

BAB I

PENDAHULUAN

A.Latar Belakang

Obesitas merupakan kondisi dimana tubuh memilikih jumlah lemak yang berlebih. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2013 mendefinisikan obesitas adalah akumulasi abnormal lemak tubuh yang dapat menyebabkan risiko bagi kesehatan. Obesitas dan overweight merupakan dua hal yang berbeda, namun demikian keduanya sama-sama menunjukkan adanya penumpukan lemak yang berlebihan dalam tubuh, yang ditandai dengan peningkatan nilai Indek Massa Tubuh (IMT) di atas normal (Misnadiarly, 2007).

Di Indonesia, obesitas merupakan salah satu permasalahan gizi. Berdasarkan Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013, prevalensi obesitas pada penduduk berusia ≥ 18 tahun berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah 15,4%. Prevalensi penduduk laki-laki dewasa obesitas pada tahun 2013 sebanyak 19,7%, lebih tinggi dari tahun 2007 (13,9%) dan tahun 2010 (7,8%). Pada tahun 2013, prevalensi obesitas perempuan dewasa (≥ 18 tahun) 32,9%, naik 18,1% dari tahun 2007 (13,9%) dan 17,5% dari tahun 2010 (15,5%).² (Septyne Rahayuni Putri, 2015).

Beberapa faktor yang menyebabkan seseorang menderita kelebihan berat badan (obesitas) yaitu faktor genetik, faktor psikologis, pola hidup yang kurang tepat, kebiasaan makan yang salah, kurangnya melakukan aktivitas fisik, dan faktor pemicu lainnya. faktor pemicu yang lain misalnya kecepatan metabolisme basal, enzim, hormon, serta penggunaan obat-obatan. Sedangkan faktor Kebiasaan makan yang salah diantaranya makan berlebihan, makan terburu-buru, menghindari makan pagi, waktu makan tidak teratur serta kebiasaan mengemil makanan ringan. (Purwati,2005)

Penyebab utama terjadinya obesitas adalah ketidakseimbangan antara konsumsi berlebih dibandingkan dengan kebutuhan atau pemakaian energy

(Almastier, 2001). Lemak menghasilkan lebih banyak energi dibandingkan karbohidrat atau protein. Karena diet tinggi lemak biasanya padat energi dan memberikan rasa yang lezat, maka diet dengan mengonsumsi makanan yang relatif banyak mengandung lemak biasanya akan menimbulkan peningkatan asupan energi. Maka dari itu, penderita obesitas sangat dianjurkan mengonsumsi gandum yang rendah akan kalori dan gluten.

Gandum (*Triticum aestivum* L.) merupakan tanaman sereal dari famili Poaceae (Gramineae) yang berasal dari daerah subtropis. Keragaman penggunaan, kandungan nutrisi, komponen pangan fungsional dan kualitas penyimpanannya yang tinggi menjadikan gandum sebagai bahan makanan pokok lebih dari sepertiga populasi dunia (Porter 2005). Gandum atau terigu merupakan bahan baku produk makanan olahan seperti: roti, mie, pasta, pizza, biskuit dan lainnya.

Selain itu, gandum utuh memiliki kandungan gizi karbohidrat 60% - 80%, protein 6% - 17%, lemak 1,5% - 2,0%, mineral 1,5% - 2,0% dan sejumlah vitamin (Simanjuntak, 2002). Produk pangan yang dibuat dari tepung gandum utuh pada penelitian ini dianalisis parameter gizi yang meliputi kadar air, abu, karbohidrat protein, lemak, dan serat. Parameter gizi tersebut kemudian dibandingkan dengan Standar Nasional Indonesia (SNI). Selain itu, pengaruh substitusi gandum utuh lokal terhadap daya cerna pati, kadar amilosa, dan kadar pati resisten dari produk pangan juga dianalisis.

Berdasarkan uraian di atas alasan membuat tepung gandum sebagai bahan utama dari *cookies* yaitu tepung gandum memiliki berbagai manfaat bagi penderita obesitas yaitu tepung gandum memiliki kandungan serat yang lebih tinggi dibandingkan dengan tepung terigu. Perbedaannya yakni, tepung terigu berasal dari gandum murni atau bagian dari daging dari biji gandum saja. Sehingga memiliki tekstur yang halus dan berwarna putih. Sedangkan tepung gandum, berasal dari kulit ari (bran), endosperma, dan lembaga (germ) dari gandum, yang kemudian digiling bersamaan tanpa dipisahkan terlebih dahulu. Itulah mengapa, tepung gandum memiliki warna sedikit kecoklatan

dan tekstur yang lebih kasar dibandingkan tepung terigu. Diharap penelitian ini dapat memberikan informasi dan pemahaman tentang manfaat kandungan tepung gandum dan dapat dijadikan makanan sehat bagi penderita obesitas.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti dianggap perlu dilakukan untuk menunjang informasi yang telah dikumpulkan oleh peneliti terdahulu,serta masyarakat luas bisa memperoleh informasi lebih lengkap mengenai cookies tepung gandum.Selain itu peneliti berharap pemanfaatan tepung gandum yang dijadikan untuk olahan *cookies* tepung gandum dapat membantu masyarakat untuk memenuhi kalori dan serat pada tubuh.

