BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Praktik pemberian makan bayi dan anak sangat penting demi keberlangsungan hidup dan perkembangan seorang anak [1]. Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA) yang disarankan yaitu: 1) Melaksanakan Inisiasi Menyusu Dini (IMD), 2) ASI Eksklusif 0-6 bulan, 3) MP-ASI dari 6-24 bulan, dan 4) Melanjutkan ASI sampai usia 2 tahun [2]. Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan bayi paling baik dan setiap bayi berhak mendapatkan ASI [3]. Menyusui sejak dini mempunyai dampak yang positif baik bagi ibu maupun bayinya. Bagi bayi, menyusui mempunyai peran penting untuk menunjang pertumbuhan, kesehatan, dan kelangsungan hidup bayi karena ASI kaya dengan zat gizi dan antibodi. Bagi ibu, menyusui dapat mengurangi morbiditas dan mortalitas karena proses menyusui akan merangsang kontraksi uterus sehingga mengurangi perdarahan pasca melahirkan (postpartum) [4].

Pemerintah Indonesia menargetkan luas cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 80% di seluruh wilayah Indonesia[5]. Berdasarkan data yang diperoleh 4 tahun terakhir target ASI eksklusif di Indonesia meningkat namun belum tercapai [6,7,8]. Hasil data terbaru Riskesdas tahun 2018 menunjukkan jumlah persentase bayi yang mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan di Indonesia sebesar 37,3% dan di Jawa Barat sebesar 36% [9]. Menurut Profil Kesehatan Kota Cimahi tahun 2017, capaian ASI eksklusif sebesar 69,3% sudah melebihi target global yaitu 50% namun masih dibawah target nasional yaitu 80% [10,11]. Di Cimahi Utara, capaian ASI eksklusif hampir mencapai target nasional yaitu sebesar 77,7% [12]. Rendahnya tingkat pemberian ASI eksklusif tersebut sangat berkontribusi terhadap 1,4 juta kematian bayi dan 10% angka kesakitan balita [13].

Pola pemberian ASI dan pola pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada anak usia 0-23 bulan meliputi proses mulai menyusu, inisiasi menyusu dini (IMD), pemberian kolostrum, pemberian makanan prelakteal,

menyusu eksklusif, dan pemberian MP-ASI. Kriteria menyusu eksklusif ditegakkan bila anak usia 0-6 bulan hanya diberi ASI saja dan tidak diberi makanan prelakteal [14]. Penerapan pola pemberian makan ini akan meningkatkan status gizi bayi dan anak serta mempengaruhi derajat kesehatan selanjutnya [15]. Saat ini penerapan pola pemberian makan terbaik untuk bayi sejak lahir sampai anak berumur 2 tahun tersebut belum dilaksanakan dengan baik khususnya dalam pemberian ASI eksklusif karena ibu tidak percaya diri bahwa dirinya mampu menyusui dengan baik sehingga mencukupi seluruh kebutuhan gizi bayi. Hal ini antara lain disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu, kurangnya dukungan tenaga kesehatan, fasilitas pelayanan kesehatan, dan produsen makanan bayi untuk keberhasilan ibu dalam menyusui bayinya [16] serta rendahnya produksi ASI. Dalam ilmu laktasi, ada sebutan galaktagog atau laktagog atau laktagoga (laktogenik), yaitu hal-hal yang dipercaya dapat memperlancar ASI [17].

Buah alpukat memiliki kandungan omega-6 (asam linoleat). Kandungan asam lemak tidak jenuh tunggal (MUFA) mencapai 9,8g/100 g. MUFA yang banyak terkandung dalam buah alpukat adalah asam linoleat [18]. Omega-6 menjadi penting bagi pertumbuhan bayi karena mereka bahan utama dalam pembentukan serabut syaraf dan prostaglandin yang dibutuhkan oleh tubuh untuk pembekuan darah dan kekebalan tubuh [19]. Kombinasi omega-3 dan omega-6 dipercaya mampu meningkatkan fungsi kognitif dan kemampuan visual bayi. Bayi yang berkecukupan omega-3 dan omega-6 memiliki tingkat kecerdasan lebih tinggi dibandingkan bayi yang kurang atau tidak mendapat asupan omega-3 dan omega-6 [20].

Konsumsi sumber omega-6 akan meningkatkan pembentukan hormon prostaglandin [21]. Hormon prostaglandin bekerja membantu oksitosin dan estrogen dalam merangsang aktivitas otot polos yang berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI [22]. Hasil ekstraksi asam lemak daging buah alpukat sebanyak 500,700 g dan sampel kering 243,410 g didapatkan minyak 167,598 g. Asam lemak pada alpukat terdiri dari asam nonanoat 1,20%, asam miristat 2,80%, asam behenat 2,23%, asam

palmitoleat 7,91%, asam oleat 10,95%, asam linoleat (omega-6) 28,69%, asam isopalmitat 4,77% [23]. Hasil analisis penelitian lain melaporkan, kandungan asam lemak tertinggi pada buah alpukat matang yaitu omega-6 dengan kadar 46,79% [24]. Hal ini membuktikan bahwa kandungan omega-6 pada buah alpukat memiliki kadar tertinggi diantara asam lemak lainnya [25]. Angka Kecukupan Gizi menyatakan bahwa penambahan omega-6 bagi ibu menyusui sekitar 2 g dari jumlah penambahan lemak total [26]. Selain itu, buah alpukat kaya akan kandungan gizi lainnya yaitu protein 0,9 g, lemak 6,5 g, karbohidrat 7,7 g, Fe 0,9 mg, dan vitamin C 66 mg [27].

