

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menyusui adalah kegiatan pemenuhan kebutuhan bayi melalui pemberian Air Susu Ibu secara langsung dari payudara ibu (Mayasari et al., 2021). Pada periode awal kehidupan, ASI berperan sebagai sumber utama energi dan nutrisi yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi baru lahir. Kebutuhan tersebut tetap dapat dipenuhi oleh ASI dalam jumlah yang cukup besar pada tahun pertama kehidupan, yaitu sekitar sepertiga dari kebutuhan gizi selama tahun kedua dan hingga lebih dari separuh kebutuhan selama paruh kedua tahun pertama. Selain memenuhi kebutuhan gizi, pemberian ASI juga dikaitkan dengan berbagai manfaat jangka panjang bagi anak, termasuk kemampuan kognitif yang lebih baik, penurunan kemungkinan terkena diabetes di kemudian hari, serta penurunan risiko kelebihan berat badan dan obesitas (WHO, 2025).

Laporan (WHO, 2023) menunjukkan cakupan pemberian ASI secara global masih mencapai 44%, sementara target Global Nutrition Agenda 2030 adalah 70% (*Global Breastfeeding Scorecard*, 2023). Berdasarkan data (Kementerian Kesehatan Republik, 2023) Persentase orang yang memberikan ASI eksklusif adalah 61,5%, yang telah memenuhi target nasional yaitu 60%. Namun, cakupan ASI eksklusif masih berbeda antara satu wilayah dengan wilayah lainnya. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Pada tahun 2023 cakupan ASI eksklusif di Sumatera Utara berada pada angka 43,9% (Kementerian Kesehatan RI, 2023), yang menunjukkan masih di bawah target nasional.

ASI eksklusif dianggap sebagai salah satu fondasi utama untuk mencegah stunting. Kerja hormon prolaktin dan oksitosin merupakan salah satu faktor yang memengaruhi produksi ASI. Untuk mendukung fungsi kedua hormon tersebut, ibu menyusui perlu memenuhi kebutuhan gizi melalui konsumsi makanan yang cukup dan seimbang.. (Ari Madiyanti *et al.*, 2023). Asupan zat gizi yang cukup, terutama protein, merupakan salah satu unsur yang meningkatkan produksi dan kualitas ASI, karena asupan protein pada ibu menyusui berperan dalam proses sintesis dan peningkatan kandungan protein ASI, serta menunjukkan hubungan positif dengan kualitas ASI. Ibu menyusui membutuhkan asupan protein 65–71 g setiap hari atau

tambahan 17 g per hari (Wati *et al.*, 2023). Pemenuhan kebutuhan gizi tersebut dapat dilakukan melalui pemanfaatan pangan lokal yang tersedia di masyarakat.

Pangan lokal merupakan bahan atau produk dan dikonsumsi oleh masyarakat di suatu daerah dengan memanfaatkan potensi sumber daya serta kearifan lokal yang dimiliki (Amalia, 2024). Kue talam merupakan salah satu contoh camilan tradisional yang umum dikonsumsi dalam kehidupan sehari-hari. Komponen penting dalam kue talam adalah santan, yang memberikan tekstur lembut dan kenyal serta cita rasa gurih. Kue ini terdiri dari dua lapisan: lapisan atas yang gurih dengan cita rasa santan dan lapisan bawah yang manis (Maharani & Gusnadi, 2024).

Dalam upaya meningkatkan nilai gizi jajanan tradisional tersebut, Bahan pangan lokal dengan nilai gizi lebih tinggi dapat digunakan. Salah satu komponen lokal yang potensial digunakan dalam pengembangan kue talam adalah daun katuk dan kacang hijau. Berdasarkan data BPS Provinsi Sumatera Utara Produksi kacang hijau pada tahun 2024 dilaporkan mencapai sekitar 2.830 ton, atau meningkat sekitar 386 ton dibandingkan tahun 2023. Pada hasil penelitian (Rahanita *et al.*, 2021) tanaman katuk memiliki populasi tanam sekitar 40.000 tanaman per hektar dan frekuensi panen sekitar 4 kali per tahun, maka perkiraan total produksi daun katuk mencapai  $\pm 3,02$  ton per hektar per tahun (berat segar).

