

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi adalah gangguan kesehatan akibat ketidakseimbangan antara asupan (intake) dengan yang dibutuhkan dan adanya faktor infeksi atau parasit (Aziz & Jufri, 2015). Masalah gizi terdapat di sebagian besar negara termasuk Indonesia. Di Indonesia terdapat masalah gizi lebih dan gizi kurang. Salah satu masalah yang sedang meningkat secara signifikan adalah penyakit tidak menular (*noncommunicable disease*).

Peningkatan penyakit tidak menular dipengaruhi oleh gaya hidup seperti pola makan tidak sehat dan aktivitas fisik yang kurang (P2PTM, 2019). Oleh karena itu perlu adanya perhatian terhadap pola konsumsi untuk mengurangi risiko penyakit tidak menular. Perhatian ini perlu lebih ditekankan lagi pada penderita atau orang dengan risiko penyakit diabetes melitus karena efeknya dapat berlangsung sangat cepat.

Diabetes merupakan masalah epidemi dunia. Sebanyak 463 juta penduduk bumi mengalaminya dan diperkirakan pada tahun 2045 penderita diabetes mencapai angka 700 juta. Saat ini, Indonesia masuk dalam 10 negara yang menyumbang jumlah angka diabetes terbesar yaitu sebanyak 10,681.4 jiwa (IDF, 2019). Apabila dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013, pada penduduk umur ≥ 15 tahun yang didiagnosis dokter

menderita diabetes melitus semula 1,5 %, pada Riskesdas tahun 2018 meningkat menjadi 2% (Infodatin, 2018).

Penatalaksanaan gizi untuk diabetes yaitu dengan pengaturan pola makan dan pemilihan bahan makanan. Dalam kasus diabetes, diet yang perlu diterapkan adalah dengan memilih bahan makanan yang memiliki indeks glikemik rendah. Indeks glikemik merupakan angka yang menunjukkan efek dari karbohidrat bahan pangan terhadap peningkatan gula darah (Integra, 2017). Di Indonesia terdapat pangan lokal yang beraneka ragam dan dapat dimanfaatkan sebagai pangan alternatif yang relatif aman bagi penderita diabetes.

Beberapa pangan lokal yang relatif aman bagi penderita diabetes adalah ubi jalar ungu. Ubi jalar ungu merupakan pangan lokal yang belum banyak dimanfaatkan masyarakat. Pada tahun 2020 produksi ubi jalar ungu diperkirakan sebanyak 2.715.825 ton. Perkiraan jumlah konsumsi atau penggunaan sebanyak 1.174.947 ton. Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan Indonesia mengalami surplus ubi jalar ungu sebanyak 1.540.878 ton (Pusat Data dan Sistem Informasi Pertanian Kementerian Pertanian, 2016). Ubi jalar ungu berpotensi sebagai pangan fungsional. Di dalam ubi jalar ungu terdapat komponen penting seperti antosianin, fenol, serat pangan dan indeks glikemik yang rendah. Penelitian yang mengukur indeks glikemik nasi putih, ubi cilembu dan juga ubi jalar ungu menunjukkan bahwa ubi jalar ungu memiliki indeks glikemik terendah yaitu

62,56 (Susanto, 2015). Ubi jalar ungu dapat dijadikan tepung dan berpeluang mensubstitusi penggunaan terigu 10-100% namun memiliki kadar protein yang rendah sehingga dalam mengonsumsinya perlu didampingi bahan pangan tinggi protein (Ginting, et al., 2015).

