

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Serat makanan merupakan kelompok karbohidrat yang struktur kimianya sangat kompleks dan merupakan bagian tanaman yang dapat dimakan. Berdasarkan karakteristik kimia, fisik, dan fungsionalnya, secara umum, serat dikelompokkan menjadi dua kelompok besar yaitu yang larut dan tidak larut dalam air (Hardinsyah, 2014).

Serat dibagi 2 yaitu Serat larut air dan serat tidak larut air. Serat larut air (*soluble fiber*), seperti pektin serta beberapa hemiselulosa mempunyai kemampuan menahan air dan dapat membentuk cairan kental dalam saluran pencernaan. Sehingga makanan kaya akan serat, waktu dicerna lebih lama dalam lambung, kemudian serat akan menarik air dan memberi rasa kenyang lebih lama sehingga mencegah untuk mengonsumsi makanan lebih banyak. Makanan dengan kandungan serat kasar yang tinggi biasanya mengandung kalori rendah, kadar gula dan lemak rendah yang dapat membantu mengurangi terjadinya obesitas (Santoso, 2011).

Sebagian besar penduduk Indonesia memiliki konsumsi serat yang rendah yaitu sebanyak 92,5 % (Riskesdas, 2013). penduduk Indonesia mengonsumsi serat 15 gram/hari, padahal konsumsi serat yang baik berkisar 25 gram/hari (Soerjodibroto, 2004). Pentingnya konsumsi serat

bagi tubuh dan rendahnya konsumsi serat di Indonesia sehingga menyebabkan banyak terjadi obesitas.

Asupan serat makanan diketahui bermanfaat dalam mengontrol kegemukan, penanggulangan diabetes, mengurangi tingkat kolesterol dan menurunkan tekanan darah (Hanifah dan Dieny 2016).

Makanan dengan densitas energi tinggi identik dengan jenis makanan yang dikonsumsi saat snacking. Makanan selingan akan menyebabkan tingginya asupan lemak jenuh dan total energi apabila tidak diimbangi dengan pengurangan makanan utama. Selain itu snacking dapat menyebabkan pola makan yang tidak teratur. Pola makan yang tidak sehat dengan kebiasaan konsumsi makanan berlemak seperti pada gorengan (Pratiwi dan Triska, 2017). Salah satu makanan yang dapat dijadikan makanan selingan atau snacking yaitu biskuit.

Biskuit adalah produk makanan kering yang dibuat dengan proses pemanggangan adonan yang mengandung bahan dasar terigu, lemak dan bahan pengembang, dengan atau tanpa penambahan bahan makanan dan bahan makanan lain yang diizinkan (BSN, 1992). Biskuit merupakan salah satu makanan ringan atau snack yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat. Produk ini merupakan produk kering yang memiliki kadar air rendah (Mayasari, 2015).

Seiring dengan bertambahnya keanekaragaman dalam pengolahan makanan, saat ini biskuit tidak hanya berbahan dasar tepung terigu saja. Bahan dasar biskuit dapat disubstitusi dengan jenis tepung – tepungan lain

seperti tepung jagung, dan tepung dari pati umbi - umbian. Penggantian dan penambahan bahan dasar dalam pembuatan biskuit dapat meningkatkan nilai gizi yang tidak terdapat pada tepung terigu atau memberikan ciri khas tertentu (Nurchayani, 2016). Selain umbi – umbian banyak bahan pangan lokal lain yang mengandung nilai gizi dan bisa dimanfaatkan sebagai bahan dasar pembuatan biskuit salah satunya tepung dari kacang hijau dan tepung dari bekatul karena bahan tersebut belum banyak digunakan pada olahan makanan kering.

Di Indonesia kacang hijau (*Phaseolus Radiata L*) banyak dikonsumsi oleh masyarakat, namun pengolahan kacang hijau untuk dijadikan pangan olahan masih terbatas dan hanya dimanfaatkan sebagai bubur kacang hijau, bahan pengisi bakpia (kumbu) dan sari minuman (Rahman, 2011). Kacang hijau mengandung serat sebesar 7,5 gram per 100 gram, sehingga dapat mencukupi kebutuhan serat sebesar 20% sehari (Persagi, 2012).

Selain tepung kacang hijau bahan yang digunakan dalam pembuatan biskuit yaitu tepung bekatul. Bekatul (*Ricepolish*) merupakan hasil proses penggilingan padi yang berasal dari lapisan luar beras. Ketersediaan bekatul di Indonesia sangat melimpah, namun pemanfaatan bekatul untuk makanan manusia masih terbatas (Wulandari, 2010). Menurut *USDA Nutrition*, bekatul memiliki serat sebesar 21 gram per 100 gram.

Biskuit yang dibuat dengan bahan kacang hijau dan bekatul diharapkan menjadi *snack* tinggi serat sehingga diharapkan dapat mencegah

obesitas. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti kandungan serat dan uji kesukaan biskuit kacang hijau dan bekatul.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana tingkat kesukaan dan kandungan serat pada formulasi biskuit kacang hijau dan bekatul ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat kesukaan dan kandungan serat pada formulasi biskuit kacang hijau dan bekatul.

2. Tujuan Khusus

- 1) Mendeskripsikan tingkat kesukaan biskuit kacang hijau dan bekatul.
- 2) Mendeskripsikan kandungan serat biskuit kacang hijau dan bekatul.
- 3) Menganalisis perbedaan tingkat kesukaan biskuit kacang hijau dan bekatul.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menemukan biskuit berbahan kacang hijau dan bekatul yang mengandung tinggi serat.

2. Bagi Institusi

Pendidikan Sebagai bahan tambahan informasi bagi mahasiswa mengenai produk makanan selingan (biskuit) dengan kandungan tinggi serat sehingga dapat dilakukan penelitian selanjutnya.

3. Bagi masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang biskuit kacang hijau dan bekatul sebagai alternatif makanan selingan.