

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Anak usia sekolah dasar (SD) merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Asupan makanan yang bergizi seimbang begitu penting untuk menjamin tumbuh kembang anak yang sehat dan aktif, salah satunya adalah asupan sayur dan buah. Sayur dan buah sangat penting untuk dikonsumsi terutama bagi anak-anak khususnya anak usia sekolah (AUS) dasar. Walaupun demikian, saat ini anak-anak cenderung kurang mengonsumsi sayur dan buah [1].

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa secara nasional perilaku penduduk umur >5 tahun yang kurang mengonsumsi sayur dan buah sebesar 95.5%. Konsumsi sayur dan buah yang belum memadai berpengaruh terhadap suplai vitamin, mineral serta serat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh [2][3].

Pada tahun 2016, konsumsi sayur dan buah di Indonesia kurang dari setengah konsumsi yang yang direkomendasikan. Sebagian besar penduduk Indonesia mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 173 gram per hari, lebih kecil dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang direkomendasikan yaitu sebesar 400 gram perkapita per hari. Konsumsi buah lebih sedikit daripada konsumsi sayur yaitu 67 gram sedangkan sayur sebesar 107 gram per kapita per hari. Konsumsi sayur dan buah menunjukkan tren penurunan selama periode lima tahun terakhir. Konsumsi buah mengalami penurunan lebih sedikit yaitu sebesar 3.5% sedangkan konsumsi sayur mengalami penurunan sebesar 5.3% [4].

Vitamin berfungsi sebagai pengatur dan pelindung tubuh (menjaga kesehatan). Salah satu vitamin yang dibutuhkan oleh tubuh adalah vitamin C. Vitamin C merupakan salah satu komponen penting dalam pertumbuhan anak. Kekurangan vitamin C di dalam tubuh dapat menyebabkan sariawan, gusi berdarah dan bibir pecah-pecah, dapat

mempengaruhi fungsi kekebalan tubuh sehingga anak mudah sakit, selain itu apabila dikonsumsi dalam jumlah sedikit dapat mengakibatkan skorbut dan terhentinya pertumbuhan tulang. Hasil penelitian Hapzah dan Supriandi menunjukkan sebanyak 63 (96.9%) dari 65 anak usia sekolah di SDN Inpres Beru Beru memiliki asupan vitamin C yang kurang dengan 49 (75.4%) diantaranya memiliki status gizi pendek [5][6][7].

Serat juga dibutuhkan oleh tubuh terutama untuk membantu mempermudah proses buang air besar. Kekurangan serat dapat menimbulkan gangguan gigi dan gusi, gangguan pencernaan seperti susah buang air besar, wasir dan kanker usus besar. Hasil penelitian Agustina dkk menunjukkan rata-rata asupan serat anak usia 6-12 tahun di Pulau Sulawesi sebanyak 3.91 gr/hari, angka ini masih jauh dari anjuran serat yang harus dikonsumsi setiap harinya [6][8].

Salah satu sayur dan buah dengan kandungan vitamin C dan serat yang tinggi adalah nanas madu dan pakcoy. Berdasarkan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) tahun 2017, kandungan vitamin C dan serat dalam 100 gram nanas masing-masing sebesar 22 miligram dan 0.6 gram dan dapat memenuhi 45.5% kecukupan vitamin C dan 2.3% kecukupan serat anak usia sekolah. Berdasarkan statistik tanaman buah-buahan dan sayuran tahunan 2016, nanas menempati urutan ke empat dari lima komoditas unggulan buah-buahan dengan produksi sebesar 1.40 juta ton. Provinsi penghasil nanas terbesar adalah provinsi Lampung diikuti Provinsi Jawa Barat dengan produksi sebesar 209.348 ton (14.99%) dari total produksi nasional [9][10].