Bahan pangan tinggi protein dapat diperoleh dari kacang-kacangan. Salah satu kacang lokal yang potensial adalah kacang komak. Kacang ini banyak ditemukan di daerah Probolinggo, Nusa Tenggara Barat dan dapat juga ditemukan di daerah Bali. Tanaman komak mampu bertahan di daerah kering dengan produktivitas 6-10 ton/hektare. Kacang komak merupakan bahan pangan yang potensial. Penelitian Wardani, E menunjukkan bahwa ekstrak etanol tempe kacang komak memiliki kemampuan sebagai antihiperlikemik dan anti hiperkolesterol (Wardani, et al., 2015). Hasil penelitian Hartoyo, A dkk juga menyatakan bahwa tikus diabetes yang telah diintervensi selama 42 hari dengan diet yang mengandung ekstrak protein kacang komak menurunkan konsentrasi glukosa darah dari 455,75 mg / dl ke 104 . 50 mg / dl (77%) (Hartoyo, et al., 2011).

Ubi jalar ungu dan kacang komak yang merupakan bahan pangan ramah diabetes tersebut dapat diolah menjadi makanan yang praktis, mudah dibawa kemana saja dan awet seperti *snack bar*. Olahan tersebut perlu diperhatikan mutunya melalui sifat fisik dan kandungan gizinya sehingga layak dikonsumsi bagi penderita diabetes melitus.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana sifat fisik *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*)?
2. Bagaimana kandungan gizi *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*)?
3. Berapa takaran saji *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*)?
4. Berapa food cost *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*)?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sifat fisik dan kandungan gizi *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*).

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui sifat fisik *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*).
- b. Mengetahui kandungan gizi *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*)
- c. Mengetahui takaran saji *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*)

- d. Mengetahui food cost *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*)

D. Ruang Lingkup

Ditinjau dari segi keilmuan gizi, penelitian yang dilakukan ini termasuk dalam bidang Ilmu Teknologi Pangan yaitu meneliti pemanfaatan pangan lokal dengan membuat olahan *snack bar* tepung ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas L*) dan kacang komak (*Lablab purpureus*) untuk diet penderita diabetes melitus.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti juga institusi mengenai pemanfaatan ubi jalar ungu dalam bentuk tepung serta kacang komak sebagai alternatif *snack* bagi penderita diabetes melitus.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi industri

Menambah mitra bagi produsen tepung ubi jalar ungu dan kacang komak untuk mensuplai tepung ubi jalar ungu dan kacang komak pada pengusaha industri pembuatan *snack bar*.

- b. Bagi masyarakat

- 1) Memanfaatkan ubi jalar ungu dan kacang komak untuk menambah pemanfaatan pangan lokal.
- 2) Menjadi salah satu pilihan makanan untuk menjaga kadar glukosa darah terutama bagi penderita obesitas dan diabetes mellitus.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam hal pemanfaatan ubi jalar ungu dan kacang komak.

F. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Judul	Sumber	Persamaan	Perbedaan
1.	Kajian mutu fisik <i>snack bar</i> BUDE (Ubi Jalar Ungu dan Kacang Kedelai)	Al Farahi, Addien Zahratul ‘Aisyi (2020) Kajian Mutu Fisik <i>Snack Bar BUDE</i> (Ubi Jalar Ungu dan Kacang Kedelai) Sebagai Makanan Selingan. Skripsi.	Menggunakan ubi jalar ungu	Meneliti daya patah dan kekerasan produk

		Universitas Brawijaya		
2.	Formulasi food bar sebagai snack bagi penderita Diabetes Mellitus berbahan ubi jalar ungu dan kacang merah pratanak dilihat dari kadar amilosa dan gula reduksi	Carella, Hilda and , Fitriana Mustikaningrum, S.Gz, M.Sc and , Rusdin Rauf, S.TP., M.P (2016) Formu lasi Food Bar Sebagai Snack Bagi Penderita Diabetes Mellitus Berbahan Ubi Jalar Ungu (Ipomoea Batatas L. Poir) Dan Kacang Merah (Phaseolus Vulgaris L.) Pratanak Dilihat	Menggunak an ubi jalar ungu Untuk penderita diabetes	Melihat kadar amilosa dan gula reduksi

		Dari Kadar Amilosa Dan Gula Reduksi. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.		
--	--	---	--	--