

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masyarakat Indonesia mengonsumsi camilan secara teratur. Menurut survei, ngemil sering dianggap sebagai cara bagi orang untuk memberi penghargaan atau mengapresiasi diri sendiri. Mengonsumsi camilan dapat membantu menjaga kesehatan pikiran dan emosi, terutama ketika menghadapi stres kehidupan sehari-hari (Distya Riski Hapsari¹, 2024). Rata-rata pengeluaran makanan bulanan di Indonesia akan mencapai Rp 711.282 pada tahun 2023, menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS). Hal ini menunjukkan bahwa ngemil merupakan masalah besar dalam kebiasaan makan masyarakat Indonesia.

Stik adalah camilan umum di berbagai demografi. Biasanya, stik tradisional adalah kue kering goreng yang dibuat dengan tepung terigu, tapioka, atau sagu, telur, dan air. Dibentuk memanjang, stik menjadi camilan yang lezat. Tekstur renyah dan rasa gurih stik sangat menggugah selera. Mengganti tepung terigu dengan komponen lain yang memiliki nilai gizi lebih tinggi sangat penting karena sebagian besar produk stik yang tersedia secara komersial masih memiliki kandungan gizi yang rendah dan seringkali kaya akan lemak dan energi (Intan Kusumaningrum, 2022). Untuk membuatnya sedikit lebih sehat, Anda dapat membuat stik tersebut menggunakan tepung tempe dan tepung gotu kola (*Centella asiatica*).

Pegagan (*Centella asiatica* (L.) Urban) atau *Hydrocotyle asiatica* L. dari famili Apiaceae yang merupakan bahan pangan lokal. Di Indonesia pegagan banyak dijumpai di daerah seperti Pulau Jawa, Bali, dan Sumatera Utara, khususnya daerah Deli Serdang, Karo, dan Samosir. Indonesia memproduksi pegagan bisa mencapai 100 ton per bulannya, yang sebagian produksinya dihasilkan oleh PT Sido Muncul sebagai salah satu perusahaan jamu terbesar di Indonesia.

Pegagan dikenal dengan nama daerah seperti daun kaki kuda, tapak kuda, dan kuku kuda. Senyawa utama yang diisolasi dari pegagan adalah saponin triterpenoid yang dikenal sebagai centelloids dengan kadar sekitar 1–8% dari total komponen pegagan. Senyawa penting tersebut meliputi asiatikosida, madekasosida, asam asiatika, dan asam madekasik yang memiliki aktivitas farmakologis sebagai antioksidan, neuroprotektif, dan peningkat fungsi kognitif (Larysa Fernenda, Arba Pramundita Ramadhani, 2022).

Komponen bioaktifnya membantu meningkatkan daya ingat dan fungsi kognitif, meredakan kelemahan sistem saraf, diabetes, psikoneurosis, wasir, tekanan darah tinggi, demam, bronkitis, dan kesehatan secara umum. Mereka juga merangsang nafsu makan dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan. Menurut Taufik dan Sevelini (2019), gotu kola mengungguli herbal obat lainnya dalam hal aktivitas antioksidan. Masyarakat umumnya menggunakan gotu kola dalam bentuk rebusan atau ramuan tradisional, meskipun mudah didapatkan. Akibatnya, hidangan populer belum memanfaatkan nilai gizinya secara maksimal.

Kedelai difermentasi dengan jamur *Rhizopus oligosporus* untuk membuat tempe, hidangan klasik Indonesia. Selera banyak orang telah beralih ke tempe karena harganya yang murah, kandungan protein yang tinggi, dan kualitas fungsional yang bermanfaat. Di Amerika Serikat, konsumsi tempe tahunan telah mencapai 7,44 kg per orang. Tempe merupakan sumber asam folat dan protein yang baik, dua nutrisi penting yang bermanfaat bagi perkembangan sistem saraf bayi dan mengurangi risiko kelainan bawaan lahir. Selain itu, mereka yang menderita kekurangan gizi dapat memperoleh manfaat dari kandungan nutrisinya, yang membantu meningkatkan status gizi dan berat badan mereka. Dua puluh gram protein, delapan setengah gram lemak, tiga belas setengah gram karbohidrat, dan sejumlah mikronutrien lainnya semuanya terkandung dalam seratus gram tempeh (Holinesti1 dan Rizkhi, 2022).