Dilihat dari kandungan gizinya, pakcoy atau biasa disebut dengan sayuran sendok mengandung tinggi vitamin C yang berperan sebagai antioksidan. Berdasarkan *USDA National Nutrient Database* tahun 2018, dalam 100 gram pakcoy mengandung vitamin C dan serat masing-masing sebesar 45 miligram dan 1 gram, sehingga dalam 100

gram pakcoy dapat memenuhi 93.2% dan 3.85% kecukupan vitamin C serta serat anak usia sekolah [11].

Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah. Laporan Akhir Hasil Monitoring Dan Verifikasi Profil Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) Nasional tahun 2008, menunjukkan bahwa 98.9% anak jajan di sekolah dan hanya 1% yang tidak pernah jajan [12].

Es krim merupakan salah satu jenis makanan yang sangat populer dan digemari semua kalangan terutama anak-anak. Es krim juga sangat baik untuk kesehatan karena kaya akan nutrisi dan termasuk makanan dengan gizi tinggi. Komposisi terbesar es krim adalah susu yang merupakan sumber protein dan energi yang dapat membantu pertumbuhan. Oleh karena itu makanan jajanan seperti es krim dengan kombinasi sayur dan buah dapat menjadi peluang untuk meningkatkan asupan sayur dan buah selama di sekolah [13][14].

Melihat keunggulan dari nanas madu dan pakcoy dimungkinkan untuk dilakukan diversifikasi pangan dalam rangka mendapatkan produk baru yang kaya akan vitamin C dan serat sebagai alternatif jajanan sehat untuk anak usia sekolah. Untuk menjawab asumsi tersebut perlu dilakukan penelitian eksperimental terhadap pembuatan produk es krim nanas madu dan pakcoy yang selanjutnya dilakukan analisis terhadap sifat organoleptik, kadar vitamin C dan kadar serat produk es krim nanas madu dan pakcoy.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana pengaruhimbangan nanas madu dan pakcoy terhadap kualitas produk es krim meliputi sifat organoleptik, kadar vitamin C dan kadar serat?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruhimbangan nanas madu dan pakcoy terhadap kualitas produk es krim meliputi sifat organoleptik, kadar vitamin C dan kadar serat.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahuiimbangan nanas madu dan pakcoy untuk menghasilkan produk es krim yang baik.
- b. Mengetahui sifat organoleptik es krim yang meliputi warna, rasa, aroma dan tekstur dariimbangan nanas madu dan pakcoy.
- c. Mendapat produk es krim nanas madu dan pakcoy terbaik.
- d. Menganalisis kadar vitamin C dari es krim nanas madu dan pakcoy.
- e. Menganalisis kadar serat dari es krim nanas madu dan pakcoy.
- f. Menganalisis biaya produk es krim nanas madu dan pakcoy yang terbaik.

### **1.4 Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini dalam bidang Gizi Pangan mengenai formulasi nanas madu dan pakcoy terhadap es krim nanas madu dan pakcoy sebagai alternatif jajanan sehat anak sekolah.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Manfaat Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman, memperluas wawasan dan meningkatkan pengetahuan peneliti dalam bidang Gizi Pangan, khususnya mengenai pemanfaatan pangan lokal dalam rangka peningkatan konsumsi sayur dan buah, serta mengenai perbedaanimbangan antara nanas madu

dan pakcoy terhadap kualitas es krim nanas madu dan pakcoy yang meliputi sifat organoleptik, kadar vitamin C dan serat.

### **1.5.2 Manfaat Bagi Masyarakat**

Produk dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif jajanan anak sekolah dengan kandungan vitamin C dan serat yang tinggi, serta memberikan pengetahuan terhadap masyarakat dalam hal pemanfaatan bahan pangan lokal yang bermanfaat bagi kesehatan.

### **1.5.3 Manfaat Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah literatur dalam melengkapi kepustakaan di bidang Gizi Pangan, serta dapat menjadi referensi tambahan dalam rangka menambah ilmu dan wawasan khususnya bagi mahasiswa yang fokus pada penelitian sejenis.