

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pangan adalah salah satu kebutuhan utama bagi manusia yang sangat penting untuk memenuhi kebutuhan tubuh, menjaga kehidupan, serta mendukung kesehatan dan kualitas hidup seseorang. Di zaman sekarang, kecenderungan makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat mulai berpindah menuju makanan yang praktis seperti cookies. Cookies menjadi pilihan karena praktis, tahan lama, dan digemari oleh berbagai kalangan usia (Thobagus Muhammad Nu'man, 2021).

Cookies adalah makanan kering yang biasanya dibuat dari bahan-bahan seperti tepung terigu, gula halus, telur, vanili, margarin, tepung maizena, baking powder, dan susu bubuk. Produk ini memiliki tekstur yang renyah, padat, dan kuat sehingga tidak mudah hancur, berbeda dari biskuit biasanya. Warnanya lebih mendekati kuning cokelat, hasil dari penggunaan susu bubuk dan penambahan margarin (Ervina *et al.*, 2024).

Kebanyakan cookies yang ada di pasaran saat ini belum memiliki kandungan gizi yang cukup baik, terutama untuk protein, kalsium, dan zink. Padahal ketiga zat gizi itu sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan membantu kerja tubuh. Protein membantu dalam proses pertumbuhan dan perbaikan jaringan, kalsium diperlukan untuk menjaga kesehatan tulang dan gigi, sedangkan zink berkontribusi pada sistem kekebalan tubuh serta berbagai proses metabolisme (Laboko 2019).

Untuk mengatasi permasalahan ini, pengembangan produk cookies dengan nilai gizi yang lebih baik sangat penting, tepung ikan lemuru adalah salah satu bahan makanan lokal yang bisa dimanfaatkan sebagai bahan tambahan untuk meningkatkan kandungan gizi pada produk makanan. Ikan lemuru adalah sumber protein hewani yang bisa dijangkau dan memiliki kandungan kalsium serta zink yang membantu memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Proses pengolahan ikan lemuru menjadi tepung juga memiliki manfaat

dalam memperpanjang masa simpan dan mempermudah pencampuran kedalam berbagai produk makanan, dan salah satunya cookies (Hidayah *et al.*, 2023).

Sekarang ini, banyak orang yang sedang mengembangkan produk cookies dengan menambahkan bahan makanan yang mengandung nutrisi baik, seperti protein, kalsium, dan zink. Cookies yang mengandung nutrisi tersebut bisa menjadi pangan tambahan yang membantu memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi anak, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan tulang. Salah satu bahan makanan yang bisa dipertimbangkan adalah tepung ikan lemuru karena mengandung protein, kalsium, dan zink, serta bisa digunakan untuk pembuatan cookies (Maulani *et al.*, 2024).

Cookies merupakan produk pangan yang dibuat dari adonan lunak dengan kandungan lemak tertentu. Produk ini memiliki karakteristik tekstur yang renyah saat dipatahkan dan penampang yang padat. Bentuk dan cita rasa cookies dapat bervariasi sesuai dengan bahan yang digunakan. Pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai bahan tambahan dalam pembuatan cookies merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan nilai gizi produk. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan tepung ikan lemuru sebagai bahan tambahan dalam pembuatan cookies (Niza 2024).

Menurut penelitian Lestrina dkk. (2020) mengenai pengolahan nugget ikan lemuru bagi ibu yang memiliki anak stunting di Kecamatan Pantai Labu, Kabupaten Deli Serdang, ikan lemuru berpotensi sebagai sumber pangan lokal bergizi dalam mendukung penanggulangan stunting. Pemberian nugget ikan lemuru selama 30 hari menunjukkan peningkatan tinggi badan anak stunting serta pengetahuan ibu dalam pemanfaatan pangan lokal. Nugget tersebut mengandung protein sebesar 9,33%, kalsium 1217,6 mg/kg, dan zink 20,9 mg/kg. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ikan lemuru berpotensi diolah menjadi berbagai produk pangan, salah satunya cookies, untuk meningkatkan kandungan protein, kalsium, dan zink.

Ikan lemuru dipilih karena hasil laut di Kabupaten Deli Serdang yang melimpah dan harganya murah. Pemanfaatan konsumsi ikan lemuru juga masih sedikit dikarenakan durinya yang banyak, padahal ikan lemuru sangat kaya

akan zat gizi, Ikan lemur diketahui memiliki kandungan zat gizi yang cukup beragam. Dalam setiap 100 gram ikan lemur terdapat sekitar 3 gram omega-3, 20 gram protein, 20 mg kalsium, 100 mg fosfor, 1 mg zat besi, serta 10,05 mg vitamin B. Kandungan zat gizi tersebut berperan dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak (Utami dan Sholiha 2022).

Berdasarkan hal diatas maka peneliti tertarik ingin melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penambahan Tepung Ikan Lemuru Pada Cookies Lemukies Terhadap Mutu Organoleptik Dan Mutu Kimia (Protein, Kalsium, Dan Zink)”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Pengaruh Penambahan Tepung Ikan Lemuru Pada Cookies Lemukies Terhadap Mutu Organoleptik Dan Mutu Kimia (Protein, Kalsium, Dan Zink).

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Penambahan Tepung Ikan Lemuru Pada Cookies Lemukies Terhadap Mutu Organoleptik Dan Mutu Kimia (Protein, Kalsium, Dan Zink).

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai mutu organoleptik pengaruh penambahan tepung ikan lemur pada cookies meliputi warna, tekstur, rasa, dan aroma.
- b. Menganalisa mutu kimia Protein pada penambahan tepung ikan lemur terhadap cookies.
- c. Menganalisa mutu kimia Kalsium pada penambahan tepung ikan lemur terhadap cookies.
- d. Menganalisa mutu kimia Zink pada penambahan tepung ikan lemur terhadap cookies.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Sebagai alternatif makanan ringan bergizi tinggi yang praktis dan disukai anak-anak. Cookies lemakies berbahan dasar tepung ikan lemuru dapat membantu pemenuhan kebutuhan protein, kalsium, dan zink, khususnya dalam tumbuh kembang anak. Selain itu, pemanfaatan ikan lemuru juga mendukung peningkatan nilai ekonomi pangan lokal.

2. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan dapat mengembangkan wawasan dalam penelitian Pengaruh Penambahan Tepung Ikan Lemuru Pada Cookies Lemukies Terhadap Uji Organoleptik Dan Mutu Kimia (Protein, Kalsium, Dan Zink).