BAB I
PENDAHULUHAN

A. Latar Belakang

Menyusui adalah kegiatan memberikan ASI kepada bayi atau anak melalui payudara ibu. Dalam proses ini, bayi memanfaatkan refleks mengisap untuk memperoleh dan menelan ASI. Bagi bayi yang baru lahir, ASI merupakan sumber makanan yang paling utama dan terbaik karena mengandung berbagai zat penting bagi pertumbuhan serta perkembangannya. Oleh sebab itu, kualitas dan jumlah ASI perlu diperhatikan, salah satunya melalui pemilihan makanan bergizi dalam menu harian ibu. Namun, masih banyak ibu menyusui yang mengonsumsi makanan atau camilan tanpa mempertimbangkan kebutuhan nutrisi tubuh maupun kecukupan gizi yang dapat menunjang produksi ASI. Pemberian ASI tidak hanya memberikan manfaat bagi bayi, tetapi juga bagi ibu. ASI terbukti membantu mengoptimalkan tumbuh kembang bayi, meningkatkan daya tahan tubuh agar tidak mudah terserang penyakit, serta mendukung perkembangan kecerdasannya. (Akhmad Kamilah, Ayu and Restanty, 2024).

Berdasarkan data *Global Breastfeeding Scorecard* tahun 2023, hanya 42% bayi berusia di bawah enam bulan yang hanya diberi ASI eksklusif. Angka ini jauh di bawah target 50% yang ditetapkan oleh Majelis Kesehatan Dunia *World Health Assembly* untuk tahun 2025. Tingkat pemberian ASI eksklusif di Provinsi Sumatera Utara turun dari 57,88% pada tahun 2021 menjadi 49,77% pada tahun 2023. Angka ini masih jauh tertinggal dari target 80% yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Berdasarkan data tersebut, pola konsumsi makanan siap saji menjadi salah satu tantangan besar dalam pemenuhan gizi masyarakat Indonesia. Kondisi ini dapat menurunkan kualitas asupan nutrisi, sementara persoalan kekurangan gizi masih belum sepenuhnya teratasi. Selain itu, pemenuhan kebutuhan gizi ibu menyusui juga perlu mendapat perhatian karena berperan penting dalam menentukan kualitas nutrisi awal yang diberikan kepada bayi melalui ASI. Di Indonesia, pemberian ASI cenderung mengalami penurunan setiap tahun, sehingga diperlukan asupan makanan bergizi yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Kacang hijau dan daun katuk adalah makanan yang dapat membantu ibu menyusui memenuhi kebutuhan gizinya. Keduanya dapat diolah

menjadi camilan sehat yang praktis dan mudah dikonsumsi untuk membantu menunjang produksi ASI (Nuraeni and Marianti, 2020). Daun katuk dan kacang hijau termasuk pangan lokal.

Pangan lokal merupakan bagian penting dari sistem ketahanan pangan yang tidak hanya memenuhi kebutuhan konsumsi masyarakat, tetapi juga mencerminkan identitas budaya, kondisi agro-ekologi, dan kearifan lokal suatu wilayah (Agribisnis and Vol, 2022). Pencarian kebenaran yang didasarkan pada fakta atau peristiwa yang khas bagi budaya suatu komunitas tertentu dikenal sebagai pengetahuan lokal (Fadhilah, 2023). Salah satu bentuk jajanan tradisiona ialah bolu kukus.

Bolu kukus termasuk salah satu jajanan tradisional yang memanfaatkan bahan-bahan lokal dan sudah lama dikenal masyarakat sebagai camilan ringan. Kue ini mudah dijumpai, mulai dari pasar tradisional, swalayan, hingga toko kue kaki lima, dihargai oleh individu dari segala usia, termasuk orang dewasa dan anak-anak. Bahan utama olahan bolu kukus umumnya ialah tepung terigu, namun belakangan ini penggunaannya mulai dikombinasikan dengan bahan lain sebagai upaya mengurangi ketergantungan pada terigu (Surachman, Putra and Wiadnyani, 2022). Dari segi kandungan gizi, setiap 100 gram bolu kukus memberikan energi sekitar 297 Kkal, dengan rincian kadar air 29,4 gram, abu 1,3 gram, lemak 4,3 gram, protein 7,3 gram, dan karbohidrat 57,7 gram. Angka-angka ini menunjukkan bahwa karbohidrat menjadi penyumbang energi terbesar pada kue ini, dilengkapi protein dan lemak dalam porsi sedang, serta kadar air yang relatif tinggi sehingga menghasilkan tekstur yang lembut. (Ariefta, 2025).

