

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak ke dewasa yang disertai dengan perkembangan dari berbagai aspek lainnya baik psikologi maupun sosial (Al-Jawaldeh, *et.al.*, 2020). Pada usia remaja terjadi perubahan hormon, fisik, dan psikis (Jannah, 2016). Remaja adalah kelompok usia rentan gizi karena peningkatan pertumbuhan fisik dan perkembangan yang pesat (Widnatusifah, *et.al.*, 2020). Tingkat aktivitas pada usia remaja juga lebih tinggi dibandingkan kelompok umur lainnya (Hardinsyah dan I Dewa, 2017). Masa remaja memerlukan zat gizi yang cukup banyak secara kuantitas dan baik secara kualitas untuk mengatasi pertumbuhan yang cepat dan risiko kesehatan lainnya (Kahssay, *et.al.*, 2020). Makanan dengan gizi seimbang dan pola makan sehat sangat penting pada periode remaja untuk membantu tumbuh dan berkembang dengan baik (Kemendikbud RI, 2019). Kebutuhan gizi berhubungan erat dengan masa pertumbuhan, jika asupan gizi terpenuhi maka pertumbuhan akan optimal (Sitoayu, *et.al.*, 2027).

Masalah gizi yang dialami remaja salah satunya adalah ketidakcukupan gizi (Indrasari dan Sutikno, 2020). Kondisi tersebut ditunjukkan dengan hasil penelitian pada remaja usia 16-18 tahun yang memiliki tingkat konsumsi energi yang kurang (Indrasari dan Sutikno, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian mengenai tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro pada remaja wanita termasuk kurang (Sitoayu, *et.al.*, 2027).

Masa remaja membutuhkan sekitar 2.000 hingga 2.650 kkal energi setiap hari bagi remaja laki-laki dan 1.900 hingga 2.100 kkal energi harian bagi remaja perempuan (Kemenkes, 2019). Kebutuhan zat mikro harian bagi remaja sekitar 280 hingga 400 g karbohidrat, 65 hingga 80 g lemak, dan 50 hingga 75 g protein (Kemenkes, 2019).

Masyarakat Indonesia menyukai dan sering mengonsumsi makanan selingan. Namun, makanan selingan yang dikonsumsi umumnya hanya mementingkan rasa dan tidak memperhatikan kandungan gizinya. Kondisi ini menyebabkan sumbangan gizi makanan selingan terhadap kebutuhan gizi rendah (Afiska, *et.al.*, 2021). Zat gizi pada makanan selingan berfungsi untuk menambah kecukupan gizi individu, oleh karena itu makanan selingan harus bergizi dan sehat (Afiska, *et.al.*, 2021). Peningkatan kandungan gizi pada pembuatan makanan selingan bagi remaja telah dilakukan menggunakan beberapa jenis tepung seperti mocaf, kacang merah (Pratama, *et.al.*, 2020), jagung, bekatul (Muliani, 2022), bayam dan kacang kedelai (Khoirunnisa, 2021).

Croissant salah satu produk *pastry* berbahan baku tepung terigu yang serupa dengan *puff pastry*, memiliki ciri khas berlapis-lapis (Sahputra, 2017). Kandungan gizi pada satu sajian porsi *croissant* adalah 553,22 kalori, 37 g lemak, 45,76 g karbohidrat, dan 8,78 g protein (Sofyaningsih dan Arumsari, 2021). *Croissant* merupakan salah satu produk *bakery* yang memiliki permintaan pasar paling tinggi (Bertie dan Hartiati, 2023). Kelompok usia remaja merupakan kelompok yang memiliki frekuensi mengonsumsi lebih

dari satu kali dalam seminggu (Maligan dan Pamelasari, 2018). *Croissant* memiliki potensi untuk dapat dijadikan makanan selingan yang bergizi dengan substitusi bahan kaya gizi (Sofyaningsih dan Arumsari, 2021).

