

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selama tiga abad terakhir terjadi perubahan pola makan dan aktivitas fisik yang sangat cepat diberbagai belahan dunia. Perubahan ini sangat berakibat pada perubahan profil kesehatan masyarakat, seperti terjadinya kecepatan prevalensi penyakit sindrom metabolik dinegara maju maupun negara berkembang. Perubahan pola makan yang sangat menonjol terjadi pada komposisi makanan. Komposisi makanan masyarakat jaman dulu banyak mengandung karbohidrat dan serat, serta mengandung rendah lemak sedangkan pada modern ini makanan banyak mengandung tinggi lemak, kolesterol, gula dan karbohidrat olahan lainnya, tetapi rendah asam lemak tak jenuh ganda dan serat. Perubahan komposisi makanan ini terkait dengan tingginya penghasilan dan banyaknya restoran siap saji yang menyediakan makanan tinggi lemak dan tinggi kalori. Hal ini berdampak terhadap peningkatan prevalensi sindrom metabolik di masyarakat. Data yang diperoleh dari Himpunan Studi Obesitas Indonesia (HISOBI) menunjukkan prevalensi Sindrom Metabolik sebesar 13,13% (Cameron, 2004).

Pada tahun 1950 hingga 1970-an, sejumlah manfaat asupan serat pangan terhadap kesehatan telah dilaporkan. Walaupun serat pangan tidak mengandung zat gizi tetapi serat pangan mempunyai fungsi yang tidak dapat digantikan oleh zat lain dalam perbaikan kondisi fisiologis dan metabolik. Banyak hasil penelitian yang menunjukkan manfaat diet sumber serat pangan bagi individu dengan kondisi klinis tertentu seperti Diabetes Mellitus, hiperkolesterolemia, gangguan saluran pencernaan, dan obesitas (Sunarti, 2017). Kebutuhan konsumsi serat bagi tubuh yaitu sebesar 25 - 30 gram per hari, sedangkan orang Indonesia sebagian besar hanya mengkonsumsi sebesar 10,5 gram per hari (Puslitbang Depkes, 2013). Konsumsi serat yang dianjurkan untuk usia lansia ≥ 60 tahun yaitu sebesar 10 - 13 gram per hari, dan untuk usia dewasa 20 - 40 tahun konsumsi serat yang dianjurkan adalah sebesar 25 - 30 gram per hari, sedangkan bagi anak diatas dua tahun cukup dengan mengkonsumsi serat 5 gram perhari dan ditingkatkan

berdasarkan bertambahnya usia yaitu dengan menambahkan jumlah usianya (American Dietetic Association, 2010).

Serat yang tinggi bisa didapatkan dari kulit pisang yang pemanfaatannya sangat kurang. Diantara jenis buah-buahan lainnya komoditas pisang di Indonesia menduduki tempat pertama, hal ini berdasarkan data Kementerian Pertanian (2014) menunjukkan bahwa volume produksi pisang di Indonesia pada tahun 2013 mencapai 6,28 juta ton. Begitu juga dengan besarnya pemanfaatan buah pisang oleh masyarakat Indonesia sehingga menghasilkan limbah kulit pisang yang besar pula. Dari banyaknya jenis pisang di Indonesia seperti pisang kepok, pisang ambon, pisang tanduk, dan lain-lain, semua kulitnya dapat diolah menjadi tepung, tetapi kulit pisang raja adalah yang terbaik karena memiliki aroma yang harum, struktur serat yang lebih tebal dan memiliki kandungan pati dan kalsium yang cukup tinggi, dan juga kandungan karbohidrat yang lebih rendah (Kahara, 2016). Pemanfaatan limbah kulit pisang salah satunya menjadi tepung, tepung kulit pisang raja mengandung serat pangan sebesar 40,76 % (Aryani, 2018). Kandungan serat yang tinggi pada tepung kulit pisang raja dapat digunakan untuk meningkatkan nilai gizi pada suatu produk yang cocok bagi konsumen yang mencari produk kaya serat. Sehingga tepung kulit pisang raja dapat dijadikan salah satu bahan baku pangan fungsional yang sangat menjanjikan. Pangan fungsional dari olahan tepung bisa diolah menjadi makanan seperti *pancake*, *brownies* dan bolu.

Pancake ialah hidangan yang berasa manis atau gurih dari adonan *batter* yang dipanggang dengan *frying pan* pada kedua sisinya (Lang, 1988: 332). *Pancake* adalah suatu olahan yang banyak diminati, selain rasanya yang enak tampilan *pancake* juga menarik (Harsanti, 2012). Hal ini sejalan dengan data kementerian pariwisata dan ekonomi kreatif tahun 2013 bahwa adanya perkembangan pembukaan usaha restoran dengan inovasi baru yang sangat pesat. Hal tersebut membuktikan bahwa masyarakat sangat tertarik dengan inovasi makanan yang ada. Salah satu dari makanan tersebut adalah *pancake*. Saat ini *pancake* yang dijual dipasaran ataupun yang kita tahu tidak ada kandungan zat gizi tambahan seperti zat gizi mikro yaitu serat. Sehingga perlu adanya

penambahan bahan untuk menambah kandungan serat yang terdapat pada *pancake*. Tepung kulit pisang raja ini dapat menggantikan atau mengurangi jumlah tepung terigu yang biasa dipakai dalam pembuatan *pancake* dan juga merupakan suatu upaya untuk mengurangi ketergantungan terhadap penggunaan tepung terigu yaitu dengan cara mengalihkan penggunaan terigu ke non terigu (Fatkurahman *et al.*, 2012). Selain itu tepung kulit pisang raja juga merupakan bahan baku yang lebih terjangkau dibanding tepung terigu. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti cara pembuatan *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja sebagai makanan fungsional tinggi serat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini,

- a. Bagaimana pengaruh substitusi tepung kulit pisang raja terhadap kadar serat *pancake*?
- b. Bagaimana pengaruh substitusi tepung kulit pisang raja terhadap sifat organoleptik *pancake*?
- c. Bagaimana pengaruh substitusi tepung kulit pisang raja terhadap perlakuan terbaik *pancake*?
- d. Bagaimana kandungan gizi pada perlakuan terbaik *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja?
- e. Bagaimana takaran saji pada perlakuan terbaik *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengembangkan produk makanan fungsional tinggi serat berupa *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis kandungan gizi berupa kadar serat pada pembuatan *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja.
- b. Menganalisis sifat organoleptik *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja.

- c. Mengetahui perlakuan terbaik dari pembuatan *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja.
- d. Menganalisis kandungan gizi berupa karbohidrat, lemak, protein, dan kadar abu pada pembuatan *pancake* berbasis tepung kulit pisang raja.
- e. Mengetahui takaran saji *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi baru tentang pengembangan produk makanan fungsional tinggi serat berupa *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja.

1.4.2 Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wacana baru sebagai makanan fungsional tinggi serat berupa *pancake* substitusi tepung kulit pisang raja.

1.4.3 Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi apabila ingin melakukan penelitian selanjutnya.