Menurut SNI 01-3840-1995 mengingat saat ini belum ada standar mutu yang ditetapkan untuk bolu kukus *steamed sponge cake*, standar untuk produk sejenis khususnya SNI 01-3840-1995 tentang Syarat Mutu Roti Manis akan dijadikan acuan bagi persyaratan mutunya. Produk tersebut harus memiliki karakteristik organoleptik yang khas, seperti warna yang menarik, aroma yang sedap, cita rasa yang khas, serta tekstur yang lembut dan tidak padat; Secara kimiawi, produk tersebut harus memiliki Kadar air maksimum 40%, kadar abu maksimum 3%, kadar gula (sukrosa) minimum 8%, dan kadar lemak maksimum 3%, secara mikrobiologis angka lempeng total maksimal 10^6 koloni/g serta bebas

dari cemaran *Escherichia coli* (<3 APM/g); serta aman dari cemaran logam berat seperti timbal (Pb) maksimal 1,0 mg/kg, tembaga (Cu) maksimal 10 mg/kg, seng (Zn) maksimal 40 mg/kg, dan arsen (As) maksimal 0,5 mg/kg.

Tepung *Premix* adalah produk campuran dari berbagai bahan tepung yang digabungkan menjadi satu kesatuan. Proses pembuatannya melibatkan pencampuran beberapa komponen seperti susu bubuk, gula halus, dan essence bubuk. Sementara itu, bahan-bahan berbentuk cair seperti air, telur, maupun lemak (misalnya margarin, shortening, mentega, dan minyak sayur) biasanya tidak dimasukkan ke dalam campuran ini. Pencampuran berbagai jenis tepung dalam produk premiks bertujuan untuk menggantikan sebagian komponen tertentu secara parsial, sehingga biaya produksi dapat ditekan menjadi lebih terjangkau (Santoso, 2009). Menurut Santoso (2009), penggunaan tepung *premix* memberikan sejumlah keuntungan, antara lain proses yang lebih hemat waktu, biaya yang lebih rendah, serta volume yang tidak terlalu besar sehingga penggunaannya menjadi lebih praktis.

Kalsium, zat besi, seng, kalium, fosfor, serta vitamin B1, B2, B3, B5, B6, C, dan E juga terkandung dalam kacang hijau. Kacang hijau dapat meningkatkan produksi ASI karena kaya akan protein (Nuraeni & Marianti, 2020). Menurut Tabel Komposisi Pangan Indonesia (2020), per 100 g kacang hijau mengandung 22,9 g protein, 1,5 g lemak, 56,8 g karbohidrat, 15,5 g air, 3,3 g abu, dan 7,5% serat. Kacang hijau dapat diolah menjadi tepung dan berbagai produk setengah jadi lainnya (Siti Safitri Ponelo, Yoyanda Bait, 2022).

Tanaman asal Asia Tenggara yang dikenal sebagai daun katuk (Sauropus androgynus) telah lama dimanfaatkan sebagai sumber pangan dan obat tradisional yang memiliki berbagai manfaat kesehatan (Mulyati, 2024). Karbohidrat, protein, lemak, vitamin A, berbagai jenis vitamin B, vitamin C, kalsium, zat besi, dan mineral lainnya dapat ditemukan dalam daun katuk. Kandungan vitamin C pada daun ini semakin meningkatkan sifat antioksidannya. Daun katuk diketahui bisa menaikkan ekspresi gen yang terkait dengan dua hormon yang memengaruhi pembentukan ASI, yaitu oksitosin dan prolaktin (Nuraeni and Marianti, 2020).

Pada hasil penelitian (Mahdiah, Zahara and Oppusunggu, 2022) yang berjudul *"Pengaruh Pemberian Cookies Sukahitu terhadap Peningkatan Kadar*

Hemoglobin pada Ibu Hamil", sebelum mengonsumsi biskuit tersebut, Rata-rata tingkat hemoglobin pada wanita hamil yaitu 11,5 g/dL, dengan standar deviasi 0,708. Setelah 30 hari konsumsi, rata-rata kadar hemoglobin meningkat menjadi 12,03 g/dL dengan deviasi standar 0,809. Berdasarkan nilai p sebesar 0,000 dari hasil analisis, kadar hemoglobin meningkat sebesar 0,53 g/dL setelah mengonsumsi Cookies Sukahitu. Peningkatan tersebut diduga berkaitan dengan kandungan tepung kacang hijau dan tepung daun katuk dalam cookies. Kedua bahan tersebut mengandung glisin yang berperan dalam pembentukan antioksidan glutation, sehingga zat besi dari makanan tetap berada dalam bentuk fero dan penyerapannya oleh tubuh dapat berlangsung lebih optimal.