Peneliti dapat menarik simpulan bahwa ada tingkat penerimaan responden terhadap cookies dengan penambahan tepung gandum dari Uji organoleptik dan Uji Laboratorium.Dimana untuk Uji Laboratorium dengan T₅ untuk hasil serat tertinggi (Penambahan tepung gandum 100% mengandung kadar serat 5,22). Sedangkan Uji Organoleptik dapat menarik simpulan bahwa formulasi terbaik dalam pembuatan *cookies* tepung gandum dari segi tekstur, rasa, warna,aroma dan tingkat kesukaan.*Cookies* dengan formulasi terbaik ada pada sampel T₅ dengan presentasi 75% penambahan tepung gandum dengan menghasilkan tektur *cookies* lebih renyah, rasa *cookies* manis, warna *cookies* coklat muda, aroma *cookies* harum dan tingkat kesukaan *cookies* suka.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, agar tidak salah persepsi kesulitan dalam penelitian dan mengingat keterbatasan waktu. Maka perlu adanya ruang lingkup dan batasan masalah, adanya ruang lingkup pada penelitian “*cookies* tepung gandum sebagai alternatif camilan sehat untuk penderita obesitas” meliputi:

1. Peneliti ini hanya meneliti tentang Uji organoleptik pada Aroma,rasa,warna,tekstur,tingkat kesukaan (daya terima) kue kering dengan tepung gandum.

2. Penelitian ini meliputi penambahan tepung gandum dengan 5 sampel dengan presentase $T_1:0\%$ tidak ada penambahan tepung gandum, perlakuan yang lainnya diantaranya penambahan tepung gandum sebanyak $T_2:25\%$, penambahan tepung gandum sebanyak $T_3: 50\%$, penambahan tepung gandum sebanyak $T_4: 75\%,\%$, dan penambahan tepung gandum sebanyak $T_5: 100\%$, yang digunakan sebagai variabel pembanding dalam pengolahan *cookies*.
3. Penelitian ini meliputi uji laboratorium dengan menguji kandungan serat pada *cookies* tepung gandum.

C. Variabel Peneliti

Bagaimanakah aroma, rasa, tekstur, warna dan daya terima (tingkat kesukaan) *cookies* tepung gandum?

1. Aroma

Menurut Binus Business Review (2014). Berdasarkan uji organoleptic yang dilakukan panelis diperoleh hasil yang berbeda nyata terhadap nilai aroma, brownies B juga lebih baik dibandingkan brownies A dengan nilai signifikan subvariabel rasa brownies A dan brownies B dimana lebih kecil dibandingkan $< \text{sig } 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima sehingga adanya kesukaan aroma pada brownies menggunakan tepung gandum utuh.

2. Rasa

Menurut Binus Business Review (2014). Berdasarkan uji organoleptic yang dilakukan panelis diperoleh hasil yang berbeda nyata terhadap nilai rasa . Nilai rasa hasil uji organoleptik bahwa pada subvariabel rasa brownies B lebih baik daripada brownies A. Dan signifikan subvariabel aroma brownies A dan brownies B adalah 0.00 dimana lebih kecil dibandingkan $< \text{sig } 0,05$, yaitu dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima yaitu ada kesukaan rasa pada brownies menggunakan tepung gandum utuh.

3. Tekstur

Menurut Binus Business Review (2014). Berdasarkan uji organoleptik terhadap tekstur. Nilai tekstur uji organoleptic bahwa pada subvariabel tekstur, dimana brownies B lebih baik dibandingkan tekstur A dimana memiliki nilai signifikan yang lebih kecil dibandingkan $< \text{sig } 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, yaitu adanya kesukaan tekstur pada brownies menggunakan tepung gandum utuh.

4. Warna

Menurut Binus Business Review (2014). Berdasarkan uji organoleptik terhadap warna . Nilai tekstur uji organoleptic bahwa pada subvariabel warna brownies B juga lebih baik dibandingkan brownies A dengan nilai signifikan subvariabel rasa brownies A dan brownies B dimana lebih kecil dibandingkan $< \text{sig } 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima sehingga adanya kesukaan warna pada brownies menggunakan tepung gandum utuh.

5. Tingkat Kesukaan (Daya Terima)

Menggunakan uji hedonik (kesukaan). Pengukuran terhadap sifat organoleptik dilakukan dengan uji hedonik (kesukaan). Panelis yang berjumlah 30 orang panelis tidak terlatih diminta untuk mengemukakan tingkat kesukaan. Sifat-sifat yang dinilai meliputi warna, aroma, rasa, kerenyahan dan keseluruhan. Nilai penilaian yang digunakan adalah sebagai berikut: 1 = sangat tidak suka 2 = tidak suka 3 = agak suka 4 = suka 5 = sangat suka.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan atas uraian latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang diambil adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah tingkat penerimaan konsumen terhadap *cookies* tepung gandum ditinjau dari uji organoleptik?
2. Bagaimanakah jumlah nilai gizi serat dalam *cookies* tepung gandum?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini berdasarkan rumusan masalah yang ada yakni:

1. Untuk mengetahui tingkat penerimaan konsumen terhadap *cookies* tepung gandum ditinjau dari uji organoleptik
2. Untuk mengetahui jumlah nilai gizi serat dalam *cookies* tepung gandum

F. Manfaat Penelitian

1. Prodi PVKK

Bagi jurusan tata boga di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya dari hasil penelitian ini memperoleh masukan untuk mengembangkan penggunaan tepung gandum untuk pembuatan *cookies*.

2. Bagi Dinas Kesehatan

Penelitian ini akan menghasilkan camilan sehat kaya serat dan berpotensi sebagai camilan yang fungsional bagi kesehatan.

3. Bagi Penderita Obesitas

Diharap penelitian ini dapat memberikan informasi dan pemahaman tentang manfaat kandungan tepung gandum dan dapat dijadikan makanan sehat bagi penderita obesitas

