

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering diabaikan. Menurut WHO (2021) prevalensi obesitas pada tahun 2016 di dunia berkisar 13% populasi orang dewasa atau sebanyak 650 juta orang. Sementara itu, menurut data Riskesdas (2018), prevalensi obesitas orang dewasa > 18 tahun pada tahun 2018 di Indonesia berkisar 21,8% orang, data tersebut naik dibandingkan dengan data tahun 2013 yang berkisar 14,8% orang. Dalam penelitian Janghorbani, dkk. (2007) menyatakan bahwa prevalensi obesitas pada perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki – laki, karena adanya perbedaan tingkat aktivitas fisik dan asupan antara laki – laki dan perempuan. Sejalan dengan data Badan Pusat Statistik (2022) menyebutkan prevalensi obesitas perempuan umur > 18 tahun pada tahun 2018 sebanyak 44,4% orang angka tersebut naik dibandingkan dengan tahun 2016 yaitu sebanyak 41,6% orang.

Menurut Sudargo dkk. (2014) obesitas dipengaruhi oleh faktor pola makan yaitu pola makan dengan porsi besar, tinggi energi, tinggi lemak, tinggi karbohidrat sederhana, dan rendah serat. Hal ini sejalan dengan penelitian Kurdanti dkk. (2015) menyatakan bahwa dalam penelitiannya asupan zat gizi makro remaja dikatakan berlebih apabila >100% AKG sementara asupan serat dikategorikan kurang apabila <19 g/hari kemudian didapatkan data remaja obesitas yaitu sebanyak 84,7% atau setara 61 dari 144 remaja mengonsumsi energi berlebih, 56,9% atau setara 41 dari 144 remaja mengonsumsi lemak berlebih, 66,7% atau setara 48 orang 144 remaja mengonsumsi karbohidrat berlebih, 59,7% atau setara 43 dari 144 remaja mengonsumsi kurang serat, serta sebanyak 61,1% remaja sering mengonsumsi *fast food* yang mengandung tinggi energi, tinggi gula, tinggi lemak, dan rendah serat. Kebiasaan pola makan tersebut dapat meningkatkan risiko obesitas.

Dalam rangka mengurangi atau mencegah kejadian obesitas di Indonesia, pemerintah memiliki program yang bernama GENTAS (Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas) berslogan atur pola makan dan aktif bergerak (Kemenkes, 2017). Tetapi setelah adanya upaya pemerintah tersebut, masih

ditemukan kejadian obesitas pada remaja di Makassar yang disebabkan oleh pola makan rendah serat yaitu sebanyak 91 dari 93 remaja obesitas masih mengonsumsi rendah serat (Harti dkk. 2019).

Terapi gizi untuk mengurangi risiko obesitas dengan memperhatikan pola makan terutama mengonsumsi makan tinggi serat. Menurut Kemenkes (2017) serat berfungsi untuk penyerapan karbohidrat, lemak, dan protein menjadi berkurang serta serat mampu memberikan perasaan kenyang dalam waktu yang cukup lama. Serta menurut Purwono (2011) kandungan serat pada makanan juga berfungsi untuk memperlambat waktu pengosongan lambung dan untuk sedikit menurunkan efisiensi absorpsi usus.

Perwujudan terapi gizi obesitas yang dapat dilakukan adalah membuat pengembangan formula bahan pangan tinggi serat menjadi produk biskuit, karena biskuit merupakan salah satu snack yang digemari oleh semua kalangan usia mulai bayi hingga dewasa. Alasan biskuit digemari adalah karena rasanya yang enak, bervariasi, dan harga relatif murah (Mumpuni dkk, 2021). Biskuit yang ada dipasaran pada umumnya tinggi karbohidrat dan lemak sedangkan protein dan seratnya rendah, sehingga perlu adanya pengembangan (Jesriani dkk, 2021).

