

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perubahan gaya hidup masyarakat mendorong terjadinya perubahan pola konsumsi pangan. Perubahan gaya hidup terjadi karena peningkatan kesejahteraan penduduk dan kesadaran akan besarnya hubungan antara makanan dan kemungkinan timbulnya penyakit¹. Hubungan antara makanan dan timbulnya penyakit antara lain seperti konsumsi rendah serat pangan yang menyebabkan banyak kasus penyakit kronis seperti kanker kolon, diabetes mellitus, jantung koroner, apendikitis, dan divertikulosis².

Solusi untuk pencegahan resiko tersebut antara lain mengkonsumsi makanan tinggi serat pangan. Mekanisme serat pangan dalam mencegah kanker kolon yaitu konsumsi serat pangan yang tinggi akan mengurangi waktu transit makanan dalam usus lebih pendek, serat pangan mempengaruhi mikroflora usus sehingga senyawa karsinogen menjadi lebih rendah³. Selain itu, konsumsi tinggi serat pangan dapat mengurangi kecepatan absorpsi glukosa yang dapat menurunkan glukosa darah dan respon insulin pada penyakit diabetes mellitus⁴. Rata-rata masyarakat Indonesia hanya mengkonsumsi serat pangan sebanyak 10,5 gram sedangkan kebutuhan serat pangan yang harus dicukupi rata-rata sekitar 30 gram/hari⁵.

Melihat pentingnya kebutuhan serat pangan bagi tubuh dan rendahnya asupan serat pangan di Indonesia sehingga dibutuhkan suatu upaya untuk meningkatkan jumlah asupan serat masyarakat. Salah satu pangan yang memiliki serat pangan yang tinggi adalah bekatul dan kacang merah.

Bekatul merupakan hasil samping proses penggilingan beras. Berdasarkan karakteristiknya bekatul merupakan hasil samping yang paling halus dengan warnanya yang putih. Bekatul memiliki kandungan serat pangan yang sangat tinggi, dalam 100 gram bekatul mengandung 25,3 gram serat pangan. Bekatul juga memiliki kandungan protein sebanyak 16,5 gram, lemak sebanyak 21,3 gram, dan karbohidrat kompleks sebanyak 49,4 gram⁶.

Kacang merah sangat populer di Indonesia. Biasanya kacang merah digunakan sebagai campuran sayuran⁷. Kacang merah merupakan salah satu jenis kacang-kacangan yang mudah didapat dipasar tradisional dengan harga relatif murah. Sifat dari kacang merah yang berperan sebagai fungsional adalah karena kacang merah kaya akan asam folat, kalsium, karbohidrat kompleks, serat dan protein yang tergolong tinggi⁸. Setiap 100 gram kacang merah kering mengandung serat pangan sebanyak 4 gram, dan kandungan gizi utama yang lain seperti protein sebanyak 22,1 gram, lemak sebanyak 1,1 gram dan karbohidrat sebanyak 56,2 gram⁹.

Bekatul dan kacang merah dapat diolah sebagai produk pangan.

Salah satu contoh bentuk produk pangan adalah *snack bar*. *Snack bar* didefinisikan sebagai produk makanan ringan yang memiliki bentuk batang dan merupakan campuran dari berbagai bahan seperti sereal, buah-buahan, kacang-kacangan, yang diikat satu sama lain dengan bantuan agen pengikat¹⁰. *Snack bar* yang terdapat dipasaran merupakan jenis *snack bar* yang banyak mengandung energi, protein dan serat. Produk yang terdapat dipasaran dengan merk “Sj” mengandung serat sebesar 4 gram per 100 gram *snack bar*, sedangkan suatu produk dapat mengklaim mengandung serat yang tinggi jika kandungan serat sebesar 5 gram per 100 gram bahan padat atau 100 ml bahan cair¹¹.

Uji pendahuluan yang sudah dilakukan menggunakan modifikasi resep dari penelitian Nandia Indrastati dan Gemala Anjani pada jurnal berjudul “*Snack bar* Kacang Merah dan Tepung Umbi Garut Sebagai Alternatif Makanan Selingan dengan Indeks Glikemik Rendah”. Variasi pencampuran yang digunakan yaitu 50% bekatul dan 50% kacang merah yang diperoleh hasil antara lain warna coklat tua, aroma harum, tekstur lunak dan memiliki rasa khas bekatul.

