

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan selingan merupakan jenis pangan yang dikonsumsi di antara waktu makan utama dan umumnya berupa makanan ringan, seperti kue atau jajanan lainnya (KBBI, 2023). Konsumsi makanan selingan dapat membantu mengurangi rasa lapar yang muncul sebelum waktu makan berikutnya serta berperan dalam melengkapi asupan zat gizi yang belum terpenuhi dari makanan utama. Meskipun demikian, makanan selingan tidak dapat dijadikan sebagai pengganti makanan utama karena kandungan zat gizi yang terdapat di dalamnya belum mampu mencukupi kebutuhan gizi tubuh secara keseluruhan. Oleh karena itu, makanan selingan yang dipilih sebaiknya memiliki nilai gizi yang baik serta diolah dari bahan pangan yang sehat dan bergizi. (Dinda & Nasution, 2019).

Anak pada periode usia sekolah di Indonesia sangat akrab dengan konsumsi makanan selingan atau jajanan sebagai bagian dari kebiasaan sehari-hari. Menurut L. Pratiwi (2024), anak sekolah memiliki kecenderungan membeli jajanan di lingkungan sekolah hingga tiga kali lebih sering dan umumnya lebih sulit menahan rasa lapar. Sebagian besar jajanan yang tersedia mengandung karbohidrat, gula, garam, dan lemak dalam jumlah tinggi. Sebaliknya, kandungan serat, vitamin, serta mineral pada jajanan tersebut relatif rendah sehingga kurang mendukung pemenuhan gizi seimbang. Jika dikonsumsi secara terus-menerus, jajanan yang tidak sehat dapat meningkatkan risiko berbagai gangguan kesehatan, termasuk kelebihan berat badan (*overweight*) dan obesitas. (Djamaluddin & Surasno, 2022).

Mengacu pada ketentuan Permenkes No. 28 Tahun 2019 mengenai Angka Kecukupan Gizi (AKG), anak usia sekolah (6–12 tahun) memiliki kebutuhan energi harian sekitar 1.400–2.050 kkal, yang bervariasi sesuai dengan usia dan jenis kelamin. Pemenuhan kebutuhan energi ini sangat penting untuk menunjang proses pertumbuhan, perkembangan, serta aktivitas fisik anak dalam kehidupan sehari-hari (Kemenkes, 2019). Salah satu produk pangan yang banyak diminati sebagai makanan selingan adalah churros. Churros merupakan salah satu makanan ringan yang berasal dari Spanyol dan saat ini mulai dikenal serta

semakin populer di Indonesia. Hal ini terlihat dari mulai bermunculannya gerai churros di beberapa kota besar seperti Jakarta, Bandung, dan Surabaya (Nossar, 2015). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa churros semakin diminati oleh masyarakat sebagai salah satu pilihan camilan, khususnya di kalangan remaja dan anak-anak (Dahlia et al., 2022).

Hasil penelitian terkait pengembangan produk churros berbahan dasar kentang menunjukkan bahwa pangan tersebut dapat diterima dengan baik oleh konsumen. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa penggunaan formulasi tertentu dalam pembuatan churros memperoleh persentase penerimaan positif rata-rata sebesar 80,48%, mengindikasikan bahwa produk churros memiliki tingkat kesukaan yang tinggi oleh masyarakat (Putra, 2022).

Churros merupakan produk pangan yang menggunakan bahan dasar dengan karakteristik serupa dengan adonan choux (sus), yaitu tepung terigu, air, mentega, dan telur. Perbedaannya terletak pada metode pengolahannya, dimana churros dimasak dengan cara digoreng (Maharani, 2021). Produk ini dikenal memiliki tekstur yang renyah di bagian luar, aroma yang khas, serta cita rasa gurih dengan warna kuning kecokelatan yang terbentuk selama proses penggorengan. Dalam penyajiannya, churros sering dipadukan dengan berbagai pelengkap, seperti saus cokelat, karamel, maupun taburan gula bubuk untuk menambah cita rasa (Widayanti et al., 2021).

