

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Obesitas telah menjadi masalah kesehatan global yang semakin meningkat termasuk Indonesia. Kasus obesitas di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Riset kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018, melaporkan prevalensi obesitas di Indonesia mengalami peningkatan 10,5% dari 14,8% pada tahun 2007 menjadi 14,8% pada tahun 2013 dan 21,8% pada tahun 2018. Lebih lanjut, hasil Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023, menunjukkan bahwa prevalensi kejadian obesitas di Indonesia terus meningkat hingga mencapai 23,4% (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Penyebab obesitas ada 2 yaitu penyebab langsung dan penyebab tidak langsung, Penyebab langsung obesitas meliputi genetik, pola makan, dan aktivitas fisik sedangkan penyebab tidak langsung obesitas meliputi lingkungan, stress, pengetahuan, sikap dan usia. Pola makan dapat mengakibatkan permasalahan obesitas karena mengonsumsi makanan dalam porsi besar dan melebihi kebutuhan. Pola makan ini cenderung tinggi energi, lemak, karbohidrat, kolesterol, dan natrium, tetapi rendah serat, sehingga menghasilkan ketidakseimbangan gizi dan meningkatkan risiko obesitas (Widyasmara, 2019).

Remaja obesitas perlu mengubah kebiasaan makan, membatasi apa yang dimakan serta menjaga pola makan yang tidak menentu dalam upaya mencapai berat badan ideal. Pola makan dibagi menjadi 2 yaitu pola makan utama dan pola makan selingan. Menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019, kebutuhan zat gizi untuk remaja obesitas usia 19-29 tahun yaitu energi 2250 kkal, protein 60 g, lemak 65 g, karbohidrat 360 g, dan serat 32 g dengan persentase 20% makanan selingan yaitu energi sebesar 450 kkal, protein 12 g, lemak 13 g, karbohidrat 72 g, dan serat 6,4 g.

Berdasarkan AKG tersebut diperlukan inovasi usaha untuk menanggulangi kejadian obesitas melalui perubahan pola makan dengan di berikan selingan berbahan dasar tinggi serat untuk remaja obesitas. Ampas susu kedelai yang disebut okara merupakan produk sampingan yang berasal dari pengolahan kedelai. Pengolahan ampas susu kedelai yang sudah pernah ada antara lain

tempe gembus dan perkedel. Sebagian besar ampas susu kedelai dimanfaatkan untuk campuran pakan ternak. Ampas susu kedelai mudah rusak dan busuk, terutama setelah disimpan lebih dari 12 jam. Kurangnya pemanfaatan ampas susu kedelai sebagai bahan pangan lokal oleh masyarakat maka perlu dioptimalkan dengan cara dibuat tepung sehingga dapat digunakan sebagai bahan pangan campuran pada bahan pangan dan dapat menambah nilai gizi pada olahan makanan. Berdasarkan hasil penelitian Wati (2013), tepung ampas susu kedelai memiliki kandungan gizi karbohidrat 66,24%, protein 17,72%, serat kasar 3,23% dan lemak 2,62% dalam 100 gramnya. Kandungan tersebut lebih tinggi dari tepung terigu dalam berat yang sama. Kelebihan lain dari tepung ampas susu kedelai adalah adanya kandungan serat kasar lebih besar dari tepung terigu (0,4-0,5%) sehingga cocok untuk dikombinasikan pada produk snack bar.

Beras hitam termasuk ke dalam pangan fungsional. Pangan fungsional merupakan bahan pangan yang memiliki manfaat tambahan bagi kesehatan selain dari nilai gizi. Kandungan protein sebesar 8%, lemak 1,3%, karbohidrat 76,9%, dan serat 20,1% dalam 100 gram bahan. Kandungan protein beras hitam cukup rendah sehingga untuk meningkatkan kadar protein dapat dilakukan dengan mengkombinasikan bahan dari kacang-kacangan seperti kacang kedelai (Agustina, A. W., & Anjani, G., 2017). Keberadaan beras hitam yang jarang dikonsumsi masyarakat maka perlu dioptimalkan dalam olahan makanan terutama menjadi komposit tepung yang dapat dijadikan produk makanan.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Adiari dkk (2017) berisi pembuatan snack bar dengan bahan dasar tepung okara dan beras hitam sebagai pangan fungsional remaja obesitas dengan formulasi terbaik. Pada penelitian ini dilakukan sebuah inovasi usaha snack bar substitusi tepung okara dan tepung beras hitam.

Memperhatikan latar belakang tersebut diatas, maka diperlukan kajian penelitian tentang Inovasi Usaha Snack Bar Substitusi Tepung Okara dan Tepung Beras Hitam (*Oryza Sativa L. Indica*), karena keduanya memiliki serat yang cukup tinggi yang dapat mencegah obesitas pada remaja. Snack bar ini dapat menjadikan inovasi baru bagi remaja obesitas khususnya sebagai makanan selingan. Produk ini dapat meningkatkan potensi nilai ekonomis bahan pangan lokal yang memiliki nilai gizi serta bermanfaat bagi kesehatan.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana inovasi usaha snack bar dengan tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza Sativa L. Indica*) sebagai makanan selingan remaja obesitas (aspek produksi, aspek finansial, analisis SWOT, dan respon pembeli).

