

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pemilihan makanan sehat memiliki peran yang sangat penting dalam menunjang produktivitas serta kualitas hidup seseorang. Seiring dengan perkembangan zaman, gaya hidup masyarakat cenderung semakin konsumtif, termasuk dalam hal pemilihan makanan. Konsumsi makanan cepat saji dan makanan tinggi gula yang banyak dipromosikan semakin meningkat. Di sisi lain, pengetahuan masyarakat mengenai bahan pangan bergizi masih tergolong rendah, serta kesadaran akan dampak negatif dari konsumsi makanan tidak sehat juga masih minim. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap meningkatnya kejadian penyakit tidak menular di masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menerapkan pola hidup sehat, khususnya dalam pemilihan makanan. (Irni Dwi Astiti Irianto *et al.*, 2025)

Makanan bergizi merupakan makanan yang mampu memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Makanan yang sehat dan bergizi mengandung berbagai komponen yang memberikan manfaat bagi kesehatan. Oleh karena itu, konsumsi makanan sehari-hari sebaiknya terdiri dari makanan yang sehat dan bergizi agar dapat dicerna dengan baik serta memberikan manfaat optimal bagi tubuh. (Herniati and Idawati, 2025). Upaya pemenuhan gizi tidak hanya berasal dari makanan utama, tetapi juga dari makanan selingan atau camilan yang sehat.

Program Makan Bergizi Gratis merupakan salah satu kebijakan yang diinisiasi oleh pemerintah dengan tujuan menyediakan makanan sehat dan bergizi secara cuma-cuma kepada kelompok masyarakat tertentu, terutama anak-anak usia sekolah mulai dari tingkat sekolah dasar hingga sekolah menengah atas. Program ini dilaksanakan sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan, kesehatan, serta kesejahteraan masyarakat. Selain itu, program ini juga bertujuan untuk membantu memenuhi kebutuhan gizi harian anak, menurunkan angka stunting, serta meningkatkan kehadiran dan konsentrasi siswa dalam proses pembelajaran di sekolah (Rahmah *et al.*, 2025)

Perkembangan industri pangan dan perubahan gaya hidup masyarakat telah membawa perubahan pada pola konsumsi makanan, terutama dalam pemilihan makanan yang cepat dan praktis seperti makanan cepat saji dan berbagai jenis camilan. Sebagian besar camilan yang beredar di pasaran memiliki kandungan gula dan lemak yang tinggi serta rendah serat. Konsumsi camilan secara berlebihan tanpa diimbangi aktivitas fisik yang memadai dapat meningkatkan risiko kenaikan berat badan serta berbagai penyakit degeneratif (Irferamuna, Yulastri and Yuliana, 2021)

Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang gizi, kesadaran masyarakat dalam memilih pangan sehat juga semakin berkembang. Masyarakat tidak hanya mempertimbangkan cita rasa, tetapi juga memperhatikan kandungan gizi dan dampak kesehatan dari produk yang dikonsumsi. Hal ini menjadi peluang untuk mengembangkan inovasi camilan yang tidak hanya enak, tetapi juga memiliki nilai gizi yang lebih baik (Hapsari *et al.*, 2022)

Sebagai salah satu jenis pangan yang banyak dikonsumsi masyarakat, camilan memiliki peran penting dalam pola makan sehari-hari. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), makanan ringan adalah makanan yang dikonsumsi untuk sementara waktu memuaskan rasa lapar, biasanya dimakan saat waktu luang atau sebelum makan utama, seperti kacang-kacangan, buah-buahan, keripik, biskuit, coklat, dan kue. Sementara itu, makanan ringan tradisional dapat didefinisikan sebagai makanan ringan yang diwariskan dari generasi ke generasi oleh masyarakat setempat, sehingga menjadi bagian dari budaya Indonesia dengan karakteristik dan cita rasa khas yang perlu dilestarikan dan dijaga (Thomas, Tjandra and Aryani, 2024)

Camilan merupakan makanan ringan yang dikonsumsi di antara waktu makan utama. Camilan banyak digemari oleh berbagai kalangan, baik anak-anak maupun orang dewasa, dan umumnya dikonsumsi sekitar 2–3 jam setelah makan utama. Saat ini, sebagian besar camilan yang beredar di pasaran mengandung Monosodium Glutamate (MSG), tinggi kalori, lemak, serta zat lain yang berpotensi berdampak negatif bagi kesehatan. Konsumsi camilan tersebut secara terus-menerus, terutama jika disertai kebiasaan ngemil setiap hari, dapat meningkatkan risiko kelebihan

berat badan. Hal ini disebabkan oleh masih rendahnya pengetahuan masyarakat dalam memilih jenis camilan yang sehat. Oleh karena itu, mulai berkembang berbagai produk camilan yang diklaim sebagai camilan sehat untuk memenuhi kebutuhan masyarakat yang semakin peduli terhadap kesehatan. Konsumsi camilan sehat dapat memberikan tambahan energi untuk beraktivitas serta membantu memenuhi kebutuhan energi hingga waktu makan utama. Camilan yang sehat umumnya mengandung zat gizi seperti vitamin, protein, dan serat pangan yang bermanfaat bagi tubuh.

