

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Untuk mempertahankan kelangsungan hidup, manusia memerlukan makanan sebagai kebutuhan dasar. Namun, penting untuk memastikan bahwa makanan tersebut memiliki nilai gizi yang optimal dan lengkap. Zat gizi yang diperlukan oleh tubuh mencakup karbohidrat, protein baik hewani maupun nabati, lemak, serta vitamin dan mineral. Makanan yang bergizi dapat diolah melalui berbagai proses yang tepat, karena jika tidak diolah dengan benar, makanan tersebut dapat berpotensi membahayakan kesehatan. Sebelum mengonsumsi makanan, baik yang diolah maupun yang tidak, penting untuk memastikan bahwa makanan tersebut aman dan bebas dari sumber penyakit. Jika makanan terkontaminasi, maka akan menjadi tidak aman dan tidak sehat bagi tubuh manusia (Andriyani, 2019).

Indonesia merupakan negara dengan tingkat konsumsi snack atau camilan. Camilan atau snack adalah makanan ringan yang dikonsumsi diantara waktu makan utama dan salah satu camilan yang disukai oleh anak-anak dan orang dewasa. Berdasarkan Data Badan Pusat Statistik (2019) rata-rata konsumsi kue kering atau snack di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 22.824 g per kapita per tahun (Romadhon et al., 2021)

Pilihan snack atau camilan yang sehat dan sesuai dengan gaya hidup yaitu produk *cookies*. Cookies merupakan salah satu jenis makanan ringan yang termasuk dalam kategori biskuit, terbuat dari adonan yang lembut, memiliki tekstur renyah, dan tidak terlalu padat saat dipatahkan (Badan Standardisasi Nasional, 2011). Di Indonesia, cookies umumnya dibuat menggunakan tepung terigu, yang berasal dari gandum. Menurut SNI 01-2973-2011, cookies salah satu jenis biskuit yang terbuat dari adonan lunak, berkadar lemak dan gula tinggi, relatif renyah. Ketika dipatahkan potongannya bertekstur kurang padat. Namun, seiring dengan meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan sehat, terdapat kebutuhan untuk mengembangkan produk makanan yang tidak

hanya lezat tetapi juga bergizi. Salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan ini adalah dengan memanfaatkan bahan-bahan lokal yang kaya akan zat gizi (Kidnem et al., 2023).

Tempe adalah sumber protein yang mudah ditemukan di Indonesia dengan harga yang relatif terjangkau. Bahan makanan ini dihasilkan melalui proses fermentasi kacang kedelai atau kacang lainnya menggunakan jamur *Rhizopus oryzae*. Biasanya, tempe dibuat secara tradisional dan dikenal sebagai salah satu sumber protein nabati. Dalam 100 gram tempe terkandung 20 gram protein, 8,8 gram lemak, 13,5 gram karbohidrat, serta berbagai zat gizi mikro yang penting bagi tubuh. Tempe menjadi pilihan populer di kalangan masyarakat karena kaya akan protein dan mengandung antioksidan yang dapat membantu mencegah penyakit degeneratif seperti jantung, hipertensi, dan diabetes. Selain itu, tempe juga memiliki manfaat sebagai anti-diare (Setyani, 2023).

Agar tempe lebih digemari oleh masyarakat maka dapat dilakukan perubahan bentuk tempe menjadi tepung yang memiliki variasi pada warna, bentuk, aroma, dan rasa. Perubahan tempe dalam bentuk tepung tempe menjadikannya lebih awet karena terjadi proses pengeringan yang dapat menurunkan kadar air hingga 4-8%. Hal ini memungkinkan tepung tempe dapat disimpan di suhu kamar selama berbulan-bulan tanpa terjadinya perubahan warna dan cita rasa (Dwipayanti et al., 2020). Kandungan komposisi kimia dan nilai gizi tepung tempe, dimana tepung tempe kandungan proteinnya sebesar 46,0 g, kandungan lemak sebesar 24,7 g, kandungan karbohidrat sebesar 19,3 g, kandungan serat sebesar 2,5 g, dan kandungan abunya sebesar 2,3 g (Bastian et al., 2013).

