

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama yang direkomendasikan bagi bayi sejak lahir; kandungan nutrisinya menjadikannya sumber makanan yang ideal karena mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, membantu meningkatkan kekebalan tubuh, serta memberikan manfaat kesehatan jangka panjang. (Mosca F dan Gianni ML, 2017 dalam Maesaroh Agnestiani, 2023). Seorang ibu yang menyusui memerlukan asupan gizi dan kalori yang lebih banyak untuk memastikan produksi ASI yang optimal, terutama pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama kelahiran.

Pemberian ASI eksklusif di seluruh negeri masih jauh dari target nasional yang sebesar 80%. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sekitar 55,5% bayi usia 0-6 bulan mendapatkan ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif sudah direkomendasikan oleh dunia kesehatan, tetapi dalam praktiknya, pemberian ASI eksklusif masih belum cukup. Menurut data UNICEF, saat ini secara global persentase bayi di bawah 6 bulan yang diberi ASI eksklusif mencapai 41%. Majelis Kesehatan Dunia menargetkan bahwa pada tahun 2025, 50% bayi akan diberi ASI eksklusif, dan pada tahun 2030, angkanya meningkat menjadi 75% (Global Breastfeeding Collective, 2018).

Banyak hal yang memengaruhi kenapa ASI eksklusif tidak tercapai dengan baik, seperti kurangnya informasi dari tenaga kesehatan, tidak adanya dukungan dan minat terhadap iklan susu formula (Wendiranti et al., 2017), tidak keluarnya ASI, ibu yang malas dan bayi yang terus menangis, serta tidak dilakukannya IMD. Hal-hal tersebut juga memengaruhi jumlah ASI yang dihasilkan. Setidaknya sekitar 35% dari ibu tidak melanjutkan pemberian ASI eksklusif dalam beberapa minggu setelah melahirkan, seperti yang disebutkan dalam penelitian (Nurillah & Yuniarti, 2023). Upaya mengatasi masalah menyusui pada ibu juga bisa dilakukan dengan

cara terapi nonfarmakologi, yaitu dengan memanfaatkan tanaman. yang mengandung senyawa laktagogum seperti yang dikemukakan oleh (Mortel dan Mehta pada tahun 2013). Laktagogum adalah bahan yang bisa membantu meningkatkan produksi asi. Salah satunya adalah protein. Makanan yang banyak kandungan protein sangat penting bagi ibu yang menyusui, terutama yang mengandung asam amino karena dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Ibu juga butuh tambahan protein bukan hanya untuk kandungan protein dalam ASI, tapi juga untuk bantu tubuh menghasilkan hormon prolaktin dan oksitosin yang berpengaruh langsung terhadap proses produksi ASI. Salah satu cara mendapatkan protein adalah dari sayuran hijau yang sudah tua.

Salah satu bahan pangan lokal yang bisa merangsang ASI yang mengandung senyawa laktagogum yaitu daun kelor, secara teoritis daun kelor mempunyai senyawa-senyawa yang efek laktagogum diantaranya adalah fitosterol. Daun kelor sangat bergizi karena mengandung protein, sembilan jenis asam amino, kalsium, zat besi, kalium, magnesium, dan seng. Daun ini juga mengandung vitamin A, C, dan E, serta vitamin B, yang membantu mendukung sistem kekebalan tubuh. (Putri & Fitria, 2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Alindilawati *et al* (2021) setelah dilakukan pemberian cookies bubuk daun kelor selama 14 hari dengan formulasi (500 gr tepung terigu + 50 gr bubuk daun kelor) mendapatkan hasil 6 toples dengan masing – masing toples berisi 28 cookies setiap hari dikonsumsi 2 keping cookies. Hasil yang didapatkan dari formulasi tersebut ASI meningkat, karena sebelum perlakuan ASI yang keluar hanya 72,5 ml dan setelah diberikan cookies menjadi 185 ml (Alindawati et al., 2021). Sejalan dengan penelitian oleh Hasibuan, *et al* (2020) Penelitian menunjukkan bahwa rata-rata produksi ASI pada ibu menyusui adalah 24,55 ml sebelum intervensi daun moringa dan meningkat menjadi 41,45 ml setelahnya. Intervensi tersebut terdiri dari pemberian 100 gram daun moringa, yang disiapkan sebagai sup sayur bening, kepada ibu menyusui antara hari kelima dan kesebelas pascapersalinan. Para ibu ini mengonsumsi sup tersebut selama tujuh hari, pada tahap awal menyusui (dengan bayi di bawah satu bulan).