Daun katuk (*Sauropus androgynus*) merupakan Tanaman yang berasal dari Asia Tenggara ini telah lama dimanfaatkan dalam pengobatan tradisional dan sebagai sumber pangan. Tanaman ini mengandung berbagai mineral termasuk kalsium serta serat, protein, dan vitamin A, C, dan K dan zat besi membuat daun katuk memiliki nilai gizi yang baik. Di samping itu, keberadaan senyawa bioaktif berupa saponin, flavonoid, dan tanin turut mendukung potensi pemanfaatannya dalam bidang kesehatan. Daun katuk juga dikenal sebagai sumber makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui (Mulyati *et al.*, 2024). Pada hasil penelitian (Ari Madiyanti *et al.*, 2023) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara konsumsi daun katuk dan kecukupan ASI pada ibu menyusui ( $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa konsumsi daun Dengan meningkatkan kadar hormon prolaktin yang berperan dalam produksi ASI, daun katuk dapat membantu mencukupi kebutuhan ASI.

Berkat kandungan proteinnya yang tinggi, kacang hijau merupakan sumber makanan dengan nilai gizi tinggi. Menurut Tabel Komposisi Pangan Indonesia (2020), kacang hijau mengandung 22,9 gram protein, 1,5 gram lemak, 56,8 gram karbohidrat, dan 15,5 gram air per 100 gram, abu 3,3 gram dan serat 7,5%. Pada hasil penelitian (Pitri & Arla, 2023) dengan judul “Pengaruh Bubur Kacang Hijau terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Nifas”, diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh signifikan pemberian bubur kacang hijau terhadap kecukupan ASI pada ibu baru, dengan nilai  $p$  sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Tepung dan produk setengah jadi lainnya dapat dibuat dari kacang hijau (Ponelo et al., 2022). Tepung kacang hijau dapat dimanfaatkan sebagai bahan utama atau pengganti dalam pembuatan kue talam dan olahan pangan lainnya.

Kandungan gizi yang tinggi pada daun katuk dan kacang hijau menjadikan kedua bahan ini berpotensi dikembangkan menjadi produk pangan dalam bentuk tepung *premix*. Tepung *premix* merupakan gabungan dari berbagai jenis tepung yang digunakan dalam pembuatan bahan makanan (Agustina & Kurniawati, 2024). Tepung tersebut dapat dikemas sebagai produk instan yang dapat digunakan dalam berbagai jenis makanan, sehingga memberikan kemudahan lebih, mempersingkat waktu pengolahan, serta menjamin masa simpan yang memadai. Penambahan tepung daun katuk, dan tepung kacang hijau ke dalam campuran siap pakai (*premix*) ini diperkirakan akan meningkatkan nilai gizinya dari kedua bahan pangan tersebut sehingga sesuai untuk dimanfaatkan sebagai makanan selingan. (Zahara, 2022).

Kue talam dengan substitusi variasi tepung *Premix* Sukahitu diharapkan dapat meningkatkan kandungan gizi di dalamnya sehingga tepat digunakan untuk makanan cemilan sehat. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul berdasarkan informasi yang diberikan **“Daya Terima Kue Talam dengan Substitusi Variasi Tepung *Premix* Sukahitu Sebagai *Snack* Sehat untuk Ibu Menyusui”**

Berdasarkan hasil perhitungan nilai gizi yang terdapat di lampiran 3, dipilih 3 perlakuan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Perlakuan A (dengan penambahan 50 tepung *premix*s Sukahitu)
2. Perlakuan B (dengan penambahan 40 tepung *premix*s Sukahitu)
3. Perlakuan C (dengan penambahan 30 tepung *premix*s Sukahitu)

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana daya terima kue talam dengan substitusi variasi tepung premix sukahitu sebagai snack sehat untuk ibu menyusui?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui apakah kue talam yang disubstitusi dengan berbagai takaran tepung *premix* Sukahitu dapat diterima sebagai camilan bergizi bagi ibu menyusui.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Menilai daya terima kue talam dengan substitusi variasi tepung *premix* sukahitu sebagai *snack* sehat untuk ibu menyusui berdasarkan warna.
- b. Menilai daya terima kue talam dengan substitusi variasi tepung *premix* sukahitu sebagai *snack* sehat untuk ibu menyusui berdasarkan tekstur.
- c. Menilai daya terima kue talam dengan substitusi variasi tepung *premix* sukahitu sebagai *snack* sehat untuk ibu menyusui berdasarkan aroma.
- d. Menilai daya terima kue talam dengan substitusi variasi tepung *premix* sukahitu sebagai *snack* sehat untuk ibu menyusui berdasarkan rasa.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Menghasilkan produk kue talam yang dapat diterima masyarakat dengan memanfaatkan tepung *premix* Sukahitu sebagai bahan pangan lokal.
2. Sebagai referensi pengembangan produk pangan berbasis tepung *premix* Sukahitu sebagai snack sehat untuk ibu menyusui.