

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah *overweight* dan obesitas meningkat dengan cepat di berbagai belahan dunia menuju proporsi epidemik. Di negara maju, obesitas telah menjadi epidemik dengan memberikan kontribusi angka kesakitan sebesar 35% dan berkontribusi terhadap angka kematian sebesar 15-20%. Obesitas tidak mengakibatkan kematian secara langsung, tetapi mengakibatkan masalah kesehatan yang serius yang dapat memacu kelainan kardiovaskuler, ginjal, metabolik, dan respon inflamasi (Grundy et al (2004) dalam Burhan 2013).

Obesitas adalah suatu kondisi dimana terjadi akumulasi lemak yang berlebih atau abnormal yang dapat menimbulkan efek buruk bagi kesehatan. Pada tahun 2014 Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa 1,9 miliar orang dewasa mengalami kelebihan berat badan dengan prevalensi yang mengalami *overweight* sebesar 39% dan yang mengalami obesitas sebesar 13%, serta obesitas paling banyak terjadi pada wanita dengan prevalensi 15% dan laki-laki 11% lalu pada anak balita terdapat 41 juta anak yang mengalami *overweight* dan obesitas (Kandinasti, 2018).

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi obesitas sentral pada anak ≥ 15 tahun adalah sebesar 31% jumlah tersebut mengalami kenaikan dari tahun 2013 yang prevalensinya 26,6% (Riskesdas, 2018).

Penelitian yang dilakukan Nurmasari Widyastuti (2016) mengatakan bahwa asupan serat yang cukup memberikan kontribusi penting terhadap pengendalian kadar trigliserida darah pada remaja obesitas. Pada subjek penelitian disarankan untuk memperbaiki pola makan, dengan mengurangi konsumsi bahan makanan yang mengandung banyak lemak jenuh dan meningkatkan asupan serat makanan. Sehingga kesimpulan dari penelitiannya adalah ada hubungan antara asupan serat dengan kadar trigliserida darah (Widyastuti, 2016)

Serat makanan atau serat pangan adalah bagian dari makanan yang tidak dapat dicerna oleh enzim pencernaan manusia. Serat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu serat larut air dan serat tidak larut air. Serat larut air tidak dapat dicerna oleh enzim pencernaan tetapi larut dalam air sedangkan serat tidak larut air tidak dapat dicerna dan tidak dapat larut dalam air (Mursalina dkk, 2012).

Ketika seseorang mengonsumsi makanan yang mengandung banyak serat, maka orang tersebut akan merasa cepat kenyang lebih cepat. Dengan adanya serat maka orang tersebut akan mengunyah lebih lama, dan hal ini akan menstimulasi ekskresi saliva (air liur) dan cairan lambung lebih banyak. Sekresi yang berlebihan ini akan menyebabkan perut merasa kenyang (Santoso, 2011).

Tape adalah salah satu produk dari hasil fermentasi. Bahan dasar pembuatan tape diantara bisa dari beras, ketan, jagung dan ketela pohon. Bahan-bahan tersebut dikukus hingga matang, dihamparkan ditampah dan setelah dingin dibubuhi ragi, kemudian campuran itu ditaruh dalam belanga, ditutup dengan daun pisang dan disimpan dalam tempat yang sejuk. Dalam waktu yang tidak lama tumbuh khamir karena daya kerja organisme organisme yang terdapat dalam ragi (Heyne (1987) dalam Berlian 2016).

Untuk meningkatkan minat konsumsi di masyarakat, produk tape ketan hitam dapat diolah dalam bentuk lain, diantaranya adalah *ice cream*, *snack bar*, brownies, dan muffin. Tape ketan hitam dipilih sebagai bahan untuk pengembangan produk karena ketan hitam memiliki kandungan serat yang tinggi.

Menurut Yanuar 2009 beras ketan hitam (*Oryza sativa* var. *glutinosa*) merupakan salah satu komoditi yang memiliki potensial sebagai sumber antioksidan, senyawa bioaktif, dan megandung serat yang penting bagi kesehatan. Selain itu beras ketan hitam juga mengandung zat warna yang dapat digunakan sebagai pewarna alami pada makanan yaitu, antosianin yang berasal dari sel-sel kulit ari beras ketan hitam. Secara kimiawi antosianin dapat dikelompokkan ke dalam flavonoid dan fenolik (Azis dkk, 2015).

Jika dilihat keunggulan dari tape ketan hitam, memungkinkan untuk dilakukan divertifikasi pangan dalam rangka untuk mendapatkan produk baru yaitu Mochi *Ice cream* Tape Ketan Hitam yang kaya akan serat serta antosianin sebagai pangan fungsional dalam mencegah terjadinya obesitas pada remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana sifat organoleptik dan nilai gizi mochi *ice cream* tape ketan hitam sebagai alternatif makanan selingan pada remaja obesitas?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui sifat organoleptik dan nilai gizi mochi *ice cream* tape sebagai alternatif makanan selingan pada remaja obesitas

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Memperoleh formulasiimbangan dan nilai gizi yang tepat antara tape ketan hitam dan tepung ketan putih untuk menghasilkan produk mochi *ice cream*
- b. Menghitung nilai gizi dari mochi *ice cream* tape ketan hitam
- c. Menganalisis biaya mochi *ice cream* tape ketan hitam

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini termasuk ke dalam Ilmu Teknologi Pangan, yang ruang lingkungnya dibatasi mengenai gambaran formulasi tape ketan hitam dengan tepung beras ketan putih terhadap sifat organoleptik dan nilai gizi mochi

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan serta pengetahuan di bidang Gizi Pangan dan Teknologi Pangan, khususnya mengenai pemanfaatan mochi *ice cream* tape ketan hitam sebagai alternatif makanan selingan pada obesitas remaja

1.5.2 Bagi Panelis

Memberikan informasi kepada panelis dalam bidang Teknologi Pangan khususnya pada produk mochi *ice cream* tape ketan hitam

1.5.3 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi terbaru mengenai pemanfaatan tape dan menambah pengetahuan pada orang dengan obesitas

1.5.4 Bagi Jurusan Gizi

Diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan informasi dan referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai mochi *ice cream* tape ketan hitam

1.6 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini adalah *ice cream* tape ketan hitam yang dipakai mudah sekali meleleh sehingga ketika mencetak mochi harus cepat dan segera dimasukkan ke *freezer*.