Daun katuk memiliki kandungan fitosterol tertinggi diantara tanaman laktogenik lainnya [28]. Fitosterol termasuk sterol alami dari alam, salah satunya senyawa androstan memiliki peranan penting sebagai prekursor sintesis hormon steroid yaitu progesteron dan estradiol. Melalui aksi antara hormon steroid dan prostaglandin akan menstimulasi kelenjar hipofisis anterior dan posterior dalam melepaskan prolaktin dan oksitosin yang berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI [29]. Kandungan fitosterol daun katuk segar dengan asumsi kadar air 78,2% sebanyak 466mg/100 g, lebih tinggi dibandingkan dengan jenis sayuran lain [30]. Hasil penelitian melaporkan bahwa pemberian ekstrak daun katuk pada kelompok ibu melahirkan dan menyusui bayinya dengan dosis 3x300 mg/hari selama 15 hari terus-menerus mulai hari ke-2 atau hari ke-3 setelah melahirkan dapat meningkatkan produksi ASI 50,7% lebih banyak dibandingkan dengan kelompok ibu melahirkan dan menyusui bayinya yang tidak diberi ekstrak daun katuk [31].

Daun katuk kaya akan β-karoten, sehingga konsumsi daun katuk dalam jumlah tertentu diduga akan meningkatkan kadar vitamin A dalam susu. Selain itu dapat memperkaya kadar vitamin terutama vitamin C. Nilai gizi daun katuk segar yaitu protein 5,3 g, lemak 0,9 g, karbohidrat 9,1 g, serat 1,2 g, Fe 3,1 mg, dan vitamin C 66 mg [32] dan mineral terutama zat besi. Hal ini bisa menjadi asupan tambahan selain kebutuhan basal ibu dalam memenuhi Angka Kecukupan Gizi pada ibu menyusui [33].

Wujud implementasi produk yang akan dibuat adalah es krim dengan memanfaatkan pangan lokal buah alpukat dan daun katuk. Es krim merupakan salah satu jenis makanan populer dan sangat digemari di dunia [34]. Es krim dapat diterima oleh semua kalangan masyarakat karena teksturnya yang lembut dan rasanya yang manis. Es krim pada dasarnya kaya akan energi dan zat gizi makro dengan kandungan energi 210 kkal, protein 4 g, lemak 12,5 g dan karbohidrat 20,6 g. Produk es krim, dengan penambahan alpukat dan daun katuk diharapkan mampu menjadi produk yang tepat bagi ibu menyusui. Melalui penelitian ini, modifikasi bahan baku memerlukan kajian lanjut tentang proses pembuatan es krim yang memiliki efek laktogenik dengan menghasilkan mutu produk yang dapat diterima konsumen terutama ibu menyusui dan memiliki nilai gizi yang baik.

1.2 Perumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh imbangan alpukat dan sari daun katuk terhadap mutu es krim laktogenik?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh imbangan alpukat dan sari daun katuk terhadap mutu sifat organoleptik, nilai gizi (protein, lemak dan karbohidrat) dan kandungan omega-6 es krim laktogenik.

1.3.2 Tujuan Khusus

a. Mendapatkan formulasi yang tepat antara alpukat dan sari daun katuk untuk meghasilkan es krim laktogenik.
b. Mendapatkan data sifat organoleptik (warna, aroma, rasa tekstur dan *overall*) es krim yang dihasilkan dari imbangan alpukat dan daun katuk yang berbeda.
c. Mengetahui nilai gizi meliputi energi, protein, lemak dan karbohidrat es krim laktogenik.

d. Mengetahui kadar omega-6 yang dihasilkan dari imbangan es krim alpukat dan sari daun katuk yang terbaik.
e. Mengetahui biaya produksi es krim dari imbangan es krim alpukat dan sari daun katuk yang terbaik.

1.4 Ruang Lingkup Masalah

Penelitian yang dilakukan meliputi bidang Ilmu Teknologi Pangan dan Gizi, khususnya meneliti tentang pengaruh imbangan alpukat dan sari daun katuk terhadap sifat organoleptik, nilai gizi (protein, lemak dan karbohidrat) dan kandungan omega-6 es krim laktogenik untuk ibu menyusui.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Sasaran

Diharapkan produk es krim alpukat dan sari daun katuk mampu memiliki efek laktogenik bagi ibu menyusui yang telah diformulasikan secara khusus sehingga mampu menjadi produk yang memiliki nilai gizi (protein, lemak dan karbohidrat) dan kandungan omega-6 sebagai produk yang memiliki efek laktogenik untuk ibu menyusui.

1.5.2 Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan memperluas wawasan bagi peneliti dalam bidang Gizi Pangan dan bidang Ilmu Teknologi Pangan. Diantaranya mampu menghasilkan data sifat organoleptik, nilai gizi (protein, lemak dan karbohidrat) dan kandungan omega-6 pada es krim serta mampu membuat es krim laktogenik yang diperuntukkan bagi ibu menyusui.

1.5.3 Bagi institusi

Memberikan informasi yang bermanfaat mengenai pembuatan produk es krim laktogonik untuk ibu menyusui dan dapat digunakan sebagai referensi dalam perbandingan penelitian sejenis.