

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan dan gizi yang baik pada masa balita sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Pada usia ini, anak-anak memerlukan asupan gizi yang seimbang, termasuk karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Makanan selingan yang bergizi dapat menjadi solusi untuk memenuhi kebutuhan gizi tersebut. Salah satu alternatif yang menarik adalah pengembangan produk makanan berbasis bahan lokal yang kaya akan nutrisi, seperti tepung kacang merah (*Phaseolus vulgaris L*) dan tepung talas (*Colocasia esculenta L*) dengan fla susu. Konsumsi pangan memiliki tujuan utama untuk memenuhi kebutuhan kalori, vitamin, mineral, protein dan zat gizi lainnya. Pangan salah satu kebutuhan dasar manusia yang terpenting terutama pada Balita. Salah satu upaya yang bisa dilakukan dalam memperkenalkan makanan pada anak balita usia 3-5 tahun adalah dengan membuat dalam bentuk makanan selingan (Ciagusbandiah and Rindiani 2019).

Menurut World Health Organization (WHO) atau yang juga disebut EHO (Eks Organisasi Kesehatan Dunia) balita adalah anak-anak yang berada dalam rentang usia 0 sampai dengan 5 tahun. WHO menekankan bahwa masa ini merupakan periode kritis yang menentukan status kesehatan anak pada masa mendatang, serta berpengaruh besar terhadap tingkat kecerdasan dan produktivitas saat dewasa nanti. Sementara itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) mendefinisikan balita sebagai anak yang berusia di bawah lima tahun atau 0–59 bulan. Dalam berbagai kebijakan dan program pemerintah, seperti Posyandu dan imunisasi dasar lengkap, kelompok balita menjadi sasaran utama karena masih dalam masa rawan terhadap penyakit, kekurangan gizi, dan gangguan tumbuh kembang.

Makanan selingan merupakan makanan ringan yang dikonsumsi diantara waktu makan utama dan disarankan untuk balita karena zat gizi didalam tubuh akan berkurang 2 sampai 3 jam setelah makan seiring dengan pengurangan aktifitas tubuh. Jadi, fungsi makanan selingan sebagai penambah zat gizi yang kurang saat makan utama dengan jumlah kalori 150-200 kkal dan tidak bisa menggantikan makanan utama karena jumlah kalori yang rendah, penganeekaragaman makanan selingan dicari bahan pangan alternatif yang mengandung protein serta zat gizi lain untuk mencukupi gizi anak (Hery Santoso et al., 2022)

Angka kecukupan gizi anak usia 1-5 tahun, yaitu energi 1350 - 1400 kkal, kalsium 650 – 1000 mg, zat besi 7 – 10 mg, protein 20 gr, lemak 45 gr, dan karbohidrat 215 gr. Menurut AKG (Angka Kecukupan Gizi), makanan selingan anak dapat menyumbang sekitar 10- 20% dari total kebutuhan gizi harian anak (AKG,2019). Kebutuhan Nutrisi pada anak tercukupi dengan baik dikarenakan 1 buah pie mengandung 32,4 mg kalsium dan 1,81 mg zat besi dengan berat 35 gr. Sehingga dalam makanan selingan pada anak balita sudah cukup memenuhi standar angka kecukupan gizi anak balita.

Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris l*) mengandung protein dan karbohidrat cukup tinggi (23,1% dan 59,5%) yang dapat menjadi sumber gizi. Kacang merah juga mengandung mineral (seperti kalsium, fosfor, dan besi), vitamin (seperti vitamin A dan B1), dan komponen bioaktif, seperti flavonoid dan fitosterol dan bagi balita berfungsi untuk pertumbuhan tulang dan gigi (Ananta, and Ridawati 2023). Salah satu kacang yang dapat dimanfaatkan yaitu kacang merah, kacang merah dikenal sebagai sumber protein nabati sebesar 22,3 g per 100 g bahan. Susunan asam amino pada protein kacang merah pun cukup lengkap (Suknia and Rahmani 2020) Tepung kacang merah merupakan tepung yang diolah dengan menggunakan kacang merah 100% tanpa dicampur dengan bahan lain. (Biwillatifah and Gawarti 2023).