Karena kandungan airnya yang tinggi dan perkembangan jamur yang terus menerus, tempeh memiliki umur simpan yang sangat terbatas, yang merupakan masalah utama. Dalam keadaan ini, produksi amonia dan penguraian

protein dimulai, yang menimbulkan bau busuk. Oleh karena itu, tempeh dapat digiling menjadi tepung sebagai metode alternatif agar lebih tahan lama dan lebih bermanfaat (Astawan, Wresdiyati, dan Ichsan, 2020). Warna cokelat muda, butiran yang sangat halus, dan aroma tempeh yang khas adalah ciri khas tepung tempeh (Madani dkk., 2023). Menurut Dian Larasati (2024), 100 gram tepung tempe mengandung banyak nutrisi sehat, seperti 48,0 g protein, 24,7 g lemak, 13,5 g karbohidrat, dan 2,5 g serat. Berbagai macam makanan olahan, seperti stik, dapat dibuat dengan menggunakan tepung tempe sebagai bahan.

Dimungkinkan untuk membuat camilan dengan nilai gizi yang lebih tinggi dengan menggabungkan tepung tempe dengan tepung gotu kola, sesuai dengan kandungan nutrisinya. Khusus untuk anak-anak usia sekolah, kandungan protein tinggi pada tepung tempe dapat membantu memenuhi kebutuhan protein harian mereka sekaligus membantu perbaikan dan pemeliharaan jaringan. Antioksidan dan zat bioaktif gotu kola menjadikannya alat yang bermanfaat untuk melindungi sel-sel otak dari kerusakan dan menjaga kinerja kognitif yang optimal. Akibatnya, produk stik ini dapat diubah menjadi camilan kering fungsional yang lebih menarik bagi anak-anak usia sekolah dan remaja, menawarkan alternatif yang lebih sehat daripada stik tradisional melalui kandungan protein dan antioksidannya yang lebih tinggi.

Selain rasa yang lebih menarik, camilan yang dibuat dengan tepung tempe dan tepung gotu kola seharusnya memiliki kandungan antioksidan yang lebih tinggi dan nilai gizi yang lebih baik. Penambahan bahan lain dapat mengubah warna, aroma, rasa, dan tekstur makanan, yang pada gilirannya dapat memengaruhi respons konsumen. Konsumen dapat menolak produk yang sehat jika rasanya tidak sesuai dengan atribut sensoriknya. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang terhadap camilan stik yang terbuat dari tepung tempe dan tepung pegagan.

Berdasarkan hal tersebut di atas, penulis bermaksud untuk menyelidiki. **“Daya Terima Stik Tempe dengan Variasi Penambahan Tepung Pegagan (*Centella asiatica*) Sebagai Camilan”.**

B. Rumusan Masalah

Bagaimana daya terima stik tempe dengan variasi penambahan tepung pegagan (*Centella asiatica*) sebagai alternatif camilan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui daya terima stik tempe dengan variasi penambahan tepung pegagan (*Centella asiatica*) sebagai camilan.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai daya terima stik tempe dengan variasi penambahan tepung pegagan (*Centella asiatica*) berdasarkan warna
- b. Menilai daya terima stik tempe dengan variasi penambahan tepung pegagan (*Centella asiatica*) berdasarkan tekstur
- c. Menilai daya terima stik tempe dengan variasi penambahan tepung pegagan (*Centella asiatica*) berdasarkan rasa
- d. Menilai daya terima stik tempe dengan variasi penambahan tepung pegagan (*Centella asiatica*) berdasarkan aroma
- e. Menganalisis daya terima stik tempe dengan variasi penambahan tepung pegagan (*Centella asiatica*) berdasarkan kriteria penilaian

D. Manfaat Penelitian

1. Meningkatkan pemanfaatan pangan lokal, khususnya tempe dan pegagan (*Centella asiatica*), sebagai produk camilan berbentuk stik.
2. Memberikan informasi mengenai tingkat daya terima stik tepung tempe dengan penambahan tepung pegagan berdasarkan uji organoleptik.
3. Menambahkan nilai ekonomis tepung pegagan dan tepung tempe.