Tepung mocaf merupakan merupakan produk olahan ubi kayu yang dimodifikasi dimana keunggulan dari tepung ini yaitu bahan baku yang tersedia cukup banyak serta harga ubi kayu relatif murah dibandingkan harga bahan baku terigu (Ihromi dkk, 2018). Dalam TKPI (2017) tertera kandungan gizi tepung mocaf yaitu 1,2% protein, 0,6% lemak, 85% karbohidrat, dan 6% serat. Dalam kandungan gizi tepung mocaf tersebut dapat dilihat bahwa memiliki keunggulan tinggi serat, dimana lebih tinggi dibandingkan tepung tapioka yaitu sebanyak 0,9% dan tepung singkong sebanyak 1%. Tepung mocaf memiliki karakteristik mirip dengan tepung terigu sehingga berpotensi sebagai substituen tepung terigu. Sebelumnya telah dilakukan pengembangan produk dengan penambahan tepung mocaf, pada penelitian Pratama, dkk (2020) menyebutkan bahwa dalam pengolahan snack bar menggunakan tepung mocaf dalam 1 porsi mengandung 5,78 gram. Kemudian merujuk penelitian Arsyad (2016) menyebutkan bahwa dalam pengolahan biskuit menggunakan proporsi tepung mocaf 0%, 25%, 75%, dan 100% diperoleh hasil bahwa tingkat kesukaan tertinggi terhadap rasa, warna, aroma, dan tekstur yaitu pada proporsi tepung mocaf 100%.

Menurut Ihromi dkk. (2018) tepung mocaf memiliki kekurangan yaitu kandungan protein yang rendah, maka dibutuhkan bahan pangan untuk mencukupi kadar protein tersebut. Kacang merah merupakan jenis kacang-kacangan yang mudah di dapat dan harganya relatif murah. Kacang merah sering digunakan untuk beberapa masakan dengan alasan kandungan nilai gizinya yang tinggi terutama protein (Fatimah dkk, 2015). Dalam TKPI (2017) tertera kandungan protein kacang merah sebanyak 11% angka tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan kacang komak polong sebanyak 3,3%. Tidak hanya protein, tetapi kandungan serat pada kacang merah juga cukup tinggi sebanyak 2,1%. Sebelumnya telah dilakukan pengembangan produk dengan penambahan tepung kacang merah, pada penelitian Fatimah, dkk. (2015) menyebutkan pengolahan biskuit tepung kacang merah menggunakan proporsi 10%, 17,5%, dan 25% diperoleh hasil semakin banyak penambahan tepung kacang merah maka kadar protein semakin banyak yaitu 17% - 19% dan kadar serat semakin banyak pula yaitu 1,03% - 1,11%. Serta untuk daya terima biskuit yang disukai panelis adalah penambahan tepung kacang merah sebanyak 10%.

Berdasarkan uraian di atas, dilakukan pengembangan tepung mocaf dan kacang merah dapat dimanfaatkan menjadi produk dengan keunggulan sumber serat yang cocok untuk penderita obesitas. Oleh karena itu, peneliti mengembangkan formulasi menggunakan tepung mocaf dan kacang merah menjadi produk biskuit dengan memperhatikan mutu gizi dan daya terima konsumen.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh substitusi tepung mocaf dan kacang merah terhadap mutu kimia, mutu gizi dan mutu organoleptik biskuit sebagai *snack* penderita obesitas?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh substitusi tepung mocaf dan kacang merah terhadap mutu kimia, mutu gizi dan mutu organoleptik biskuit sebagai *snack* penderita obesitas

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis mutu kimia (kadar air dan abu) biskuit tepung mocaf dan kacang merah sebagai *snack* penderita obesitas.
- b. Menganalisis mutu gizi (kadar protein, lemak, dan karbohidrat, nilai energi, dan kadar serat) biskuit tepung mocaf dan kacang merah sebagai *snack* penderita obesitas.
- c. Menganalisis mutu organoleptik (warna, aroma, rasa, dan tekstur) biskuit tepung mocaf dan kacang merah sebagai *snack* penderita obesitas.
- d. Menetapkan taraf perlakuan terbaik biskuit tepung mocaf dan kacang merah sebagai *snack* penderita obesitas.