sebuah penelitian oleh Titi Mutiara, daun kelor mengandung fitosterol—seperti kampesterol, stigmasterol, dan β -sitosterol—yang berperan sebagai galaktagog. Senyawa-senyawa ini diketahui dapat meningkatkan produksi ASI sekaligus meningkatkan nilai gizinya. (Titi Mutiara dalam Maesaroh Agnestiani, 2023).

Salah satu produk yang dapat dimanfaatkan untuk menambah nilai gizi pada Ibu menyusui ialah donat karena pada saat ini donat digemari oleh banyak orang, termasuk ibu menyusui, karena rasanya yang lezat dan teksturnya yang lembut. Dengan bentuk donat yang praktis dan mudah dikonsumsi juga menjadi nilai tambah untuk ibu menyusui yang sering sibuk mengurus bayi dan membutuhkan asupan makanan yang cepat namun tetap bergizi. Rasa manis dan gurih dari donat dapat membantu menutupi rasa khas daun kelor yang cenderung pahit atau langu, sehingga lebih mudah diterima oleh ibu menyusui.

Uji Pendahuluan dilakukan pada tanggal 17 April 2025 dengan 30 orang orang yang membantu di laboratorium gizi Lubuk Pakam. Eksperimen tersebut dilakukan menggunakan lima perlakuan, yang didasarkan pada rasio antara tepung terigu dan bubuk daun kelor. Perlakuan A terdiri dari 240 gram tepung terigu dan 10 gram bubuk daun kelor. Perlakuan B adalah 235 gram tepung terigu dan 15 gram tepung daun kelor. Perlakuan C berisi 230 gram tepung terigu serta 20 gram tepung daun kelor. Perlakuan D menggunakan 225 gram tepung terigu dan 25 gram tepung daun kelor. Sementara itu, Perlakuan E terdiri dari 220 gram tepung terigu dan 30 gram tepung daun kelor.

Hasil uji cita rasa organoleptik menunjukkan bahwa donat yang paling disukai adalah perlakuan A (240 gram tepung terigu + 10 gram tepung daun kelor), perlakuan B (233 gram tepung terigu + 15 gram tepung daun kelor), dan perlakuan C (230 gram tepung terigu + 20 gram tepung daun kelor). Hasil pengamatan juga menunjukkan bahwa perlakuan donat yang ditambahkan tepung daun kelor yang tidak dipilih memiliki alasan tertentu, seperti aroma daun kelor yang terlalu tajam atau perubahan tekstur donat. Semakin banyak tepung daun kelor yang digunakan, semakin kuat aroma khas daun kelor yang tercium pada donat D'Ker, dan tekstur donat menjadi

lebih padat serta tidak lembut dibandingkan dengan tiga perlakuan lainnya. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Uji Organoleptik, Uji Proksimat dan Analisis Fitosterol pada D’Ker (Donat Dengan Penambahan Tepung Daun Kelor)” Sebagai Camilan Ibu Menyusui. Daun kelor menarik minat para peneliti karena memiliki manfaat yang bisa dimanfaatkan sebagai bahan makanan tambahan, seperti donat yang dicampur dengan tepung daun kelor.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana uji organoleptik, uji proksimat, dan analisis fitosterol pada produk D’Ker donat dengan tambahan tepung daun kelor?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hasil dari uji organoleptik, uji proksimat, serta analisis fitosterol pada produk D’Ker yang merupakan donat dengan penambahan tepung daun kelor.