Bolu Kukus dengan subsitusi diperkirakan bahwa tepung daun katuk dan tepung kacang hijau akan meningkatkan nilai gizi di dalamnya sehingga tepat digunakan untuk dibuat sebagai makanan cemilan sehat . Dengan informasi di atas, peneliti tertarik melalukan penelitian dengan judul **" Daya Terima Bolu Kukus dengan Subtitusi Tepung *Premix* Sukahitu Untuk Meningkatkan Produksi ASI:**

1. Perlakuan A : Tepung terigu 50 gram + Tepung kacang hijau 49 gram + Tepung daun katuk 1 gram.
2. Perlakuan B : Tepung terigu 50 gram + Tepung kacang hijau 47 gram + Tepung daun katuk 3 gram.
3. Perlakuan C : Tepung terigu 50 gram + Tepung kacang hijau 45 gram + Tepung daun katuk 5 gram.
4. Perlakuan D : Tepung terigu 50 gram + Tepung kacang hijau 43 gram + Tepung daun katuk 7 gram.
5. Perlakuan E : Tepung terigu 50 gram + Tepung kacang hijau 41 gram + Tepung daun katuk 9 gram.

Hasil diperoleh dari uji pendahuluan pada pembuatan bolu kukus dengan subtitusi tepung *premix* sukahitu pada tanggal 24 febuari 2025 pada uji coba organoleptic 15 orang panelis yaitu :

1. Perlakuan A : Tepung Terigu 50 gram + Tepung kacang hijau 49 gram + Tepung daun katuk 1 gram
2. Perlakuan B : Tepung Terigu 50 gram + Tepung kacang hijau 47 gram + Tepung

daun katuk 3 gram

3. Perlakuan C : Tepung Terigu 50 gram + Tepung kacang hijau 45 gram + Tepung daun katuk 5 gram

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan konteks di atas, tantangan penelitian dirumuskan sebagai berikut: "Bagaimana daya terima Bolu Kukus dengan subtitusi tepung *premix* sukahitu untuk meningkatkan produksi ASI?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk memastikan tingkat penerimaan konsumen terhadap bolu kukus yang dibuat menggunakan tepung premiks Sukahitu sebagai alternatif.

2. Tujuan Khusus

a) Mengetahui tingkat daya terima bolu kukus dengan substitusi tepung premix Sukahitu berdasarkan karakteristik warna.
b) Mengetahui tingkat daya terima bolu kukus dengan substitusi tepung premix Sukahitu berdasarkan karakteristik tekstur.
c) Mengetahui tingkat daya terima bolu kukus dengan substitusi tepung premix Sukahitu berdasarkan karakteristik aroma.
d) Menilai daya terima bolu kukus dengan subtitusi tepung *premix* sukahitu berdasarkan rasa.
e) Menilai daya terima bolu kukus dengan subtitusi tepung *premix* sukahitu berdasarkan kriteria penilaian.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

   Untuk memperluas pemahaman peneliti mengenai kandungan gizi dan pengolahan bolu kukus berbahan tepung premiks Sukahitu sebagai alternatif pangan yang berpotensi meningkatkan produksi ASI.

2. Manfaat Bagi Mahasiswa

   Mahasiswa yang berencana melakukan studi lebih lanjut mengenai

diversifikasi pangan menggunakan tepung *premix* Sukahitu wajib menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dan sumber belajar.

3. Manfaat Bagi Masyarakat
   a. Mengedukasi masyarakat mengenai kemajuan dalam pengolahan pangan, khususnya penggunaan tepung premix Sukahitu untuk pembuatan bolu kukus.
   b. Meningkatkan wawasan masyarakat akan penggunaan produk pangan daerah melalui pembuatan bolu kukus menggunakan tepung premix Sukahitu yang bergizi baik.
   c. Mengetahui pengembangan tentang pembuatan bolu kukus dengan nilai gizi yang lebih baik menggunakan tepung premix Sukahitu.

.