D. Manfaat

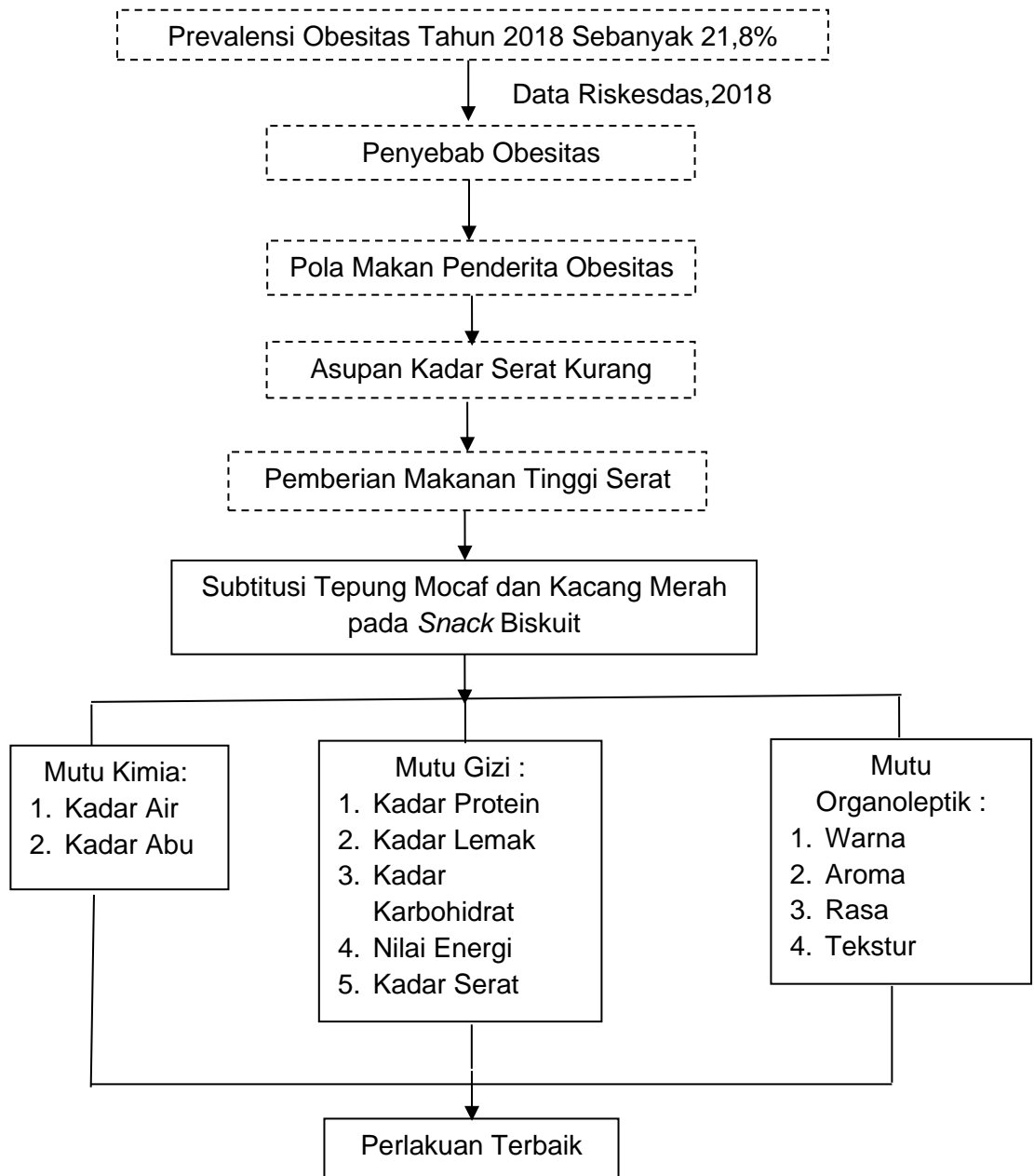
1. Manfaat Keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya keilmuan kepada masyarakat tentang pemanfaatan substitusi tepung mocaf dan kacang merah pada biskuit sebagai *snack* penderita obesitas.

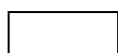
2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif pilihan dalam pengolahan biskuit sebagai *snack* penderita obesitas.

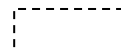
E. Kerangka Penelitian



Keterangan :



= variabel yang diteliti



= variabel yang tidak diteliti

F. Hipotesis Penelitian

1. Terdapat pengaruh substitusi tepung mocaf dan kacang merah pada biskuit terhadap mutu kimia (kadar air dan abu) sebagai *snack* penderita obesitas.
2. Terdapat pengaruh substitusi tepung mocaf dan kacang merah pada biskuit terhadap mutu gizi (kadar protein, lemak, karbohidrat, nilai energi, dan kadar serat) sebagai *snack* penderita obesitas.
3. Terdapat pengaruh substitusi tepung mocaf dan kacang merah pada biskuit terhadap mutu organoleptik (warna, aroma, rasa, dan tekstur) sebagai *snack* penderita obesitas.