Penelitian ini dilakukan dengan mengembangkan *snack bar* dengan variasi pencampuran bekatul dan kacang merah, sehingga diharapkan dapat menjadi solusi pangan untuk memenuhi kebutuhan serat pangan masyarakat dan juga memperhatikan persyaratan lain seperti sifat fisik dan kadar proksimat dari *snack bar* tersebut.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada pengaruh variasi pencampuran bekatul dan kacang merah terhadap sifat fisik *snack bar*?
2. Apakah ada pengaruh variasi pencampuran bekatul dan kacang merah terhadap kadar proksimat *snack bar*?
3. Apakah ada pengaruh variasi pencampuran bekatul dan kacang merah terhadap kandungan serat pangan *snack bar*?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Menghasilkan produk pangan tinggi serat pangan dari hasil variasi pencampuran bekatul dan kacang merah pada pembuatan *snack bar*

Tujuan Khusus

1. Diketuinya sifat fisik *snack bar* bekatul dan kacang merah
2. Diketuinya kadar proksimat *snack bar* bekatul dan kacang merah
3. Diketuinya kandungan serat pangan *snack bar* bekatul dan kacang merah

D. Ruang Lingkup

Ditinjau dari segi keilmuan gizi, penelitian ini termasuk dalam bidang Ilmu Teknologi Pangan, yaitu pemanfaatan pangan lokal dengan menggunakan variasi pencampuran bekatul dan kacang merah menjadi olahan *snack bar*.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam membuat inovasi makanan berbasis pangan lokal

b. Bagi Institusi Terkait

Institusi terkait yaitu Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang akan digunakan sebagai bahan referensi untuk memberikan informasi tentang inovasi olahan bekatul dan kacang merah sehingga meningkatkan kualitas makanan dalam pengembangan bahan pangan lokal

c. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian sekaligus perbandingan terhadap penelitian dengan topik yang sama

2. Manfaat praktis

a. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang alternatif produk pangan yang dapat menambah sumber serat pangan dan mengangkat olahan berbahan pangan lokal

b. Bagi Pemerintah

Sebagai bahan masukan kepada pemerintah tentang pemanfaatan bekatul dan kacang merah sebagai upaya peanekaragaman pangan.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pertama yang belum pernah dilakukan oleh peneliti lain. Keaslian penelitian ini diambil berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan. Beberapa penelitian sebelumnya diantaranya terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Perbedaan	Persamaan
1.	Vyatri Pricilya dkk, 2015 ¹²	Daya Terima Proporsi Kacang Hijau (Phaseolus Radiata L) dan Bekatul (Rice Bran) terhadap Kandungan Serat pada <i>Snack bar</i>	Penggunaan bahan utama yaitu kacang hijau dan bekatul. Variabel penelitian yang berbeda yaitu pada kandungan kadar proksimat	Salah satu bahan utama memiliki kesamaan yakni menggunakan bekatul, dan produk yang dihasilkan juga berupa <i>snack bar</i>
2.	Nandia Indrastati dkk, 2016 ¹³	<i>Snack bar</i> Kacang Merah dan Tepung Umbi Garut sebagai Alternatif Makanan Selingan dengan Indeks Glikemik Rendah	Penggunaan bahan utama yaitu kacang merah dan tepung umbi garut. Variabel penelitian yang berbeda yaitu pada kandungan kadar proksimat dan serat	Produk yang dihasilkan sama berupa <i>snack bar</i> dan menggunakan salah satu bahan dari kacang merah
3.	Selma Avianty, 2013 ¹⁴	Kandungan Zat Gizi dan Tingkat Kesukaan <i>Snack bar</i> Ubi Jalar Kedelai Hitam sebagai Alternatif Makanan Selingan Penderita Diabetes Melitus Tipe 2	Penggunaan bahan utama yaitu ubi jalar dan kedelai hitam. Variabel dan sasaran yang diteliti berbeda, yaitu tingkat kesukaan dan penderita diabetes melitus	Produk yang dihasilkan sama berupa <i>snack bar</i> dan salah satu variabel yang diteliti adalah kandungan gizi