

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup modern yang serba cepat telah meningkatkan permintaan masyarakat terhadap makanan praktis, terutama makanan selingan (snack). Namun, sebagian besar produk snack yang beredar di pasaran cenderung tinggi kalori, gula, dan lemak, tetapi rendah kandungan serat dan protein. Kondisi ini mendorong kebutuhan akan pengembangan produk snack yang tidak hanya praktis dan lezat, tetapi juga memiliki nilai gizi yang lebih baik dan fungsional bagi kesehatan. Kue kering seperti cookies memiliki ciri khas tekstur renyah dan butiran yang halus. Bahan dasarnya umumnya meliputi tepung terigu, gula pasir, telur, serta lemak seperti margarin atau mentega. Untuk meningkatkan nilai fungsionalnya, cookies bisa diperkaya dengan nutrisi yang bermanfaat bagi tubuh, contohnya serat, provitamin A, atau kalsium. Dengan demikian, camilan ini tidak hanya lezat, tetapi juga menyehatkan. Biskuit sendiri diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori seperti wafer, pie, krekers, dan kukis—berdasarkan tekstur, bahan, dan cara pembuatannya.

Indonesia memiliki kekayaan sumber daya pangan lokal yang melimpah dan berpotensi untuk dikembangkan, di antaranya adalah ubi jalar ungu dan kacang merah. Ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas* L.) kaya akan karbohidrat, serat pangan, serta senyawa antosianin yang berfungsi sebagai antioksidan alami dan memberikan warna ungu yang menarik. Pemanfaatan ubi jalar ungu dalam bentuk tepung dapat meningkatkan umur simpan dan fleksibilitas penggunaannya dalam berbagai produk olahan pangan.

Ubi ungu (*Ipomoea batatas* L.) adalah jenis ubi jalar populer yang banyak ditanam di Indonesia. Warna ungunya berasal dari pigmen alami bernama antosianin. Antosianin mempunyai efek hipoglikemik melalui mekanisme penghambatan enzim α -amilase dan α -glucosidase sehingga dapat menghambat absorpsi glukosa pada saluran gastrointestinal. Ubi ungu berpotensi meningkatkan produksi insulin, yang sangat berguna untuk

mengontrol kadar gula darah. Makanan ringan berbahan dasar ubi ungu memiliki indeks glikemik (IG) yang paling rendah, yaitu 21,54. Nilai ini lebih rendah jika dibandingkan dengan ubi kuning dan ubi merah. Meskipun demikian, ubi ungu adalah sumber karbohidrat kompleks yang baik, namun kandungan proteinnya rendah. Oleh karena itu, ubi ungu sebaiknya dikombinasikan dengan bahan pangan kaya protein lain, misalnya kacang merah (Noviati, T. D, dkk, 2023).

Kacang merah (*Phaseolus vulgaris L.*) merupakan salah satu bahan makanan jenis kacang-kacangan yang mengandung karbohidrat kompleks dan serat. Kandungan karbohidrat pada kacang merah yaitu 22,8gr/100gr sedangkan kandungan serat pada kacang merah yaitu sebesar 6,4-7,4gr/100gr. Kacang merah adalah pilihan yang baik untuk mengendalikan kadar gula darah karena memiliki indeks glikemik (IG) sangat rendah, yaitu 26. Nilai ini menjadikannya yang terendah di antara jenis kacang-kacangan lainnya. Selain itu, kacang merah juga kaya akan serat dan protein (8,7 gram per 100 gram). Konsumsi kacang merah dapat mencegah resiko diabetes mellitus karena kandungan karbohidrat kompleks pada kacang merah mempunyai indeks glikemik rendah dan termasuk lamban untuk di cerna oleh usus (Zaddana, C ,dkk, 2021).

Ubi ungu (*Ipomoea batatas L.*) dan kacang merah (*Phaseolus vulgaris L.*) adalah bahan pangan lokal yang mudah ditemukan dan memiliki potensi besar untuk dikembangkan menjadi camilan sehat, terutama bagi penderita diabetes melitus (DM). Camilan atau *snack*, yang dikonsumsi di antara waktu makan utama, sering dianggap remeh. Padahal, camilan memegang peran penting dalam menjaga kesehatan. Saat ini, banyak *snack* yang diproduksi cenderung tinggi kalori, lemak, dan karbohidrat sederhana. Pemanfaatan ubi ungu dan kacang merah sebagai bahan dasar untuk membuat produk pangan fungsional diharapkan dapat menciptakan *snack* yang tidak hanya lezat, tetapi juga kaya protein dan serat, serta rendah glukosa. Ini menjadikannya pilihan makanan selingan yang baik untuk masyarakat umum (Zaddana, C, dkk, 2021).

Kombinasi tepung ubi ungu sebagai sumber karbohidrat dan antioksidan dengan tepung kacang merah sebagai sumber protein diharapkan dapat menghasilkan produk cookies yang sinergis dan komplementer dari segi gizi. Cookies dipilih karena merupakan salah satu jenis makanan selingan yang sangat populer dan digemari oleh berbagai kalangan usia. Diversifikasi bahan dasar cookies dengan menggunakan bahan lokal seperti ini tidak hanya berpotensi meningkatkan nilai gizi produk, tetapi juga mendukung program penganeekaragaman pangan dan meningkatkan nilai ekonomis komoditas pertanian lokal. Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu dilakukan penelitian mengenai "Pengembangan Snack Cookies Berbahan Dasar Tepung Ubi Ungu dan Tepung Kacang Merah sebagai Makanan Selingan" untuk mendapatkan formulasi terbaik yang dapat diterima secara sensoris dan memiliki kandungan gizi yang baik.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai tingkat penerimaan konsumen terhadap *snack cookies* yang dibuat dari tepung ubi ungu dan tepung kacang merah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kesukaan panelis terhadap *cookies* pada setiap formula perlakuan
- b. Mengetahui kandungan gizi (berdasarkan TKPI dan AKG) pada produk cookies dengan formulasi terbaik.
- c. Mengetahui daya terima panelis terhadap terhadap *cookies* pada setiap formula perlakuan

C. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengetahuan ilmiah mengenai penggunaan kombinasi ubi ungu dan kacang merah untuk mengembangkan produk makanan lokal. Hasilnya bisa menjadi informasi penting untuk menciptakan camilan alternatif yang aman dan sehat.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi semua pihak, khususnya:

a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini secara tidak langsung dapat meningkatkan kesadaran masyarakat umum tentang pentingnya memilih makanan selingan yang sehat dan fungsional, serta potensi bahan pangan lokal dalam mendukung kesehatan.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar serta acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan pengembangan penelitian seperti optimasi formulasi, studi stabilitas produk, atau bahkan uji klinis lebih mendalam.

c. Bagi Rumah Sakit Umum Kota Tarakan

Penelitian ini berkontribusi pada upaya rumah sakit untuk memberikan pelayanan gizi yang lebih baik, inovatif, dan berbasis bukti, yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas perawatan.