Untuk meningkatkan mutu gizi makanan selingan anak sekolah, diperlukan produk pangan yang memiliki daya tarik dari segi sensori sekaligus memberikan manfaat gizi yang lebih optimal. Pengembangan produk tersebut dapat dilakukan melalui pemanfaatan bahan pangan lokal, di antaranya labu kuning (*Cucurbita moschata*) dan ubi jalar kuning (*Ipomoea batatas* L.). Labu kuning termasuk bahan pangan yang mempunyai kandungan gizi yang beragam. Kandungan air dalam labu kuning cukup tinggi, disertai vitamin, antioksidan, serta karotenoid yang merupakan provitamin A. Labu kuning juga mengandung vitamin A, B, dan C, serta berbagai mineral seperti kalium, kalsium, natrium, zat besi, seng, selenium, dan karbohidrat. (Autari et al., 2018).

Labu kuning termasuk bahan pangan dengan kandungan vitamin A yang tinggi. Vitamin tersebut berperan dalam memelihara kesehatan mata dan kulit,

serta menunjang sistem kekebalan tubuh dan fungsi reproduksi. Tingginya kandungan β -karoten membuat labu kuning dikenal sebagai “raja β -karoten”. Di samping itu, daging buah labu kuning memiliki senyawa antioksidan yang berpotensi melindungi sel tubuh dari kerusakan yang dapat memicu kanker.. Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa labu kuning dapat dimanfaatkan sebagai bahan pendukung dalam pengobatan beberapa penyakit, seperti peradangan, gangguan jantung, diabetes, disentri, gangguan ginjal, demam, dan diare. (Arfini et al., 2017)

Ubi jalar atau ketela rambat (*Ipomoea batatas* L.) termasuk dalam kelompok tanaman umbi-umbian yang memiliki kandungan nilai gizi cukup tinggi dan berbagai keunggulan sebagai bahan pangan lokal. Ubi jalar dapat dimanfaatkan sebagai bahan pangan karena merupakan sumber karbohidrat dan energi. Selain itu, ubi jalar mengandung beberapa vitamin dan mineral, di antaranya zat besi (Fe), fosfor (P), kalsium (Ca), dan natrium (Na). Ubi jalar kuning juga memiliki kandungan vitamin A dalam bentuk β -karoten yang cukup tinggi (Damayati et al., 2018). Ubi jalar kuning ditandai dengan warna daging umbi yang berkisar dari kuning, kuning muda, hingga putih kekuningan. Warna tersebut berkaitan dengan keberadaan β -karoten yang menjadikan ubi jalar kuning berpotensi sebagai sumber provitamin A. Kandungan gizi ubi jalar kuning dalam kondisi segar meliputi pati 24,47%, gula reduksi 0,11%, lemak 0,68%, protein 0,49%, air 68,78%, abu 0,99%, serat 2,79%, vitamin C 25,00 mg/100 g, dan vitamin A 9.000 SI. (Saloko & Mataram, 2022).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa churros dapat dikembangkan dengan penambahan bahan pangan lokal (Dinasty & Gusnadi, 2020) melaporkan bahwa churros dengan penambahan wortel dapat diterima konsumen berdasarkan uji daya terima sensori, sehingga berpotensi menjadi makanan selingan bergizi dengan penambahan bahan nabati untuk meningkatkan minat konsumsi sayuran. Namun, penelitian sebelumnya masih terbatas pada penggunaan satu jenis bahan pangan lokal, yaitu wortel, dan lebih menitikberatkan pada aspek daya terima konsumen. Pemanfaatan bahan pangan lokal lain dengan kandungan zat gizi yang lebih spesifik, seperti labu kuning dan ubi jalar yang merupakan sumber β -karoten sebagai provitamin A, belum banyak

diteliti. Selain itu, pengembangan churros sebagai makanan selingan bergizi bagi anak sekolah masih jarang dikaji, sementara individu yang berada pada rentang usia pendidikan dasar dan menengah memerlukan asupan zat gizi yang memadai untuk menunjang pertumbuhan dan aktivitas belajar.