Salah satu jenis pisang yang populer adalah Pisang Kepok (*Musa paradisiaca* Linn), yang memiliki rasa lezat dan sering diolah menjadi berbagai makanan, seperti pisang goreng, sale pisang, dan keripik pisang. Namun, kulit pisang kepok belum banyak dimanfaatkan secara optimal. Padahal, kulit pisang kepok ini mengandung zat gizi yang cukup baik, seperti protein (9,86%), lemak (4,40%), dan pati (10,32%). Kandungan pati yang cukup tinggi pada kulit pisang kepok menjadikannya berpotensi diolah

menjadi tepung. Jika produksi tepung dari kulit pisang ini dilakukan secara masif, maka hal tersebut dapat membantu mengurangi ketergantungan Indonesia terhadap impor tepung terigu. Dengan demikian, pemanfaatan kulit pisang sebagai bahan baku tepung tidak hanya dapat menekan impor, tetapi juga mengurangi limbah yang berasal dari kulit pisang (Valentina et al., 2020).

Dalam pembuatan cookies, tepung terigu umum digunakan sebagai bahan utama karena kandungan gluten yang dimilikinya. Gluten adalah protein kompleks yang terdiri dari glutenin dan gliadin, berfungsi membentuk jaringan elastis pada adonan, serta memberikan tekstur yang renyah namun stabil setelah proses pemanggangan. Peran gluten ini penting untuk mempertahankan bentuk dan struktur kue. Namun demikian, dalam penelitian ini tepung terigu digantikan dengan tepung tempe. Tepung tempe berasal dari kedelai fermentasi dan tidak mengandung gluten, sehingga berpotensi menghasilkan perbedaan pada karakteristik fisik cookies. Tidak adanya gluten dapat menyebabkan cookies menjadi lebih padat, cenderung rapuh, dan tidak selembut produk dengan tepung terigu (Permatasari et al., 2021)

Pembuatan produk inovasi cookies dari tepung tempe dan tepung kulit pisang diharapkan dapat dijadikan camilan dengan kandungan nilai gizi yang tinggi. Berdasarkan hal tersebut, peneliti akan membuat olahan produk makanan dari cookies tepung tempe dan tepung kulit pisang sebagai camilan alternatif yang sehat. Pembuatan produk makanan cookies ini diharapkan mampu menjadi camilan alternatif yang bergizi untuk semua kalangan masyarakat.

Dengan demikian penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Daya Terima Cookies dari Tepung Tempe dengan Variasi Penambahan Tepung Kulit Pisang sebagai Alternatif Selingan Sehat.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah daya terima cookies dari tepung tempe dengan variasi penambahan tepung kulit pisang sebagai alternatif selingan sehat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui daya terima cookies dari tepung tempe dengan variasi penambahan tepung kulit pisang kapok sebagai alternatif selingan sehat.

2. Tujuan Khusus

1. Menilai daya terima terhadap warna cookies dari tepung tempe dengan variasi penambahan tepung kulit pisang sebagai alternatif selingan sehat.
2. Menilai daya terima terhadap aroma cookies dari tepung tempe dengan variasi penambahan tepung kulit pisang sebagai alternatif selingan sehat.
3. Menilai daya terima terhadap tekstur cookies dari tepung tempe dengan variasi penambahan tepung kulit pisang sebagai alternatif selingan sehat.
4. Menilai daya terima terhadap rasa cookies dari tepung tempe dengan variasi penambahan tepung kulit pisang sebagai alternatif selingan sehat .

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Masyarakat

- a. Sebagai salah satu makanan selingan alternatif baru yang tinggi akan gizi.
- b. Menambah nilai ekonomis tepung tempe dan tepung kulit pisang.
- c. Mendapatkan informasi tentang pembuatan cookies dari tepung tempe dengan variasi penambahan tepung kulit pisang sebagai alternatif selingan sehat.

2. Manfaat Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan serta dapat mengembangkan wawasan dan pengetahuan peneliti dalam penelitian KTI.

3. Manfaat Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pembelajaran serta referensi bagi pihak-pihak yang akan melakukan penelitian lanjutan terkait topik yang dibahas.