

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Generasi Z terdiri dari individu yang lahir pada periode 1997-2012 yang tumbuh seiring dengan perkembangan teknologi yang pesat. Sejak usia dini, Gen Z telah terbiasa dengan penggunaan internet, telepon genggam, dan media sosial, sehingga memiliki tingkat ketergantungan yang cukup tinggi terhadap teknologi. Hal ini menjadikan Gen Z sebagai generasi yang aktif, adaptif, serta memiliki kemudahan dalam mengakses berbagai informasi dan layanan, termasuk dalam hal pemilihan makanan. Menurut data tahun 2020 dari Badan Pusat Statistik (BPS), populasi Gen Z di Indonesia 27,94% sehingga kelompok ini sangat mempengaruhi tren konsumsi pangan di masa yang akan datang (Anwar, Putri, and Maskar 2024).

Dalam kehidupan sehari-hari, pemilihan makanan pada Gen Z tidak terlepas dari pengaruh gaya hidup modern yang serba praktis dan efisien. Mereka sering menjadikan makanan cepat saji sebagai pilihan utama karena mudah diperoleh baik melalui pembelian langsung maupun layanan pemesanan secara daring. Selain itu, paparan media sosial dan peran influencer semakin memperkuat kecenderungan terhadap pemilihan makanan tertentu. Meskipun demikian, pertimbangan terhadap nilai gizi sering kali belum menjadi prioritas utama, sehingga berpotensi membentuk pola makan yang kurang sehat (Anwar, Putri, and Maskar 2024).

Kecenderungan tersebut juga terlihat dalam kebiasaan mengonsumsi camilan. Camilan atau kudapan memiliki peranan penting dalam kebiasaan konsumsi pangan Gen Z yang biasanya dikonsumsi di antara waktu makan utama umumnya dalam rentang dua hingga tiga jam setelah makan. Secara umum, camilan berfungsi sebagai sumber energi tambahan serta membantu menjaga kestabilan energi tubuh. Namun, dalam praktiknya banyak Gen Z yang menjadikan camilan sebagai pengganti makanan utama, terutama jenis camilan instan yang tinggi gula, garam, dan lemak (Nadhifah and Suhud 2025).

Selain itu, peningkatan konsumsi camilan yang kurang sehat juga dapat dipengaruhi oleh perilaku makan seperti binge eating, yaitu kecenderungan mengonsumsi makanan dalam jumlah berlebihan tanpa kontrol yang baik.

Kebiasaan tersebut dapat memberikan dampak terhadap kondisi Kesehatan, baik yang muncul dalam waktu dekat maupun yang berkembang secara bertahap. Pada periode awal, konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan dapat memicu penambahan berat badan, menimbulkan keluhan pada sistem pencernaan, serta menyebabkan tubuh lebih cepat mengalami kelelahan. Apabila kebiasaan makan yang kurang sehat terus berlangsung, dalam jangka panjang kondisi tersebut dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya obesitas, diabetes melitus, hipertensi, serta penyakit jantung(Wulandari et al. 2026).

Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi kelebihan berat badan mencapai sekitar 8,8%, dengan rincian prevalensi overweight 12,1% dan obesitas 4,1%. Tingginya prevalensi tersebut menunjukkan adanya permasalahan pola makan yang tidak sehat salah satunya dipengaruhi oleh kebiasaan mengonsumsi camilan rendah nilai gizi(Wenur, Musa, and Punuh 2025).

Oleh karena itu, diperlukan alternatif camilan yang tidak hanya praktis tetapi juga memiliki kandungan gizi yang seimbang. Camilan sehat adalah makanan yang membantu memenuhi kebutuhan gizi harian sekaligus memberikan tambahan energi. Kriteria camilan sehat mengandung protein, vitamin, serat pangan, rendah gula, garam, lemak serta memiliki indeks glikemik yang relatif rendah.

Pemanfaatan bahan pangan lokal yang tersedia dapat menjadi alternatif dalam pengembangan produk camilan. Bahan tersebut umumnya memiliki kandungan gizi yang baik, mudah diperoleh, serta memiliki nilai jual yang tinggi. Dengan pengolahan menjadi produk pangan juga dapat memberikan nilai tambah sekaligus mengoptimalkan sumber daya yang belum dimanfaatkan secara maksimal.

Pengembangan camilan sehat yang cukup populer dimasyarakat adalah skippy. Skippy merupakan jenis kue kering dengan bahan utama selai kacang tanah yang dikenal luas oleh Masyarakat serta digemari berbagai kalangan. Produk ini memiliki cita rasa gurih, aroma khas kacang, serta teksturnya yang renyah (Isa and Mayasari 2022).

Tingginya minat masyarakat terhadap kue kering juga terlihat pada data Badan Pusat Statistik tahun 2025 yang menunjukkan tingkat konsumsi kue kering per minggu di beberapa kabupaten/kota di Sumatera Utara, seperti Deli Serdang

sebesar 38,5%, Kota Medan 46,8%, Serdang Bedagai 21,6%, Tapanuli Utara 24,3%, Toba 64,1%, dan Humbang Hasundutan 31,3%. Data tersebut menunjukkan bahwa produk kue kering memiliki potensi besar untuk dikembangkan menjadi camilan yang lebih sehat dan bergizi. Seiring dengan perkembangan teknologi pangan, inovasi dalam pemanfaatan bahan pangan terus dilakukan sebagai upaya menghasilkan produk dengan nilai gizi yang optimal. Salah satu penerapannya dapat dilakukan dengan memanfaatkan tepung kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) pada formulasi skippy.

Kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) termasuk bahan pangan yang mudah ditemukan di lingkungan sekitar serta memiliki zat gizi yang cukup baik. Sehingga menjadikan kacang merah memiliki peluang untuk dikembangkan sebagai salah satu bahan dalam pengolahan produk pangan. Selain itu terdapat sejumlah zat gizi, antara lain protein, serat, zat besi, dan berbagai zat gizi makro yang dibutuhkan tubuh untuk menunjang proses pertumbuhan serta mempertahankan fungsi tubuh. Protein yang terdapat pada kacang merah memiliki peranan dalam proses pembentukan dan regenerasi jaringan, serta membantu menunjang perkembangan otot (Nainggolan, Sihotang, and Manalu 2022).

Berdasarkan data Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI 2020), dalam 100 gram kacang merah mengandung 22,1 gram protein, 1,1 gram lemak, 56,2 gram karbohidrat, 10,3 miligram zat besi, dan 502 miligram kalsium. Selain dikonsumsi secara langsung, kacang merah dapat diolah menjadi beragam jenis hidangan seperti biscuit, kue kering, es cream, brownies.

Durian (*Durio zibethinus*) termasuk salah satu jenis buah yang telah lama dikenal serta dibudidayakan oleh Masyarakat Indonesia. Di Provinsi Sumatera Utara, biji durian umumnya belum dimanfaatkan secara optimal dan sering dianggap sebagai limbah, sehingga kerap dibuang dan berpotensi menimbulkan pencemaran lingkungan. Padahal, biji durian kaya akan berbagai nutrisi, termasuk amilosa, karbohidrat, protein, lemak, dan energi. Secara spesifik, 100 gram biji durian segar mengandung 0,4 gram lemak, 2,6 gram protein, 47,6 gram karbohidrat, 17 miligram kalsium, 68 miligram fosfor, 1,0 miligram zat besi, 3 miligram natrium, 962 miligram kalium, 250 µg beta-karoten, 0,05 miligram riboflavin, dan 0,9 miligram niasin (Wibawani et al. 2023).

Pengolahan biji durian menjadi tepung dilakukan melalui tahapan perendaman, perebusan, pengeringan, dan penggilingan. Tepung biji durian kaya dan karbohidrat, dan berpotensi dimanfaatkan sebagai salah bahan baku dalam berbagai produk. Metode ini menawarkan fleksibilitas lebih besar dalam produksi pangan sekaligus memperpanjang masa simpan produk.

Pemanfaatan biji durian sebagai sumber pangan lokal dapat meningkatkan nilai gizi produk dan membantu mengatasi masalah kesehatan, seperti ketidakseimbangan antara asupan serat dan kebutuhan energi. Kandungan serat yang tinggi pada biji durian bermanfaat bagi kesehatan pencernaan dan pengendalian berat badan. Selain itu, pengolahan biji durian yang sebelumnya dianggap sebagai limbah menjadi produk pangan komersial dapat menciptakan nilai ekonomi.

Dalam penelitian ini, kacang merah dan biji durian dimanfaatkan dalam pengembangan produk skippy sebagai camilan sehat. Kombinasi kedua bahan tersebut berpotensi meningkatkan kandungan protein, serat, dan energi pada produk, sehingga dapat menjadi alternatif camilan yang lebih bergizi. Produk skippy tepung kacang merah dan tepung biji durian ini diharapkan mampu membantu mengatasi permasalahan pola makan yang kurang sehat pada Gen Z, seperti tingginya konsumsi camilan rendah gizi, serta berkontribusi dalam pencegahan risiko kelebihan berat badan dan gangguan kesehatan terkait pola makan.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Daya Terima Skippy Variasi Penambahan Tepung kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dan Tepung Biji Durian (*Durio Zibethinus Murr*) Sebagai Camilan Sehat”**

Setelah uji pendahuluan dengan 30 orang panelis di Laboratorium Teknologi Pangan Jurusan Gizi pada hari Senin, 23 Februari 2026, didapatkan 3 perlakuan terbaik dari 5 perlakuan yang diuji yaitu sebagai berikut:

1. Perlakuan A : Tepung terigu 20 gram + Tepung kacang merah 50 gram + Tepung biji durian 30 gram
2. Perlakuan B : Tepung terigu 20 gram + Tepung kacang merah 40 gram + Tepung biji durian 40 gram

3. Perlakuan C : Tepung biji durian 20 gram + Tepung kacang merah 30 gram
+ Tepung biji durian 50 gram

B. Rumusan Masalah

Bagaimana daya terima skippy variasi penambahan tepung kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) sebagai camilan sehat?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui daya terima skippy variasi penambahan tepung kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) sebagai camilan sehat.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai warna skippy variasi penambahan tepung kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) sebagai camilan sehat.
- b. Menilai aroma skippy variasi penambahan tepung kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) sebagai camilan sehat.
- c. Menilai tekstur skippy variasi penambahan tepung kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) sebagai camilan sehat.
- d. Menilai rasa skippy variasi penambahan tepung kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) sebagai camilan sehat.
- e. Menganalisis daya terima warna, tekstur, rasa dan aroma skippy variasi penambahan tepung kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) sebagai camilan sehat.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan dan pengalaman penulis dalam mengembangkan produk pangan lokal berbasis kacang merah (*Phaseolus vulgaris* L) dengan penambahan tepung biji durian (*Durio Zibethinus Murr*) sebagai camilan sehat.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif inovasi makanan selingan berbasis pangan lokal yang terjangkau dan bergizi.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran serta menambah pengetahuan mengenai pemanfaatan tepung kacang merah dan tepung biji durian dalam pengembangan camilan sehat.