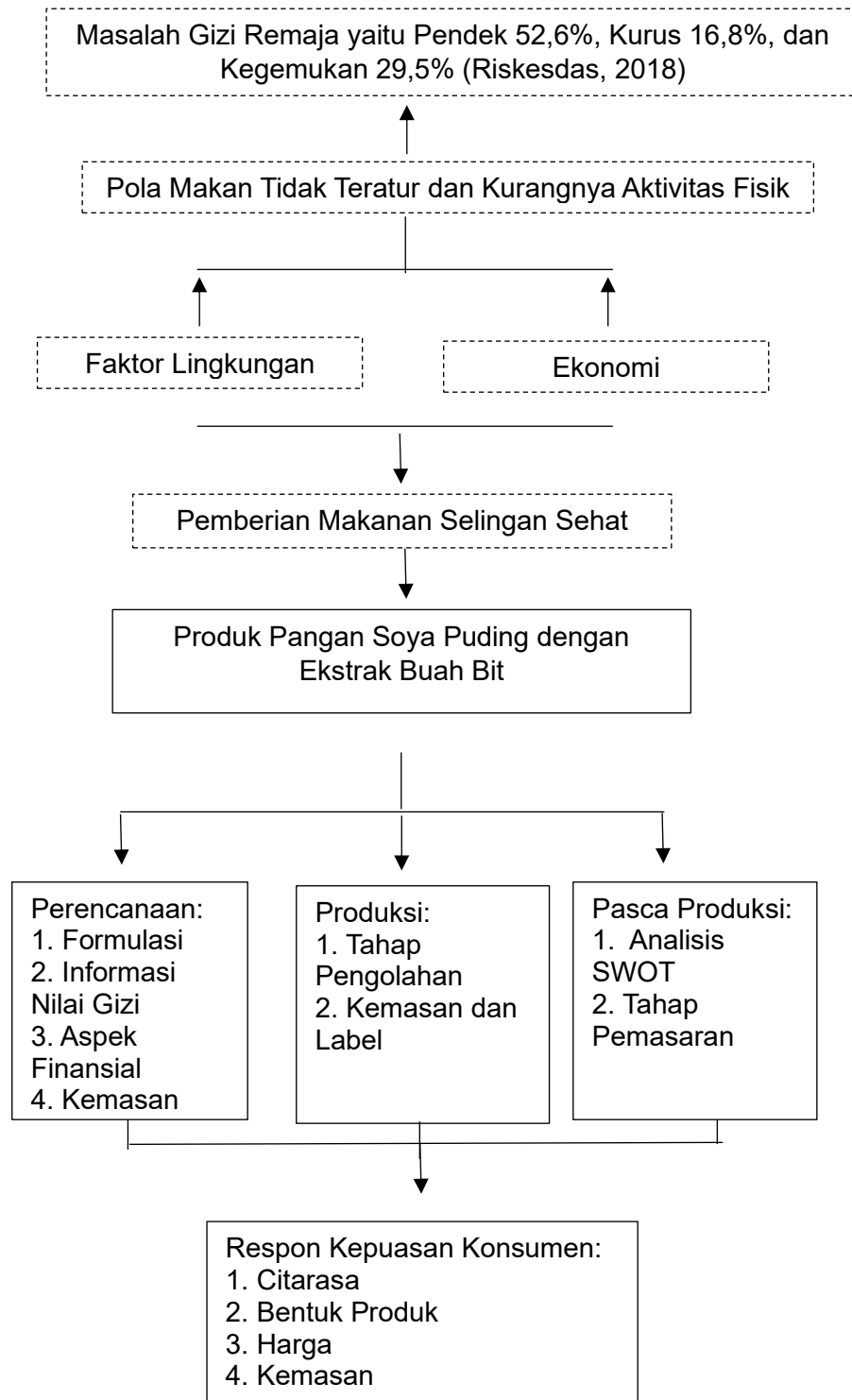
1. Manfaat keilmuan

Pengembangan inovasi usaha dalam bidang pangan dan gizi mengenai produk soya puding dengan ekstrak buah bit sebagai alternatif makanan selingan sumber antioksidan bagi remaja.

2. Manfaat praktis

Produk soya puding dengan ekstrak buah bit sebagai alternatif selingan yang aman dikonsumsi dengan kandungan gizi yang disesuaikan untuk remaja.

## E. Kerangka Konsep



Keterangan:

—————

= Variabel yang diteliti

-----

= Variabel yang tidak diteliti