

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Anak usia sekolah dasar adalah anak yang mulai mengenal hal yang baru di sekolah, terutama mendapatkan pengetahuan untuk keberhasilan menyesuaikan diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu. Usia anak sekolah dasar dimulai dari umur 6 sampai 12 tahun (Yusuf, 2011). Anak – anak ingin mengenal hal-hal yang baru terutama dalam jajanan sekolah, mereka suka mengkonsumsi makanan yang menarik dari segi warna, tekstur, aroma dan rasa. Anak usia sekolah dasar menyukai makanan ringan dibandingkan makanan utama, makanan ringan seperti sosis, agar- agar, mie, batagor, cilok, kripik, minuman yang mengandung soda dan minuman berwarna (Sutiari, dkk., 2010). Kandungan gizi dari jajanan yang mereka konsumsi perlu adanya perhatian khusus.

BPOM RI (2014) menunjukkan bahwa prevalensi jajanan anak sekolah yang tidak memenuhi syarat pada tahun 2011 yaitu 35,46% pada tahun 2012 mengalami penurunan sebesar 23,89% pada tahun 2013 juga mengalami penurunan sebesar 19,21% dan pada tahun 2014 mengalami peningkatan sebesar 23,82%. Dampak dari jajanan anak sekolah yang tidak sehat dapat menyebabkan timbulnya risiko bagi kesehatan dan kurangnya nutrisi. Pertumbuhan anak usia sekolah yang baik tergantung dari makanan yang dikonsumsi dengan kandungan gizi yang baik secara kualitas dan kuantitas.

Anak usia sekolah dasar mengalami pertumbuhan yang sangat cepat, sehingga memerlukan asupan gizi dari makanan yang seimbang dan beranekaragam jenis makanan yang dikonsumsi, salah satunya dari makanan ringan (Anggraeni, 2012). Makanan ringan menyumbang 10-15% dari kebutuhan gizi seperti energi, protein, lemak dan karbohidrat dalam sehari. Kebutuhan gizi yang dibutuhkan anak salah satunya yaitu protein, karena untuk pertumbuhan anak seperti fisik, mental, emosional, melindungi jaringan dari perubahan komposisi tubuh dan pembentukan jaringan baru. Anak yang kebutuhan proteininya tidak tercukupi dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan

KEP yaitu Kekurangan Energi dan Protein (Yandi, 2016). Angka Kecukupan Gizi (AKG) untuk anak usia 4-6 tahun membutuhkan protein 35 gram, usia 7- 9 tahun membutuhkan protein 49 gram, anak laki - laki usia 10-12 tahun membutuhkan protein 56 gram dan untuk anak perempuan 10-12 tahun membutuhkan protein 60 gram (KEMENKES RI , 2013).

Protein merupakan bagian terbesar tubuh setelah air, karena sebelim tubuh adalah protein. Protein tersebar di dalam otot, kulit, tulang rawan, jaringan lain dan cairan tubuh. Protein memiliki fungsi khas yaitu membangun dan memelihara sel-sel dan jaringan dalam tubuh yang luka (Almatsier, 2009). Sumber protein di dalam makanan dapat dibedakan dua yaitu protein hewani seperti daging, ikan, telur, susu sapi dan protein nabati seperti tempe, tahu dan kacang-kacangan.

Produksi es krim mencapai 47 juta liter per tahun, setiap tahunnya mengalami kenaikan sekitar 5-10 di Indonesia (MIX, 2012). Es krim merupakan produk pangan yang dibekukan dengan proses pembekuan dan agitasi pada bahan-bahan seperti susu dan produk susu, pemanis, penstabil, pengemulsi dan penambah citarasa. Es krim dapat dikonsumsi sebagai makanan penutup atau makanan camilan (Aliyah, 2010).

Pada umumnya dalam 100 gram es krim mengandung 210 kkal energi, protein 4.0 gram, lemak 12.5 gram dan karbohidrat 20.6 gram (TKPI, 2018). Produk es krim pada umumnya mengandung lemaknya yang tinggi dan mengandung sedikit protein. Modifikasi bahan perlu dilakukan dalam pembuatan es krim dengan menambahkan bahan tinggi protein, protein dapat dikatakan tinggi yaitu 21 gram dalam 100 gram pada es krim, dan untuk meningkatkan kandungan protein pada es krim perlu dimodifikasi dari protein nabati seperti kacang tanah (Chan, 2008).

Kacang tanah memiliki kandungan gizi yaitu protein sebanyak 27,9 gram / 100 gram, karbohidrat, lesitin, kolin, B1, B2, asam nikotinat, vitamin E, vitamin K, dan mineral yang terdiri dari kalsium, kalium, klorida, ferro, fosfor, magnesium dan sulfur. Kacang tanah juga mengandung asam amino tinggi, arginin yang dapat merangsang tubuh untuk dalam memproduksi nitrogen monoksida berfungsi untuk melawan bakteri tuberculosis (Vyan, 2009). Kacang

tanah mengandung protein jauh lebih tinggi yaitu 27,9 gram/ 100 gram sedangkan kandungan protein daging sapi yaitu 19,6 gram / 100 gram, telur ayam kandungan proteinnya 12,4 gram/ 100 gram dan kacang hijau kandungan proteinnya dalam / 100 gram yaitu 22,9 gram (TKTP, 2018).

Peneliti memilih kacang tanah karena pada umumnya kacang tanah diolah menjadi produk kacang oven dan kue kacang. Kandungan protein kacang tanah mudah terdenaturasi terutama pada suhu 55^0C - 75^0C , sedangkan pada suhu pengovenan lebih 150^0C , untuk kandungan protein kacang tanah terdenaturasi. Cara untuk mempertahankan kandungan protein pada kacang tanah yaitu dengan membuat produk es krim dan mengolah kacang tanah menjadi sari kacang tanah dengan suhu pasteurisasi 55^0C - 75^0C . Es krim pada umumnya hanya mengandung protein sedikit, sehingga memodifikasi es krim sari kacang tanah yang dapat meningkatkan kandungan proteinnya.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana kandungan gizi protein, total padatan, *overrun*, resistensi peleahan, uji organoleptik, perlakuan terbaik, komposisi zat gizi dan informasi nilai gizi es krim sari kacang tanah ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui kandungan gizi terutama protein dan karakteristik pada es krim sari kacang tanah untuk anak usia 6-12 tahun.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui kandungan protein, total padatan, *overrun* dan resistensi peleahan pada es krim sari kacang tanah.
2. Mengetahui nilai organoleptik yang terdiri dari uji hedonik dan uji mutu hedonik dari es krim sari kacang tanah.
3. Mengetahui perlakuan terbaik pada es krim sari kacang tanah.
4. Mengetahui komposisi zat gizi dari perlakuan terbaik dan dibandingkan dengan SNI

5. Mengetahui informasi nilai gizi dari perlakuan terbaik.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan dalam pelaksanaan penelitian tentang es krim sari kacang tanah sebagai makanan selingan tinggi protein untuk anak usia 6-12 tahun.

1.4.2 Manfaat bagi Masyarakat

1. Diharapkan hasil penelitian dapat memberi informasi tentang manfaat kacang tanah.
2. Dapat mengetahui penggunaan kacang tanah yang dapat menghasilkan es krim yang diterima konsumen, sehingga bisa menjadi sumber referensi bagi produsen es krim.

1.4.3 Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan sebagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian berikutnya.