2. Tujuan Khusus

- 1 Melakukan penilaian organoleptik seperti warna, tekstur, rasa, dan aroma pada D’Ker, yaitu donat yang ditambahkan dengan tepung daun kelor.
- 2 Menganalisis uji proksimat yang paling diminati pada D’Ker, yaitu Donat yang dicampur dengan tepung daun kelor.
- 3 Menganalisis jenis fitosterol yang paling diminati dalam donat D’Ker yang menggunakan tepung daun kelor sebagai bahan tambahan.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini melibatkan bidang ilmu gizi dan teknologi pangan, dengan fokus pada pengembangan produk donat (D’Ker) yang ditambahkan dengan tepung daun kelor. Penelitian ini mencakup pembuatan produk dengan berbagai variasi bahan, pengujian kualitas secara organoleptik yang mencakup warna, tekstur, rasa, dan aroma, serta analisis kimia berupa uji komposisi dasar dan kadar fitosterol pada produk yang dipilih. Penelitian ini menggunakan rancangan acak lengkap (RAL) dalam skala laboratorium. dilakukan

dengan metode eksperimen menggunakan desain acak lengkap (RAL) dalam skala laboratorium

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, seperti:

1. Bagi Penulis

Untuk meningkatkan kemampuan dan memperluas pengetahuan penulis dalam menulis artikel ilmiah

2. Bagi Masyarakat

- a. Memberikan informasi kepada masyarakat agar bahan-bahan yang kurang rumit dapat diolah untuk menghasilkan makanan yang lebih menarik.
- b. Meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai cara memanfaatkan bahan pangan lokal untuk menghasilkan produk dengan nilai gizi yang lebih tinggi.
- c. Membuat produk donat sebagai salah satu makanan camilan baru yang kaya akan gizi, demi meningkatkan kecukupan gizi pada ibu yang sedang menyusui.

3. Bagi Institusi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan juga referensi bagi mahasiswa yang akan melanjutkan penelitian selanjutnya dan menjadi inovasi dalam mengembangkan produk makanan berbahan pangan lokal.

F. Keaslian Penelitian

tabel 1. Penelitian Terdahulu

Referensi	Judul	Metode	Lokasi	Populasi	Intervensi	Hasil Penelitian
Alindawati et al., 2021	Pengaruh pemberian kukis ekstrak daun kelor pada ibu nifas terhadap produksi ASI dan berat badan bayi	Studi observasional prospektif dengan desain pretest-posttest control group	4 klinik di Kabupaten Bekasi	72 ibu nifas (36 kelompok intervensi dan 36 kelompok kontrol)	Pemberian kukis ekstrak daun kelor selama 14 hari, dibandingkan dengan kukis tanpa ekstrak	Terdapat peningkatan signifikan produksi ASI pada kelompok intervensi (112,5 mL vs 45 mL) serta peningkatan berat badan bayi (575 g vs 225 g), sehingga kukis daun kelor berpengaruh positif terhadap produksi ASI dan pertumbuhan bayi
Purnanto et al., 2020	Pengaruh konsumsi teh daun kelor terhadap peningkatan produksi ASI di Grobogan	Quasi experimental dengan one group pretest-posttest design	Kabupaten Grobogan	60 ibu menyusui	Konsumsi teh daun kelor selama 3 minggu	Terjadi peningkatan produksi ASI dari 152,00 menjadi 158,50 dengan perbedaan signifikan ($p=0,002$), sehingga teh daun kelor berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI

Kumalasari et al., 2026	Pengaruh pemberian teh daun kelor terhadap produksi ASI pada ibu nifas	Quasi experimental dengan one group pretest-posttest design	Puskesmas Pulokulon 1, Grobogan	30 ibu nifas	Konsumsi teh daun kelor selama ± 1 minggu	Terjadi peningkatan kelancaran produksi ASI dari sebagian besar kurang lancar (73,3%) menjadi lancar (80%), dengan hasil uji menunjukkan pengaruh signifikan ($p=0,000$)
------------------------------------	--	---	---------------------------------	--------------	---	--