Pengembangan produk pangan pada makanan selingan dapat dilakukan dengan mensubstitusi sebagian tepung terigu dengan tepung kacang kedelai. Kandungan gizi yang terdapat pada tepung kacang kedelai adalah 347 kkal energi, karbohidrat 29,9 g, lemak 20,6 g, protein 35,9 g, kalsium 195 mg, fosfor 554 mg dan zat besi 8 mg. Selain itu, mengandung vitamin A, vitamin B dan Vitamin C (Kemenkes RI, 2018). Tepung kacang kedelai berpotensi untuk mensubstitusi penggunaan tepung terigu sebagai bahan baku pada produk *croissant*. Gizi yang terkandung pada tepung kacang kedelai lebih baik dibandingkan dengan tepung terigu. Penggunaan tepung kacang kedelai dalam pembuatan *croissant* akan meningkatkan nilai gizi yang dibutuhkan oleh remaja. Sehingga dengan adanya substitusi sebagian tepung kacang kedelai pada pembuatan *croissant* akan menjadi alternatif makanan selingan yang bergizi.

Untuk mengetahui kandungan gizi dari *croissant* substitusi tepung kacang kedelai penulis melakukan analisis proksimat. Analisis proksimat merupakan suatu metode analisis kimia untuk mengidentifikasi kandungan gizi, seperti protein, lemak, kadar air, kadar abu, dan karbohidrat (Hardiyanti, 2022). Hasil analisis proksimat produk selanjutnya dapat dibandingkan dengan syarat mutu sebagai penilaian terhadap kualitas produk. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai daya

terima dan analisis proksimat pada *croissant* substitusi tepung kacang kedelai dengan judul “Daya Terima dan Analisis Proksimat *Croissant* Substitusi Tepung Kacang Kedelai sebagai Makanan Selingan Remaja”.

B. Rumusan Masalah

1. Masalah Umum

Bagaimana pengaruh substitusi tepung kacang kedelai terhadap daya terima dan kandungan gizi pada *croissant* sebagai makanan selingan remaja?

2. Masalah Khusus

- a. Apakah ada perbedaan daya terima remaja terhadap *croissant* yang disubstitusi tepung kacang kedelai dengan persentase berbeda?
- b. Apakah ada perbedaan kandungan gizi (karbohidrat, lemak, protein, dan kadar abu) antara *croissant* kontrol dan sampel perlakuan yang disubstitusi tepung kacang kedelai dengan daya terima tertinggi?
- c. Apakah ada perbedaan kadar air antara *croissant* kontrol dan sampel perlakuan yang disubstitusi tepung kacang kedelai dengan daya terima tertinggi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh substitusi tepung kacang kedelai terhadap daya terima dan kandungan gizi pada *croissant* sebagai makanan selingan remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis daya terima remaja terhadap *croissant* yang disubstitusi tepung kacang kedelai dengan persentase berbeda.
- b. Menganalisis kandungan gizi (karbohidrat, lemak, protein, dan kadar abu) antara *croissant* kontrol dan sampel perlakuan yang disubstitusi tepung kacang kedelai dengan daya terima tertinggi.
- c. Menganalisis kadar air antara *croissant* kontrol dan sampel perlakuan yang disubstitusi tepung kacang kedelai dengan daya terima tertinggi.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Masalah dalam penelitian ini adalah pengaruh substitusi tepung kacang kedelai terhadap daya terima dan kadar proksimat pada *croissant* sebagai makanan selingan remaja.

2. Lingkup Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan rancangan acak lengkap.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian yang dilakukan berhubungan dengan ilmu di bidang gizi pangan.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran dalam penelitian pengembangan produk *croissant* tepung kacang kedelai sebagai makanan selingan adalah remaja SMK Negeri Manonjaya.

5. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di Laboratorium Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi dan SMK Manonjaya untuk uji daya terima. Analisis proksimat produk dilakukan di Laboratorium Saraswanti Indo Genetech (SIG) Bogor.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari-Juli tahun 2023.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi Terkait

Memberikan informasi tambahan mengenai substitusi tepung kacang kedelai terhadap daya terima dan kadar proksimat pada *croissant* sebagai makanan selingan remaja.

2. Bagi Program Studi

Menambah kepustakaan mengenai *croissant* substitusi tepung kacang kedelai sebagai makanan selingan bagi remaja.

3. Bagi Keilmuan Gizi

Menambah referensi untuk peneliti selanjutnya mengenai makanan selingan berbasis tepung kacang kedelai bagi remaja.

4. Bagi Peneliti

Menambah wawasan, pengalaman, dan ilmu pengetahuan mengenai daya terima dan kadar proksimat *croissant* substitusi tepung kacang kedelai sebagai makanan selingan remaja.