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Menganalisis inovasi usaha snack bar substitusi tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza Sativa L. Indica*) sebagai makanan selingan remaja obesitas (aspek produksi, aspek finansial, analisis SWOT, dan respon pembeli).

### 2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis aspek produksi (label, kemasan dan pemasaran) inovasi usaha snack bar substitusi tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza Sativa L. Indica*) sebagai makanan selingan remaja obesitas.
- b. Menganalisis aspek finansial (perhitungan biaya dan keberhasilan usaha) inovasi snack bar substitusi tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza Sativa L. Indica*) sebagai makanan selingan remaja obesitas.
- c. Menganalisis aspek SWOT inovasi usaha snack bar substitusi tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza Sativa L. Indica*) sebagai makanan selingan remaja obesitas.
- d. Menganalisis respon pembeli (tingkat kesukaan dan kepuasan) snack bar substitusi tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza Sativa L. Indica*) sebagai makanan selingan remaja obesitas.

## **D. Manfaat Penelitian**

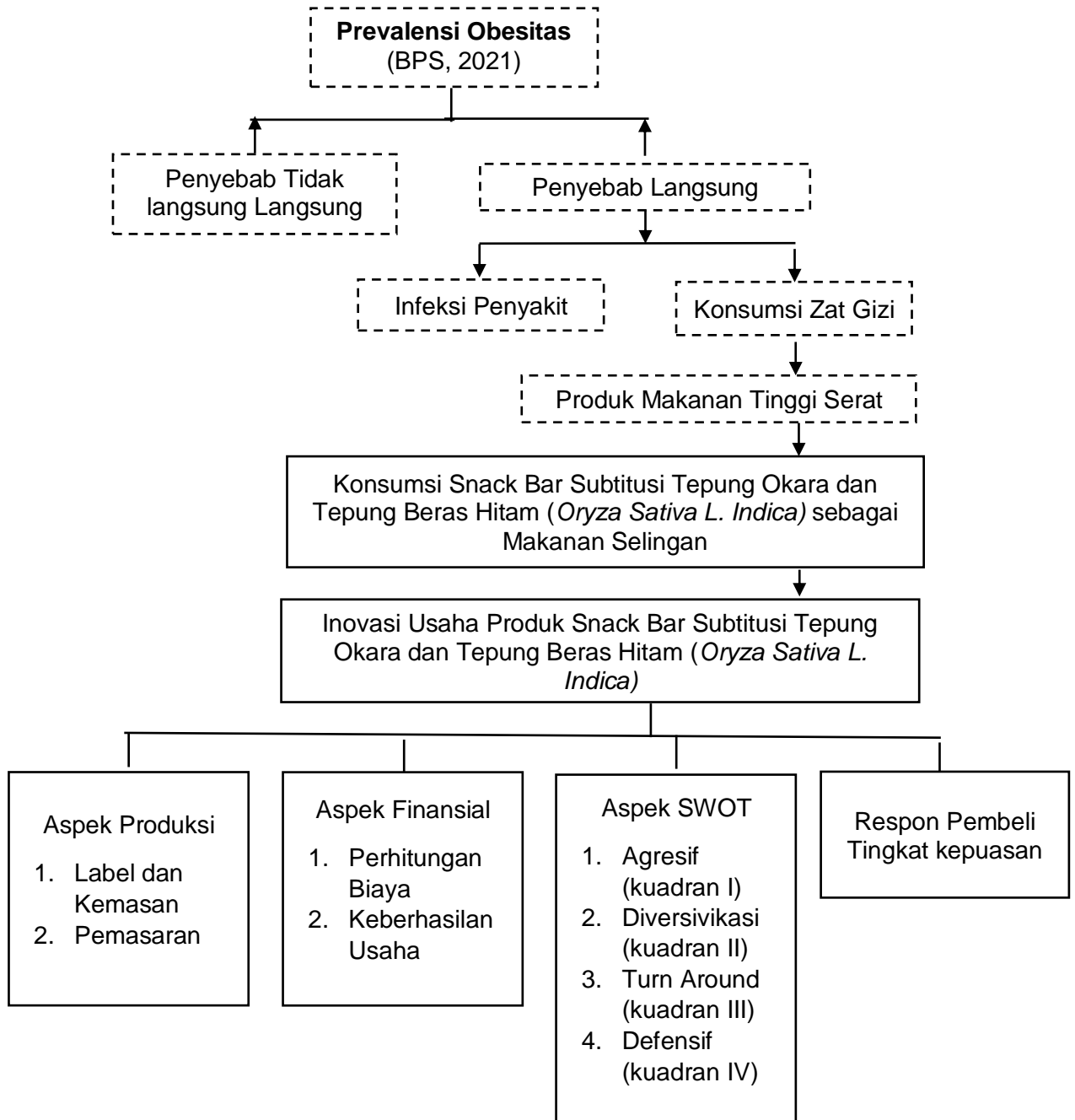
### 1. Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menjadi referensi tentang inovasi usaha tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza Sativa L. Indica*) sebagai bahan substitusi snack bar makanan selingan remaja obesitas.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat dalam penanggulangan obesitas dengan pemberian snack bar substitusi tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza Sativa L. Indica*) sebagai makanan selingan remaja obesitas.

## E. Kerangka Konsep



= Variabel yang diteliti

= Variabel yang tidak diteliti