

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Malnutrisi disebabkan oleh asupan dan kualitas makanan yang tidak memadai, dan Jumlah dan Kesehatan gizi anak usia sekolah dipengaruhi oleh kualitas camilan mereka (6–12 tahun). Anak usia sekolah sebaiknya makan tiga kali sehari, yaitu makanan utama dan dua kali camilan. Ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran zat gizi (ketidakseimbangan gizi) biasanya menjadi penyebab masalah gizi pada anak (Latifah et al., 2019) .

Kementerian Kesehatan (2011) menyatakan bahwa anak usia sekolah, yakni mereka yang berusia 6 sampai dengan 12 tahun, merupakan investasi bagi bangsa dan akan menjadi generasi penerus yang menentukan kualitas bangsa. Anak-anak di sekolah diajarkan untuk mandiri selama tahap perkembangan ini. berperilaku sesuai dengan lingkungannya, mengembangkan berbagai keterampilan, dan menjalani perkembangan lain yang mendukung kesehatan tubuh. Oleh karena itu, mereka membutuhkan pola makan yang sehat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya.

Anak sekolah membutuhkan zat gizi berikut: energi, lemak, protein, dan karbohidrat. Menurut data Angka Kecukupan Gizi (2019), anak usia 7 hingga 9 tahun Asupan kalori harian yang direkomendasikan adalah 1.650 kkal. Anak laki-laki berusia 10 hingga 12 tahun disarankan mengonsumsi 2.000 kkal setiap hari, sementara anak perempuan berusia 10 hingga 12 tahun mengonsumsi 1.900 kkal setiap hari. Gizi memiliki dampak yang signifikan terhadap sumber daya manusia dan kualitas hidup. Unsur-unsur pola makan sehat disediakan oleh pola makan yang bervariasi dan disesuaikan dengan kebutuhan tubuh. Zat kimia yang disebut gizi terdapat dalam makanan dan diperlukan agar tubuh tetap sehat dan kuat (Sultan Ageng Tirtayasa et al., 2023).

Kebiasaan makan saat ini mulai menunjukkan bahwa Orang-orang sadar akan pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan mengenyangkan. Mayoritas orang biasanya memilih makanan yang cepat dan mudah. Utami dkk. (2021) menyediakan produk makanan alternatif

yang praktis dan dapat langsung dikonsumsi. Pembuatan produk biskuit ini merupakan upaya untuk menciptakan minuman ringan bagi siswa sekolah dasar.

Menurut PMK No 28 tahun 2019 Angka kecukupan gizi anak sekolah umur 6-12 tahun kebutuhan kalori harian 1400- 2000 kkal, protein 40-55 gr, karbohidrat 250-300 gr dan snack anak sekolah 10-15% dari total kebutuhan kalori harian anak.

Camilan seperti biskuit sudah umum. Karena teksturnya yang renyah dan tidak mudah hancur, biskuit menjadi favorit baik orang dewasa maupun anak-anak. Biskuit dapat dibentuk sesuai keinginan dan memiliki masa simpan yang relatif lama. Standar industri biskuit menurut Sadimantara (2019) adalah kue kering yang dibuat dengan tepung terigu yang mempunyai tekstur renyah dan adonan lembut serta mengembang. (Nur Ayni et al., 2024). Gandum, yang mengandung gluten, digunakan untuk membuat sebagian besar bahan. Kacang hijau dan jagung adalah dua produk asli bebas gluten.

Indonesia mengimpor 6,2 juta ton gandum pada tahun 2011, 6,7 juta ton pada tahun 2012, dan 7,04 juta ton pada tahun 2013, menurut data dari tahun-tahun tersebut yang melanjutkan tren peningkatannya. Peningkatan penggunaan tepung terigu dapat berdampak pada ketahanan pangan, dan indeks glikemiknya yang tinggi (55–59) serta kandungan gluten 9,61% juga dapat berdampak buruk bagi kesehatan, sehingga harus segera ditangani. Pemerintah harus segera mengurangi ketergantungan terhadap tepung terigu dengan menawarkan alternatif dan membuat tepung terigu dari bahan baku dalam negeri seperti jagung dan kacang hijau.

Di antara banyak manfaat tepung jagung adalah kandungan beta-karoten, yang sering dikenal sebagai provitamin A, yang dapat mencegah kebutaan akibat katarak dengan berperan sebagai filter UV. Selain itu, jagung memiliki indeks glikemik yang rendah (28,66–41,37), sehingga aman dikonsumsi oleh penderita diabetes melitus. Karena tepung jagung mengandung 9,2 gram protein, Tepung ini dapat digunakan sebagai pengganti tepung terigu untuk membuat produk seperti biskuit karena hampir identik dengan tepung terigu (Istinganah et al., 2017).

