

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hasil penelitian Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) menunjukkan banyak masyarakat Indonesia belum mencukupi konsumsi buah-buahan dan sayuran. Hal ini dibuktikan dengan hasil data Riskesdas tingkat Nasional Tahun 2018, bahwa 95,5% penduduk Indonesia dengan umur >5 tahun kurang mengonsumsi buah dan sayur, angka ini naik 2% dari data Riskesdas tahun 2013 yaitu sebesar 93,5% (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Sebagian masyarakat yang memiliki kesibukan cenderung mengonsumsi makanan cepat saji. Hal ini menyebabkan terjadinya pergeseran pola makan masyarakat dari tinggi karbohidrat, rendah lemak, dan tinggi serat ke pola makan tinggi lemak dan rendah serat. Kurang mengonsumsi serat dapat menimbulkan terjadinya berbagai penyakit seperti kardiovaskuler, obesitas, kanker kolon, diabetes, penyakit kronis dan gangguan fungsi gastrointestinal seperti konstipasi (Santoso, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Haryanto (2012), didapatkan hasil bahwa rata-rata serat yang dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia, khususnya anak-anak di Pulau Jawa setiap harinya hanya sebanyak 5,7 – 6,02 gram. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi serat masyarakat Indonesia masih tergolong dalam kategori kurang apabila dibandingkan dengan anjuran kebutuhan serat harian menurut Peraturan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) dalam Angka Kecukupan Gizi (AKG) sebesar 28-37 gram/hari untuk laki-laki dan untuk perempuan sebanyak 27-32 gram/hari. Anjuran *World Health Organization* (WHO) dalam mengonsumsi serat harian yaitu sebanyak 25-30 gram (Almatsier, 2009).

Serat pangan didapatkan dari mengonsumsi bahan pangan seperti sayuran, buah-buahan dan kacang-kacangan. Salah satu produk bahan pangan, khususnya biji-bijian yang mengandung serat adalah kacang merah. Kacang merah memiliki kandungan serat yang cukup tinggi dibandingkan dengan serat yang terkandung dalam gandum, beras, jagung dan sorgum (Astawan, 2009). Selain mengandung serat, kacang merah memiliki kandungan zat gizi seperti protein, karbohidrat kompleks, vitamin B, kalsium, fosfor dan zat besi, kandungan zat gizi yang terdapat

dalam kacang merah memiliki berbagai macam manfaat bagi tubuh yaitu mengurangi risiko terjadinya komplikasi pada penyakit jantung dan diabetes, melancarkan sistem pencernaan, membantu pematangan sel eritrosit, mencegah kolesterol LDL, dan menghambat sintesis kolesterol hati (Rukmana, 2009; Putriningtyas dan Wahyuningsih, 2017).

Berdasarkan data Tabel Komposisi Pangan Indonesia (2017) disebutkan bahwa kacang merah mengandung total serat sebanyak 4 gram per 100 gram berat bahan. Menurut USDA (2016) dalam 100 gram berat bahan kacang merah terdapat kandungan serat total sebesar 4 gram. Kacang merah yang diolah menjadi tepung memiliki keunggulan yaitu untuk meningkatkan hasil guna, daya guna dan nilai ekonomi, sehingga tepung kacang merah lebih mudah untuk diproses, diolah dan dicampur dengan tepung atau bahan makanan lain untuk dijadikan olahan makanan (Hanastiti, 2013). Menurut penelitian Chrestella (2020) tepung kacang merah memiliki kandungan serat pangan sebesar 7,90%.

Indonesia mempunyai potensi dan peluang dalam pemanfaatan pengolahan kacang-kacangan menjadi produk pangan lokal yang dapat digunakan sebagai alternatif sumber protein dan serat yang dapat dijangkau oleh masyarakat luas. Potensi pemanfaatan pengolahan produk kacang-kacangan khususnya kacang merah di Indonesia masih belum tergali sepenuhnya (Husaini, 2000).

Salah satu pemanfaatan pengolahan produk makanan yang cukup familier dan banyak diminati dikalangan masyarakat adalah *pancake*. *Pancake* termasuk dalam kategori kue basah karena memiliki karakteristik yang hampir sama dengan beberapa kue basah seperti tekstur lembut dan halus, bentuk bulat dan tebal, serta memiliki cita rasa yang gurih dan manis (Ramadhani, 2016). Data dari BPS (2021) menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi kue basah perkapita seminggu di daerah pedesaan dan perkotaan Indonesia pada tahun 2018 sampai dengan 2020 yaitu 1.431, 1.512 dan 1.480 unit/kapita/minggu. Rata-rata tersebut tergolong dalam kondisi stabil dan jumlah yang tinggi dibandingkan dengan data pada tahun 2013 dan 2014 sebesar 687 dan 695 unit/kapita/minggu (Kementan RI, 2017).

