

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Salah satu masalah kesehatan pada masyarakat di Indonesia adalah masalah gizi (Natalia dkk., 2013). Indonesia mengalami masalah gizi ganda yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Masalah gizi kurang terkait dengan kualitas hidup manusia sehingga tetap menjadi fokus utama pada saat ini (Badroso, 2009). Masalah gizi kurang di Indonesia salah satunya yaitu KEP (kekurangan energi protein). Salah satu penyebab langsung dari KEP adalah kurangnya asupan energi dan protein pada makanan sehari-hari yang tidak memenuhi angka kecukupan gizi (AKG) (Grover dan Ee, 2009).

Sumber energi yang terdapat pada makanan dapat diperoleh dari zat gizi protein (Almatsier, 2006). Kandungan energi protein setara dengan kandungan energi pada karbohidrat yaitu rata-rata 4 kkal/g (Rohman, 2013). Sumber protein sendiri terdiri dari protein hewani dan nabati (Almatsier, 2006). Sumber protein nabati dengan kandungan protein yang tinggi salah satunya adalah biji kecipir karena kadar proteinnya setara dengan kedelai yaitu 33,3–38,3% pada biji kecipir yang sudah tua, sedangkan kandungan protein pada kedelai adalah 40% (Handayani, 2013 ; Amoo dkk., 2006 ; Winarsi, 2010).

Tanaman dengan jenis kacang-kacangan (*Fabacea*) salah satunya adalah tanaman kecipir. Kecipir sendiri merupakan salah satu tanaman tropis yang dapat tumbuh dengan baik di daratan tinggi (2000 mdpl) maupun daratan rendah, tanah dengan bahan organik yang rendah, tanah berlempung, berpasir serta dapat tumbuh dengan iklim yang kering sehingga

tanaman memiliki potensi untuk dikembangkan di Indonesia (Handayani, 2013 ; Krisnawati, 2010).

Kecipir berpotensi sebagai sumber pangan yang baik untuk kesehatan, hal ini karena kandungan zat gizi yang tinggi terutama protein, berbagai asam amino esensial serta kandungan lemak yang relatif tinggi. Sebanyak 71% kandungan lemak pada biji kecipir merupakan asam lemak tak jenuh. Asam lemak tak jenuh seperti omega-6 yang terkandung dalam biji kecipir berfungsi meningkatkan kolesterol HDL dan menurunkan kolesterol LDL (Astawan, 2009 ; Handayani, 2013 ; Krisnawati, 2010).

Kecipir mengandung protein yang tinggi pada biji kecipir yang sudah tua yaitu sebesar 33,3–38,3%, sehingga dalam 100 g dapat memenuhi kebutuhan AKG protein sebanyak 20%. Biji kecipir merupakan bahan pangan tinggi protein karena kandungan proteinnya dapat memenuhi kebutuhan minimal 20% AKG protein dengan perhitungan kebutuhan pada tingkat konsumsi 52 g per 2000 Kkal (Handayani, 2013 ; Amoo dkk., 2006 ; Yustina dan Abadi, 2012 ; NLEA, 1994).

Saat ini budidaya dan pemanfaatan tanaman kecipir masih terbatas dan belum dilakukan dengan optimal. Umumnya kecipir hanya ditanam sebagai tanaman pekarangan dan pemanfaatannya yaitu hanya dikonsumsi sebagai lalapan atau sayur pada polong muda (Handayani, 2013 ; Krisnawati, 2010). Kandungan protein yang tinggi pada biji kecipir dapat digunakan sebagai bahan produk pangan (Krisnawati, 2010). Biji kecipir dapat dimanfaatkan sebagai sumber protein dengan dibuat tepung pengganti ataupun campuran untuk produk pangan. Produk olahan setengah jadi seperti tepung menjadikan suatu bahan makanan masa simpannya lebih lama, mudah

untuk disimpan, mudah dicampur dan mudah dibentuk dalam pengolahan pangan (Winarno, 2000 ; Astawan, 2009).

