

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit degeneratif merupakan penyakit tidak menular yang peningkatannya sangat cepat. Angka kematian penyakit tidak menular mengalami peningkatan sebesar 41,70% pada tahun 1995 menjadi 59,50% pada tahun 2007. Prevalensi faktor resiko penyakit tidak menular yang paling besar yaitu akibat kurangnya mengonsumsi buah dan sayur sebesar 93,60%, akibat kurang aktivitas fisik sebesar 48,20%, dan akibat merokok sebesar 23,70% (Riskesdas, 2007).

Penyakit degeneratif lebih banyak diderita oleh masyarakat perkotaan dibandingkan dengan masyarakat pedesaan. Era globalisasi dapat membawa dampak terhadap perkembangan zaman dan teknologi yang pesat sehingga dapat menciptakan suasana yang konsumeristik dan menghasilkan *trend* yang baru. Perubahan gaya hidup di kalangan masyarakat inilah yang mendasari perubahan pola makan. Gaya hidup masyarakat masa kini adalah gemar mengonsumsi makanan yang siap saji yang biasa dikenal dengan istilah *fast food*. Gaya hidup masyarakat di kota yang serba praktis memungkinkan masyarakat modern sulit untuk menghindari dari *fast food*. Di Indonesia, di kota-kota besar dengan adanya perubahan gaya hidup yang menjurus ke *sedentari* dan *westernisasi* (gaya hidup malas), berakibat pada perubahan pola konsumsi masyarakat yang merujuk pada pola makan tinggi kalori, tinggi kolesterol dan lemak terutama terhadap makanan siap saji (Zametkin et al, 2004).

Makanan *fast food* mempunyai daya pikat, cepat dan praktis dalam penyajian, terjangkau dan menggugah selera. *Fast food* merupakan makanan tinggi kalori, lemak, natrium dan rendah serat (Devi, 2010). Sekitar 69% masyarakat kota di Indonesia mengonsumsi *fast food* yaitu sebesar 33% menjadikan makan siang sebagai waktu yang tepat untuk makan di restoran *fast food*, 25% untuk makan malam, 9% sebagai makanan selingan dan 2% memilih untuk makan pagi. Hal tersebut akan semakin berkembang sesuai

dengan meningkatnya tingkat konsumsi makanan *fast food* di Indonesia (Nilsen, 2008).

Semakin tinggi sosial ekonomi seseorang maka semakin tinggi pula konsumsi makanan tinggi protein, lemak dan gula. Di daerah perkotaan makanan siap saji merupakan makanan alternatif, salah satu makanan alternatif yang disukai masyarakat selain sosis, burger, baso yaitu *snack bar*. *Snack bar* merupakan makanan selingan yang berbentuk seperti batang dan padat yang mempunyai kecukupan kalori, protein, lemak dan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh (Widjanarko, 2008). *Snack bar* adalah makanan padat yang terbuat dari bahan dasar tepung dengan tambahan bahan yang lain melalui proses *baking*. (Darniadi, 2012). *Snack bar* dapat dibuat dengan berbagai macam bahan sehingga dapat digunakan sebagai salah satu produk diversifikasi konsumsi pangan. Definisi konsumsi pangan yang telah ditetapkan dalam Peraturan Pemerintah Nomor 68 Tahun 2002 tentang Ketahanan Pangan adalah upaya peningkatan konsumsi aneka ragam pangan dengan prinsip gizi seimbang.

Ubi jalar merupakan salah satu bahan pangan dalam rangka program diversifikasi pangan. Ubi jalar merupakan sumber karbohidrat setelah padi dan jagung. Tingkat konsumsinya menurun dari tahun ke tahun. Sekitar 87,4% produksi ubi jalar digunakan untuk bahan pangan akan tetapi terbatas pada bentuk pangan tradisional sehingga tingkat konsumsinya cenderung stabil. Oleh karena itu, perlu dilakukan adanya upaya diversifikasi olahan ubi jalar menjadi berbagai produk pangan, tidak hanya diolah dalam bentuk segar (ubi rebus, ubi goreng) namun juga dalam bentuk olahan jadi (keripik, dodol, tepung ubi jalar). Hasil olahan tersebut diharapkan memiliki bentuk dan warna yang menarik, aroma dan rasa yang enak serta tekstur yang baik (Hasyim dan Yusuf, 2007).

Ubi cilembu merupakan salah satu jenis umbi yang menjadi sumber serat pangan sebesar 3 gram per 100 gram dan memiliki ciri khas seperti daging ubi berwarna kuning dan rasa sangat manis (Onggo, 2006). Ubi Cilembu memiliki kadar gula yang lebih tinggi dibandingkan ubi jalar lainnya,

sehingga ubi cilembu banyak digemari oleh masyarakat karena memiliki rasa yang sangat manis (Hidayat dkk, 2007). Berdasarkan studi pendahuluan, hasil panen dari petani cilembu kurang dari 50% tidak memenuhi kualitas ekspor dari hasil panen dan sisanya masih belum dimanfaatkan. Sehingga masih terbatasnya pemanfaatan terhadap ubi cilembu sebagai olahan bahan pangan. (Mahmudatussa'adah, 2014).