Talas (*Colocasia esculenta L*) sebagai salah satu bahan pangan alternatif dapat dikembangkan di lahan hutan rakyat. Disamping dapat dikonsumsi langsung sebagai bahan pangan juga dapat ditingkatkan sebagai bahan baku industri keripik, dan lain-lain tanaman pangan talas dikelompokkan ke dalam tanaman pati-patian dan talas salah satu sumber pangan yang kaya akan zat besi, sehingga dapat membantu mencegah anemia

dan memenuhi kebutuhan mineral penting bagi tubuh." (Masniawati et al., 2021)

Pie susu merupakan camilan penutup atau juga bisa dijadikan makanan pendamping yang memiliki ukuran kecil berbentuk lingkaran dan memiliki diameter 6 cm dengan penambahan susu sebagai isian utamanya. Pemanfaatan kacang merah dan talas sebagai bahan utama pie masing belum banyak ditemukan di berbagai produsen pie dan pada kalangan umum biasanya pie lebih disukai oleh anak-anak (Novidahlia, Fitriani, and Hapsari 2023).

Perbedaan antara pie pada umumnya dan pie talasmer sebagai pembuat kulit terletak pada komposisi adonan kulit. Pie biasa umumnya menggunakan tepung terigu, mentega, dan air sebagai bahan utama, sedangkan pada pie talasmer menggunakan tepung terigu, tepung kacang merah dan tepung talas. Pie biasa kandungan gizinya lebih rendah yaitu serat, protein nabati, dan mikronutrien sedangkan kulit pie kacang merah dan talas kaya akan serat pangan, vitamin C, kalsium dan zat besi. (Sari et al 2019)

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Sulistyo et al., 2022) tentang pembuatan pie vla dengan substitusi tepung kacang merah (*Phaseolus vulgaris L*) dan buah bit (*Beta vulgaris L*) sebagai cemilan untuk remaja anemia menunjukkan hasil adanya pengaruh penambahan kacang merah terhadap kandungan zat gizi pie yang cukup signifikan.

Berdasarkan uraian potensi peningkatan zat gizi kacang merah dengan substitusi tepung talas pada beberapa jenis makanan selingan, maka dalam penelitian ini dilakukan pengolahan pie tepung kacang merah dengan substitusi tepung talas sebagai makanan selingan untuk anak balita.

Hasil yang diperoleh dari hasil uji pendahuluan pie tepung kacang merah dan tepung talas dengan fla susu yang paling disukai adalah :

1. Perlakuan A : Tepung Terigu 150 g + Tepung Kacang Merah 150 g + Tepung Talas 50 g + Fla Susu 100 g .

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh variasi tepung kacang merah dengan substitusi tepung talas terhadap mutu fisik dan mutu kimia “ pie talasmer “ sebagai makanan selingan anak balita ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh variasi tepung kacang merah dengan substitusi tepung talas terhadap mutu fisik dan mutu kimia “ pie talasmer “ sebagai makanan selingan anak balita .

2. Tujuan Khusus

- a. Menghitung rendemen pie talasmer yang dihasilkan dari variasi tepung kacang merah dengan substitusi tepung talas.
- b. Menilai mutu fisik pie talasmer meliputi warna, aroma, tekstur dan rasa.
- c. Menentukan jenis perlakuan dari pie talasmer yang paling disukai.
- d. Menilai mutu kimia pie talasmer berdasarkan analisis kadar air , kadar abu, protein , lemak, karbohidrat dan kalsium .

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Sebagai salah satu sarana untuk mengembangkan kemampuan untuk mengembangkan wawasan penulis dalam menyusun skripsi.

2. Manfaat Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan mahasiswa tentang pemanfaatan pangan lokal dalam pengembangan makanan bergizi serta menjadi referensi untuk penelitian di bidang gizi dan pangan.

3. Manfaat Bagi Institusi

Menambah pengetahuan penelitian tentang uji mutu fisik dan uji mutu kimia kalsium pada produk makanan selingan pie tepung kacang merah dan tepung talas sebagai makanan selingan anak balita.