Salah satu bentuk makanan ringan tradisional yang populer di masyarakat adalah kerupuk. Kerupuk merupakan salah satu makanan ringan yang banyak digemari oleh masyarakat Indonesia, baik sebagai camilan maupun sebagai pelengkap makanan utama. Tingginya konsumsi kerupuk menjadikannya sebagai produk yang berpotensi dikembangkan menjadi camilan yang lebih sehat melalui inovasi bahan baku. Dengan demikian, pengembangan kerupuk berbasis bahan lokal bernilai gizi dapat menjadi salah satu solusi dalam menyediakan camilan sehat bagi masyarakat (Akbar, Amelia and Salsabila, 2024)

Sebagai upaya pengembangan camilan berbasis bahan lokal yang lebih bernilai gizi, diperlukan pemanfaatan sumber daya pangan yang tersedia di daerah. Provinsi Sumatera Utara sebagai salah satu daerah penghasil durian yang melimpah memiliki peluang besar dalam pemanfaatan biji durian sebagai bahan pangan olahan. Biji durian dapat diolah menjadi tepung biji durian sebagai bentuk diversifikasi pengganti tepung terigu yang umum digunakan dalam produk pangan olahan. Kandungan gizi biji durian meliputi energi sebesar 388 kkal, protein 8,97%, karbohidrat 85,4%, lemak 1,14%, kalsium 98 mg, dan fosfor 13 mg (Martony, Irianti dan Lestarina, 2022). Pada praktiknya, biji durian umumnya masih dianggap sebagai limbah dan belum dimanfaatkan secara optimal, padahal memiliki potensi gizi yang cukup signifikan (Lian et al., 2022).

Selain sumber karbohidrat dari bahan nabati, diperlukan pula penambahan sumber protein hewani untuk meningkatkan kualitas gizi produk. Salah satu sumber protein hewani yang mudah diperoleh, terutama di wilayah pesisir, adalah udang rebon yang memiliki harga relatif terjangkau. Udang rebon merupakan jenis udang kering berukuran kecil yang hidup berkelompok dan dikenal sebagai sumber

protein hewani yang baik. Dalam 100 gram udang rebon segar terkandung protein sebesar 16,2 gram, serta mineral penting seperti kalsium dan fosfor. Kandungan kalsium pada udang rebon mencapai 757 mg per 100 gram, sehingga berpotensi mendukung pertumbuhan tulang anak (Setiyorini, 2025)

Kombinasi kedua bahan lokal tersebut dalam pembuatan kerupuk bukan hanya meningkatkan kandungan gizi produk, tetapi juga diharapkan dapat memberikan nilai tambah dari segi pemanfaatan bahan pangan lokal yang belum optimal. Penggunaan tepung biji durian sebagai sumber karbohidrat serta penambahan udang rebon sebagai sumber protein dan kalsium diharapkan mampu menghasilkan produk camilan yang lebih bernilai gizi dan memiliki daya tarik tersendiri di mata masyarakat. Dengan demikian, inovasi ini dapat menjadi alternatif jajanan yang lebih sehat sekaligus mendukung pemanfaatan sumber daya lokal secara berkelanjutan.

Pengembangan produk kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian dan tepung udang rebon, diharapkan dapat meningkatkan nilai gizi yang terkandung didalamnya sehingga dapat digunakan sebagai camilan sehat. Berdasarkan informasi diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Daya Terima Kerupuk Durebon dengan Variasi Penambahan Tepung Biji Durian (*Durio zibethinus* Murr) dan Tepung Udang Rebon (*Acetes*) sebagai Camilan Sehat”**

Setelah dilakukan uji pendahuluan pada hari Senin 23 Februari 2026 di Laboratorium Teknologi Pangan Jurusan Gizi dengan jumlah panelis sebanyak 30 orang yaitu dari 5 perlakuan tersebut terpilih 3 perlakuan terbaik yaitu sebagai berikut :

1. Perlakuan A = Tepung tapioka 375 gr + Tepung biji durian 87,5 gr + Tepung udang rebon 37,5 gr
2. Perlakuan B = Tepung tapioka 375 gr + Tepung biji durian 75 gr + Tepung udang rebon 50 gr
3. Perlakuan C = Tepung tapioka 375 gr + Tepung biji durian 62,5 gr + Tepung udang rebon 62,5 gr

B. Rumusan Masalah

Bagaimana daya terima kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian (*Durio zibethinus Murr*) dan tepung udang rebon (*Acetes*) sebagai Camilan Sehat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui daya terima kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian (*Durio zibethinus Murr*) dan tepung udang rebon (*Acetes*) sebagai Camilan Sehat

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai warna kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian (*Durio zibethinus Murr*) dan tepung udang rebon (*Acetes*).
- b. Menilai tekstur kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian (*Durio zibethinus Murr*) dan tepung udang rebon (*Acetes*).
- c. Menilai aroma kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian (*Durio zibethinus Murr*) dan tepung udang rebon (*Acetes*).
- d. Menilai rasa kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian (*Durio zibethinus Murr*) dan tepung udang rebon (*Acetes*).

- e. Menganalisis warna, tekstur, aroma, dan rasa kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian (*Durio zibethinus* Murr) dan tepung udang rebon (*Acetes*) yang paling disukai sebagai Camilan Sehat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Meningkatkan wawasan dan pengalaman dalam penelitian pangan dan gizi, khususnya pengujian penerimaan camilan berbahan dasar lokal.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi pengetahuan tentang kerupuk durebon dengan variasi penambahan tepung biji durian dan tepung udang rebon kepada masyarakat.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran serta menambah pengetahuan mengenai pemanfaatan tepung biji durian dan tepung udang rebon dalam pengembangan produk camilan sehat.