*Pancake* terbuat dari telur, tepung terigu, susu dan margarin, yang kemudian dilakukan proses pengadukan hingga semua bahan teremulsi. Setelah

semua bahan teremulsi dilakukan proses pengolahan diatas *pan* menggunakan teknik pemanggangan (Dameswary, 2011). Menurut penelitian Hermiati dan Firdausni (2016) bahan dasar *pancake* yaitu tepung terigu dapat disubstitusi maksimal sebanyak 50% dengan bahan lain agar tetap menghasilkan *pancake* yang lembut dan tidak kaku.

Penambahan bubuk cokelat dapat memberikan variasi dalam segi aroma, rasa dan warna pada produk *pancake*, sehingga variasi tersebut dapat menjadikan inovasi yang baru dalam pembuatan *pancake*. Bubuk cokelat memiliki kandungan senyawa polifenol yang cukup tinggi, seperti flavonoid yang berperan untuk melancarkan aliran pada peredaran darah, mengontrol radikal bebas yang menjadi penyebab penyakit kanker, menurunkan tekanan darah, dan sebagai anti-inflamasi. Selain mengandung senyawa yang berguna untuk kesehatan, penambahan bubuk cokelat dapat meningkatkan kandungan gizi, seperti karbohidrat, protein, lemak, energi, fosfor, kalsium, besi, berbagai macam vitamin dan serat (Susanti, 2012; Ariyanti dan Wahyuni, 2019).

Bubuk cokelat memiliki kandungan serat pangan yang tinggi, dalam 100 gram berat bahan bubuk cokelat mengandung serat pangan sebanyak 29,62 gram, hal ini tidak jauh berbeda dengan data pada Tabel Komposisi Pangan Indonesia yang menyebutkan bahwa kandungan serat pangan pada bubuk cokelat sebesar 32,6 gram dalam 100 gram berat bahan (Mulato, 2014; Kemenkes RI, 2017).

Menurut Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2022 tentang Pengawasan Klaim pada Label dan Iklan Pangan Olahan yang mengatur mengenai pangan olahan yang mencantumkan adanya klaim fungsi zat gizi, paling sedikit harus mencukupi persyaratan klaim “sumber”, yang mana klaim pada serat suatu produk olahan harus memenuhi persyaratan klaim “sumber” yaitu sebanyak 3 gram serat per 100 gram berat produk dalam bentuk produk olahan padat.

Berdasarkan uraian diatas dilakukan inovasi dalam pembuatan produk makanan alternatif sumber serat berupa *pancake* dengan substitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat.

## 1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana karakteristik *pancake* yang dibuat dengan substitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat sebagai alternatif makanan sumber serat?
2. Apakah *pancake* dengan substitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat dapat dikategorikan sebagai alternatif makanan sumber serat?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengkaji pembuatan *pancake* dengan substitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat sebagai alternatif makanan sumber serat.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui pengaruh substitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat terhadap kadar serat *pancake*.
2. Menentukan klaim kandungan serat pangan *pancake* substitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat berdasarkan klaim kandungan zat gizi menurut Peraturan BPOM RI No. 1 Tahun 2022.
3. Menganalisis uji organoleptik pada *pancake* dengan substitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat pada masing-masing perlakuan.
4. Menentukan perlakuan terbaik *pancake* yang disubstitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat.
5. Menganalisis komposisi gizi *pancake* tepung kacang merah dan bubuk cokelat perlakuan terbaik.
6. Membandingkan mutu produk *pancake* dengan SNI kue basah (SNI 01-4309-1996).
7. Membuat informasi nilai gizi *pancake* substitusi tepung kacang merah dan bubuk cokelat.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1.4.1 Bagi peneliti

Penelitian ini sangat bermanfaat untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang pengembangan produk pangan fungsional terutama tepung kacang merah dan bubuk cokelat khususnya pada produk olahan pangan *pancake*.

### 1.4.2 Bagi institusi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau bahan bacaan bagi peneliti selanjutnya.

### 1.4.3 Bagi masyarakat

Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi pada masyarakat tentang pemanfaatan tepung kacang merah dan bubuk cokelat sebagai produk olahan pangan.