

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia bertahan hidup memerlukan nutrisi yang harus dikonsumsi secara berkala, konsumsi pangan merupakan konsumsi yang penting untuk mempertahankan hidup manusia. Pangan dapat didapatkan dari sumber hayati maupun air, baik yang sudah diolah atau yang belum diolah. Definisi pangan menurut standarisasi pemerintah adalah sesuatu yang bersumber dari hayati atau air, baik yang sudah diolah maupun belum diolah yang ditujukan untuk konsumsi manusia baik sebagai makanan atau minuman. Bahan baku pangan dapat diolah dengan penambahan zat lain untuk dijadikan makanan dan minuman yang siap dikonsumsi oleh manusia. (Effendi, 2012)

Komoditi pangan mempunyai pelbagai macam jenis, diantaranya adalah kedelai. Kedelai menjadi salah satu komoditi utama pangan setelah jagung dan padi (Maya, 2017). Kedelai mempunyai kandungan yang bermanfaat untuk dikonsumsi, yaitu sebagai sumber protein nabati bagi masyarakat Indonesia. Kebutuhan konsumsi kedelai dalam negeri Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya. Hal ini dikarenakan kegemaran masyarakat mengkonsumsi kedelai sebagai pemenuhan asupan protein nabati. Kedelai yang utuh mempunyai kandungan protein nabati tinggi, yaitu berkisar antara 35 – 38 %. Hal ini menjadikan kedelai diminati masyarakat Indonesia, selain harganya ekonomis. Produk olahan kedelai yang terkenal diantaranya adalah tempe dan tahu (Adisarwanto, 2005).

Zat protein merupakan zat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia, fungsi protein sebagai zat yang membangun tubuh, selain itu protein juga sebagai bahan bakar metabolisme tubuh manusia. (Eka Fitri dan Isworo, 2014). Potensi protein kedelai sangat berguna untuk kesehatan, terutama untuk penderita obesitas, diabetes, penyakit kardiovaskuler, osteoporosis, antioksidan, imunitas, dan alergi (Winarsi, 2010). Kedelai termasuk kedalam kategori kacang lokal yang dapat dijadikan sebagai menu pangan dalam keadaan darurat. Kedelai dapat mencukupi kebutuhan energi dan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam keadaan tidak

terdapat pangan umum seperti padi dan jagung (IOM, 1995). Maka dari itu diperlukan solusi yang tepat dengan memanfaatkan potensi protein dalam kedelai dengan pembuatan olahan produk.

Pemilihan kedelai sebagai sumber pangan oleh masyarakat Indonesia dikarenakan kedelai kaya protein nabati dan memiliki harga yang relatif terjangkau, sehingga hal ini menjadikan kedelai diminati oleh masyarakat. (Eka Fitri dan Isworo, 2014) Kedelai sebagai bahan baku dapat diolah dengan pelbagai macam cara, diantaranya adalah fermentasi, non fermentasi dan fortifikasi. Hasil olahan kedelai dengan cara fermentasi diantara adalah kecap dan tempe. Hasil olahan kedelai dengan cara non fermentasi diantaranya adalah susu kedelai dan tahu. Cara olahan menggunakan metode fortifikasi adalah dalam bentuk tepung yang dapat dijadikan berbagai macam produk seperti campuran kue atau puding (Bursens, dkk dalam Krisnawati, 2017). Mengolah kedelai menjadi bahan tepung bertujuan untuk menjadikan kedelai dapat diolah kedalam pelbagai bentuk olahan makanan yang lebih luas, karena tepung merupakan bahan baku berbagai macam produk. cara menghasilkan tepung kedelai adalah dengan menghaluskan kedelai sampai berbentuk tepung. Saat ini, penggunaan tepung kedelai dalam olahan makanan jarang dilakukan. Penelitian ini meneliti tentang penggunaan tepung kedelai dalam campuran olahan makanan. Penelitian ini menggunakan kedelai jenis lokal.