Produk makanan tradisional yang banyak digemari oleh masyarakat salah satunya adalah kue apem. Kue apem merupakan kue yang terbuat dari tepung beras. Pembuatan apem yang tidak terlalu sulit sehingga semua masyarakat dapat membuatnya (Nurhayati dkk., 2013).

Kue apem memiliki keunggulan tersendiri apabila dibandingkan dengan kue lain yang terbuat dari tepung beras seperti serabi dan kue cucur. Keunggulan tersebut adalah dalam proses pembuatan kue apem yaitu menggunakan fermentasi. Makanan yang diolah dengan fermentasi memiliki keuntungan yaitu zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan tersebut akan mudah dicerna atau dimetabolisme oleh tubuh karena pada proses fermentasi zat gizi kompleks akan diubah menjadi zat gizi yang sederhana (Nurhayati dkk., 2013 ; Karmini, 1996).

Kandungan zat gizi kue apem selama ini yang tertinggi yaitu karbohidrat (39,55 %), karena bahan utama dalam pembuatan kue apem adalah tepung beras. Kandungan zat gizi kue apem seperti energi dan protein adalah 186,66 kkal dan 3,33 g dalam 100 g bahan, sehingga untuk meningkatkan kandungan zat gizi terutama protein pada kue apem dapat menggunakan tepung biji kecipir yang disubstitusikan dengan tepung beras (Nurhayati dkk, 2013 ; DKBM, 2010).

Penggunaan tepung biji kecipir menjadi produk olahan tradisional kue apem merupakan salah satu bentuk panganekaragaman pangan yang memiliki kandungan protein yang tinggi. Kandungan protein yang tinggi pada makanan tradisional tersebut dapat berpotensi sebagai bahan makanan

tambahan pemulihan pada penderita KEP yang berbasis bahan lokal (Krisnawati, 2010 ; Kemenkes, 2011 ; Almatsier, 2006).

Penelitian tentang penggunaan tepung biji kecipir perlu dilakukan dengan mengevaluasi komposisi kandungan zat gizi protein serta sifat organoleptik pada kue apem yang meliputi warna, aroma, rasa dan tekstur sehingga akan berpengaruh pada daya terima kue apem. Uji daya terima dilakukan untuk mengetahui penerimaan konsumen terhadap olahan produk kue apem yang meliputi sifat sensorik diperlukan persepsi panelis sebagai alat yang bertujuan menilai sifat atau mutu terhadap formula dan dapat menghasilkan produk yang lebih disukai.

Berdasarkan uraian tersebut maka perlu akan dilakukan penelitian mengenai pengaruh penggunaan tepung biji kecipir sebagai substitusi tepung beras dalam pembuatan kue apem terhadap kadar protein dan daya terima.

B. RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh penggunaan tepung biji kecipir (*Psophocarpus tetragonolobus* L.) sebagai substitusi tepung beras dalam pembuatan kue apem terhadap kadar protein dan daya terima ?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui kadar protein dan daya terima kue apem yang terbuat dari substitusi tepung biji kecipir.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengukur kadar protein kue apem dengan substitusi tepung biji kecipir yang berbeda.
- b. Mengukur daya terima kue apem dengan substitusi tepung biji kecipir yang berbeda.
- c. Menganalisis pengaruh penggunaan tepung biji kecipir sebagai substitusi tepung beras dalam pembuatan kue apem terhadap kadar protein.
- d. Menganalisis pengaruh penggunaan tepung biji kecipir sebagai substitusi tepung beras dalam pembuatan kue apem terhadap daya terima.
- e. Menginternalisasi nilai-nilai keislaman.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Masyarakat

Menambah referensi untuk masyarakat dalam pembuatan kue apem dengan memanfaatkan biji kecipir dalam upaya peningkatan penganeekaragaman pangan yang berbasis produk lokal.

2. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat dipakai sebagai acuan apabila akan mengadakan penelitian sejenis.