Perhimpunan Kardiologi Indonesia (PERKI) menyarankan 25-30 g/hari untuk kesehatan jantung dan pembuluh darah, FDA menyarankan *Total Dietary Fiber* (TDF) 25 gram/ 2000 kkal atau 30 gram/2500 kkal, dan *American Academy of Pediatrics* menyarankan kebutuhan TDF sehari untuk anak yaitu jumlah usia (tahun) ditambah dengan 5 gram. Dari data tersebut terdapat kesepakatan umum bahwa konsumsi serat orang dewasa adalah 35 gram/hari sedangkan rata-rata konsumsi serat pangan masyarakat Indonesia adalah 10,5 g/hari. Angka ini menunjukkan bahwa penduduk Indonesia baru memenuhi kebutuhan seratnya sekitar 1/3 dari kebutuhan ideal sebesar 30 g/hari (Astawan, 2008).

Salah satu bahan pangan yang memiliki kandungan tinggi serat yaitu bekatul jagung sebesar 8,89 gram per 100 gram. Bekatul jagung merupakan hasil samping yang diperoleh dari jagung yang berbentuk serbuk halus dari proses penggilingan jagung menjadi beras jagung. Bekatul dinilai kurang bermanfaat karena merupakan limbah dalam proses pengolahan gabah, selain itu jumlahnya cukup berlimpah di masyarakat, nilai jual yang murah namun bernilai gizi tinggi sehingga perlu dimanfaatkan sebagai suatu produk yang dapat memungkinkan mengatasi masalah kesehatan. Berdasarkan studi menunjukkan bahwa suplemen diet rendah lemak dengan bekatul jagung efektif dalam mengurangi konsentrasi serum lipid untuk pria dengan hiperkolesterolemia (Shane dan Walker, 1995).

Berdasarkan uraian diatas, *snack bar* tepung ubi cilembu dengan penambahan bekatul jagung dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif makanan selingan tinggi serat. Produk *snack bar* ini diharapkan dapat diterima

oleh masyarakat serta dapat memenuhi kebutuhan gizi perhari sebagai makanan selingan.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana kandungan serat pada *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung sebagai alternatif makanan selingan tinggi serat?
2. Bagaimana sifat organoleptik (rasa, warna, aroma dan tekstur) yang terdiri dari uji hedonik dan uji mutu hedonik pada *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung?
3. Bagaimana sifat fisik (kekerasan) pada *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung?
4. Berapa proporsi dari tepung ubi cilembu dan bekatul jagung pada *snack bar* yang paling disukai oleh panelis?
5. Bagaimana komposisi gizi dan perbandingan mutu *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung dengan standart mutu USDA?
6. Berapa ukuran pemorsian *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung yang sesuai dengan kebutuhan serat?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui karakteristik dan kandungan serat pada *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung sebagai alternatif makanan selingan tinggi serat.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis kadar serat pada *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung sebagai alternatif makanan selingan tinggi serat.
2. Menganalisis sifat fisik (kekerasan) pada *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung.
3. Menganalisis sifat organoleptik (rasa, warna, aroma dan tekstur) yang terdiri dari uji hedonik dan uji mutu hedonik pada *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung.

4. Mengetahui hasil perlakuan terbaik dengan indeks efektifitas pada *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung.
5. Mengetahui komposisi gizi dan membandingkan mutu *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung dengan standar mutu USDA.
6. Menentukan ukuran permosian *snack bar* tepung ubi cilembu dan bekatul jagung yang sesuai dengan kebutuhan serat.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi tentang pemanfaatan sumber daya pangan lokal yang di nilai sebelah mata untuk kalangan masyarakat.

1.4.2 Bagi Program Studi Gizi Klinik

1. Sebagai tambahan informasi ilmiah sebagai referensi tentang ubi cilembu dan bekatul jagung sebagai alternatif makanan tinggi serat (pangan fungsional).
2. Untuk bahan bacaan di perpustakaan sehingga dapat dibaca oleh semua mahasiswa dan mahasiswi gizi klinik Politeknik Negeri Jember, yang mungkin akan melakukan penelitian selanjutnya.

1.4.3 Bagi Peneliti

Memberikan informasi baru tentang pengembangan produk makanan fungsional yang bernilai gizi yang dapat digunakan sebagai salah satu makanan selingan tinggi serat.

1.4.4 Bagi Peneliti Lain

Sebagai tambahan informasi bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti penelitian yang sejenis.