Di daerah tropis, kacang hijau (*Vigna radiata*), anggota famili

kacang-kacangan, merupakan tanaman pangan dan tanaman sela yang umum ditanam. Kacang hijau menduduki peringkat ketiga di Indonesia karena kandungan protein nabatinya yang tinggi, setelah kacang tanah dan kedelai. Nilai gizi kacang hijau dan kedelai serupa (Dwi Andrestian & Hatimah, 2015). Satu porsi 100 gram kacang hijau mengandung 135 kkal. Jumlah ini memenuhi 20% kebutuhan harian seseorang akan serat dan protein. Menurut Klasifikasi Gizi, kacang hijau merupakan makanan yang padat nutrisi dengan peraturan pelabelan internasional. Membantu melancarkan buang air kecil, mengobati disentri, menyuburkan rambut, menyembuhkan bisul, menghilangkan biang keringat, meningkatkan kekebalan tubuh, menurunkan kolesterol, menguatkan tulang, melancarkan pencernaan, menurunkan risiko kanker, menyediakan protein nabati, membantu penurunan berat badan, dan masih banyak lagi manfaat kesehatan lain yang dibutuhkan manusia dan menurunkan tekanan darah merupakan beberapa manfaat kacang hijau, dan mencegah tekanan darah tinggi. Kacang hijau juga melindungi penyakit jantung, menurunkan risiko diabetes, bermanfaat bagi ibu hamil dan menyusui, serta meningkatkan kesehatan otak (Ratnasari et al., 2021)

Di banyak wilayah Indonesia, jagung merupakan biji-bijian tradisional atau pokok yang penting bagi perekonomian negara. Pertumbuhan sektor pangan juga sangat bergantung pada jagung, yang hasil panennya yang melimpah dapat digunakan sebagai pengganti strategi diversifikasi pangan lainnya. Jagung dapat diolah menjadi tepung selain dimakan mentah. Tepung jagung kuning mengandung 355 kalori per 100g energi, 9,2g protein, 73,7g karbohidrat, dan 3,9g lemak (Adimarta et al., 2023)

Sebagai komponen penting dalam industri pangan, tepung jagung sering digunakan sebagai pengemulsi, pengental, pembentuk gel, dan penahan udara. Rasio dan proporsi amilosa terhadap amilopektin dalam molekul tepung berkisar antara 20% hingga 25% untuk amilosa dan 75% untuk amilopektin. Molekul tepung terdiri dari bagian kristal (amilopektin) dan bagian amorf (amilosa). Tepung jagung dapat digunakan sebagai alternatif tepung dalam produk pangan berbasis tepung atau diolah menjadi berbagai hidangan.

Tepung jagung memiliki banyak manfaat nutrisi yang bermanfaat bagi kesehatan. Salah satu keunggulan tepung jagung sebagai bahan pangan adalah kandungan seratnya yang lebih tinggi dibandingkan tepung terigu. Ada serat pangan yang larut dalam air dan ada yang tidak. Fungsi utama serat larut antara lain menunda penyerapan karbohidrat, memperpanjang rasa kenyang, dan menurunkan kadar glukosa darah. Akibatnya, sel-sel tubuh membutuhkan lebih sedikit insulin untuk menyerap glukosa dan menggunakannya sebagai bahan bakar (Adimarta et al., 2023)

Salah satu hal yang membantu mengatasi dampak hemoglobin rendah adalah Senyawa dalam kacang hijau sangat penting untuk produksi sel darah. Kacang hijau mengandung 7,5 miligram zat besi dan 22,9 gram protein per 100 gram. Kandungan glukosa dan karbohidrat yang tinggi pada kacang hijau memberikan rasa yang manis, di samping kandungan proteinnya (Arkalaus et al., 2023).

Biskuit berbahan dasar kacang hijau dan Dibandingkan biskuit biasa, tepung jagung memiliki keunggulan. Kacang hijau melembutkan kue dan memberikan rasa yang tidak ditemukan pada biskuit biasa, sementara tepung terigu memberikan tekstur yang lebih tebal dan kurang renyah dibandingkan tepung jagung. Selain itu, nilai gizi biskuit ditingkatkan oleh kandungan protein, karbohidrat, dan serat dari kacang hijau dan tepung jagung, yang biasanya mengandung kalori dari tepung terigu, gula, dan mentega tanpa tambahan nutrisi khusus.

Tujuh puluh gram tepung jagung dan dua puluh lima gram tepung kacang hijau merupakan perlakuan A; enam puluh gram tepung jagung dan tiga puluh lima gram tepung kacang hijau merupakan perlakuan B; dan enam puluh gram tepung jagung dan tiga puluh lima gram tepung kacang hijau merupakan perlakuan C. Hasil uji pendahuluan menunjukkan bahwa perlakuan D, C, dan D merupakan perlakuan yang paling banyak dipilih oleh panelis dan A dari ketiga perlakuan yang dilakukan pada tanggal 16 Desember 2024 dengan jumlah panelis 50 orang.

Para peneliti bersemangat untuk melakukan penelitian di bawah “ Uji Mutu Fisik Dan Proksimat Biskuit Jahi (Jagung dan Kacang Hijau) Sebagai Snack Anak Sekolah dasar

B. Rumusan Masalah

Bagaimana uji mutu fisik dan Proksimat pada biskuit jahi sebagaisnack anak sekolah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengenali kedekatan dan kualitas fisik, kalsium biskuit jahi sebagai snack anak sekolah.

2. Tujuan khusus

- a. Menilai mutu fisik biskuit jahi sebagai snack anak sekolah secara organoleptic meliputi: warna, tekstur, rasa dan aroma
- b. Mep-valueroksimat, kalsium biskuit jahi sebagai snack anak sekolah meliputi: karbohidrat, protein, lemak, kalsium, kadar air, kadarabu.
- c. Menganalisis mutu fisik dan proksimat jahi sebagai snack anak sekolah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi peneliti

Untuk meneliti bagaimana anak sekolah mengonsumsi biskuit kacang hijau dan tepung jagung sebagai camilan.

2. Manfaat bagi Instansi

Menambah wawasan sebagai calon ahli gizi bahwa biskuit jahi dapat dijadikan sebagai snack anak-anak sekolah