Dalam rangka menambah informasi yang tersedia mengenai kualitas gizi produk yang dikembangkan, dilakukan analisis kandungan zat gizi menggunakan aplikasi NutriSurvey. Berdasarkan hasil analisis, setiap porsi churros (75 g) mengandung energi sebesar 147,53 kkal, protein 2,24 g, lemak 11,05 g, karbohidrat 12,41 g, serat 0,46 g, vitamin A 320,74 mcg, dan vitamin C 0,90 mg. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa formulasi churros dengan penambahan labu kuning dan Ubi jalar kuning layak dikembangkan sebagai alternatif makanan selingan yang tidak hanya disukai secara organoleptik, tetapi juga memiliki kandungan zat gizi..

Tahap penelitian inti dilakukan pada 17 April 2026 di Laboratorium Teknologi Pangan Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Medan. Evaluasi karakteristik produk dilaksanakan menggunakan pengujian hedonik dengan melibatkan 50 peserta sebagai panelis. Aspek yang diamati mencakup penampakan warna, aroma, cita rasa, dan tekstur churros. Pengamatan dilakukan pada tiga variasi formulasi yang telah ditetapkan, yaitu sebagai berikut.

1. Perlakuan A yaitu, Tepung Terigu 100 g + Labu Kuning 25 g + Ubi Jalar Kuning 25 g.
2. Perlakuan B yaitu, Tepung Terigu 90 g + Labu Kuning 30 g + Ubi Jalar Kuning 30 g.
3. Perlakuan C yaitu, Tepung Terigu 80 g + Labu Kuning 35 g + Ubi Jalar Kuning 35 g.

Hasil penilaian mutu fisik yang diperoleh melalui uji organoleptik menunjukkan bahwa formulasi yang mendapatkan tingkat kesukaan tertinggi dari panelis adalah perlakuan B. Atas dasar berbagai temuan tersebut, peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Daya Terima Churros dengan Formulasi Penambahan Labu Kuning (*Cucurbita moschata*) dan Ubi Jalar Kuning (*Ipomoea batatas*) sebagai Alternatif Makanan Selingan Anak Sekolah.”

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah tingkat penerimaan churros yang diformulasikan dengan labu kuning (*Cucurbita moschata*) dan ubi jalar kuning (*Ipomoea batatas*) sebagai alternatif makanan selingan bagi anak sekolah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana daya terima churros dengan formulasi labu kuning (*Cucurbita Moschata*) dan ubi jalar (*Ipomoea Batatas*) sebagai makanan selingan anak sekolah.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai daya terima warna churros formulasi labu kuning (*Cucurbita Moschata*) dan ubi jalar kuning (*Ipomoea Batatas*) sebagai makanan selingan anak sekolah.
- b. Menilai daya terima aroma churros formulasi labu kuning (*Cucurbita Moschata*) dan ubi jalar kuning (*Ipomoea Batatas*) sebagai makanan selingan anak sekolah.
- c. Menilai daya terima tekstur churros formulasi labu kuning (*Cucurbita Moschata*) dan ubi jalar kuning (*Ipomoea Batatas*) sebagai makanan selingan anak sekolah.
- d. Menilai daya terima rasa churros formulasi labu kuning (*Cucurbita Moschata*) dan ubi jalar kuning (*Ipomoea Batatas*) sebagai makanan selingan anak sekolah.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, antara lain:

1. Manfaat Bagi Peneliti

Untuk mengembangkan kemampuan dan menambah wawasan penulis dalam menulis karya tulis ilmiah dan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penulis dalam mengembangkan produk pangan.

2. Manfaat Bagi Masyarakat

- a. Memberikan alternatif snack sehat berbasis pangan lokal.
- b. Mendukung upaya peningkatan kesadaran masyarakat terhadap konsumsi pangan yang lebih sehat.
- c. Meningkatkan pemanfaatan labu kuning dan ubi jalar kuning sebagai bahan pangan olahan.

3. Manfaat Bagi Instansi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai sumber referensi dan bahan kajian bagi mahasiswa dalam pengembangan penelitian berikutnya.