Pada saat ini, warga Indonesia sudah menyadari pentingnya mengkonsumsi makanan yang bergizi dalam kehidupan sehari-hari. Masyarakat memilih untuk mengkonsumsi pangan yang dapat memberikan kontribusi kesehatan bagi tubuh, hal ini dikenal dengan pangan fungsional. Puding adalah salah satu hidangan penutup (*dessert*) yang sangat digemari oleh warga Indonesia. Puding itu terbagi menjadi 2 macam berdasarkan cara penyajiannya yaitu dapat disajikan pada saat dingin ataupun panas (Komariah, 2008). Sejalan dengan pernyataan Komariah dalam Badan Pengawas Obat dan Makanan (2018) yang menyebutkan bahwa puding adalah jenis makanan yang dihidangkan atau dikonsumsi setelah mengkonsumsi makanan utama, puding dijadikan masyarakat sebagai makanan penutup. Masyarakat Indonesia menggemari produk puding. Hal

ini dapat diketahui melalui rata rata konsumsi harian puding yang mencapai 70g/orang/hari.

Menurut Nurani (2010), komposisi puding dapat terdiri atas susu, telur, air dan pelbagai bahan lainnya yang menyesuaikan rasa yang diinginkan. Produk *dessert* sangat digemari oleh berbagai usia khususnya kalangan anak muda. Seiring berkembangnya produk puding di Indonesia, puding tidak lagi hanya dimakan sebagai makanan penutup saja tetapi juga dapat dikonsumsi sebagai makanan selingan (snack). Karakteristik yang dimiliki oleh puding diantaranya adalah tekstur yang lembut, kenyal dan mudah hancur dimulut, adapun aroma yang ditimbulkan oleh puding biasanya cenderung kuat sesuai dengan bahan yang ditambahkan kedalam puding. Puding baik untuk disimpan pada suhu dingin 5-8⁰C.

Berdasarkan yang telah disebutkan bahwa kandungan gizi pada tepung kedelai sangat tinggi, maka tepung ini dapat dijadikan bahan pembuatan puding. Puding komersial hanya mengandung 2,26 gram protein (pada puding tapioka) . Bila menggunakan tepung kedelai, diharapkan puding yang dihasilkan mengandung lebih tinggi protein.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang terdapat pada latar belakang tersebut, rumusan masalah pada penelitian ini diantaranya adalah :

- a. Bagaimana pengaruh penambahan tepung kedelai terhadap peningkatan kandungan protein pada pembuatan puding?
- b. Bagaimana pengaruh penambahan tepung kedelai terhadap perubahan organoleptik (rasa, warna, aroma dan tekstur) yang terdiri dari uji hedonik dan mutu hedonik pada pembuatan puding?
- c. Berapa % penambahan tepung kedelai pada pembuatan puding agar mendapatkan formula terbaik?
- d. Bagaimana kandungan gizi sesuai dengan pada puding dengan penambahan tepung kedelai?

- e. Berapa takaran saji dan informasi nilai gizi puding dengan penambahan tepung kedelai?

1.3 Tujuan Penelitian

A. Tujuan Umum

- 1) Mengetahui karakteristik dan kandungan gizi pada puding dengan penambahan tepung kedelai.

B. Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis peningkatan kandungan protein pada produk puding dengan penambahan tepung kedelai.
- 2) Mengkaji organoleptik puding dengan penambahan tepung kedelai.
- 3) Menentukan formula terbaik puding dengan penambahan tepung kedelai.
- 4) Mengetahui kandungan gizi produk puding dengan penambahan tepung kedelai.
- 5) Memberikan penentuan pada takaran saji serta informasi nilai gizi produk puding dengan penambahan tepung kedelai.

1.4 Manfaat Penelitian

A. Manfaat Bagi Peneliti

- 1) Mempelajari lebih mendalam tentang pemanfaatan tepung kedelai dalam pembuatan puding.
- 2) Menemukan produk-produk baru dalam pengembangan puding dari substitusi tepung kedelai
- 3) Memberikan pengetahuan mengenai olahan tepung kedelai dalam bentuk puding.

B. Manfaat Bagi Institusi Kesehatan

Menjadi salah satu referensi olahan makanan berbetukpuding yang mempunyai kandungan protein nabati tinggi, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai salah satu produk pangan fungsional.

C. Manfaat Bagi Ahli Gizi

Sebagai tambahan informasi ketika membuat makanan sehat yang berbahan dasar kedelai sebagai makanan selingan sumber protein cukup.

D. Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi masyarakat dalam memilihbahan baku makanan serta isnpirasi untuk membuat olahan tepung kedelai menjadi produk makanan jadi. Kandungan protein yang tinggi dapat bermanfaat bagi penderita osteoporosis dan masyarakat pada umumnya serta digunakan sebagai pengetahuan terkait manfaat dari tepung kedelai