

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Semakin pesatnya kemajuan zaman disertai dengan tingginya tingkat mobilitas masyarakat Indonesia khususnya masyarakat perkotaan mengakibatkan perubahan gaya hidup. Masyarakat perkotaan cenderung memilih produk pangan yang bersifat praktis misalnya makanan cepat saji yang sebagian besar berasal dari pangan hewani. Konsumsi pangan hewani yang tidak diimbangi dengan pangan nabati menyebabkan kurangnya asupan serat. Tingkat konsumsi serat masyarakat Indonesia jika dilihat dari tingkat konsumsi buah dan sayur masih rendah yaitu sekitar 10 gram per hari, sedangkan jumlah asupan serat yang disarankan oleh Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 28 Tahun 2019 untuk kelompok umur 19-64 tahun berkisar antara 25 hingga 37 gram per hari. Rendahnya tingkat konsumsi serat dapat menyebabkan gangguan pencernaan seperti konstipasi dan kanker usus besar serta penyakit degeneratif misalnya jantung koroner, diabetes mellitus, hiperkolesterolemia, dan hipertensi (Sholikhah dan Fithri, 2015). Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya peningkatan asupan serat dengan cara menambahkan kandungan serat pangan dalam suatu produk pangan.

Produk pangan yang dapat diolah dengan penambahan atau substitusi bahan pangan tinggi serat adalah *cookies*. *Cookies* merupakan jenis makanan ringan berbahan dasar tepung terigu yang disukai masyarakat karena memiliki rasa yang enak, bersifat praktis, memiliki umur simpan yang panjang, dapat dinikmati oleh

semua jenis kalangan usia, dan harganya relatif murah (Ervietasari, 2021 dan Reyes-Pérez *et al.*, 2013). Sebagian besar produk *cookies* berbahan dasar tepung terigu yang dijual di pasaran mengandung 60% karbohidrat dan 24% lemak, sedangkan kandungan seratnya relatif rendah yaitu 0,5%. Berdasarkan Pusat Data dan Sistem Informasi Pertanian (2018) diketahui bahwa tingkat kesukaan konsumsi *cookies* yaitu sebesar 33,31%. Hal ini menyebabkan tingginya permintaan tepung terigu di Indonesia. Tepung terigu merupakan produk setengah jadi dari bahan baku gandum yang belum banyak dibudidayakan di Indonesia, sehingga Indonesia perlu melakukan impor gandum dan tepung terigu (Rahmadewi dan Sabila, 2019). Oleh karena tingginya tingkat konsumsi *cookies*, upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kandungan serat *cookies* dan mencegah tingginya nilai impor gandum dari luar negeri adalah dengan memanfaatkan berbagai bahan pangan yang mengandung kadar serat lebih tinggi untuk menggantikan penggunaan tepung terigu secara sebagian atau keseluruhan.

Penambahan berbagai bahan pangan tinggi serat diharapkan dapat meningkatkan kandungan serat pangan pada produk *cookies*. Serat pangan merupakan bagian dari tumbuhan yang tidak dapat diserap dan dicerna oleh usus halus manusia. Namun, serat pangan dapat terfermentasi dalam usus besar. Beberapa senyawa seperti pektin, hemiselulosa dan selulosa berperan dalam mendukung kandungan serat pangan (Limanto *et al.*, 2019). Berdasarkan Peraturan BPOM No 13 tahun 2016 disebutkan bahwa suatu produk dapat dikatakan sebagai sumber serat jika mengandung 3 gram serat per 100 gram produk, sedangkan

produk tinggi atau kaya serat jika mengandung 6 gram serat per 100 gram produk (BPOM, 2016).

Indonesia kaya akan sumber daya alam hayati yang berpotensi untuk menunjang diversifikasi pangan dan meningkatkan kandungan serat, tetapi banyak diantaranya yang belum dimanfaatkan secara optimal. Bahan pangan yang mengandung tinggi serat pangan dapat ditemukan pada tumbuhan seperti sereal, umbi-umbian, kacang-kacangan dan biji-bijian, sayuran, buah-buahan, dan produk sampingan. Penelitian mengenai produksi *cookies* tinggi serat telah banyak dilakukan. Beberapa bahan yang telah digunakan sebagai substitusi tepung terigu dalam pembuatan *cookies* meliputi tepung pisang kepok dan kacang hijau (Afifah *et al.*, 2020); tepung komposit uwi dan koro pedang (Imawan *et al.*, 2019); tepung komposit uwi dan koro glinding (Kurniawan *et al.*, 2018); akar *burdock* (Moro *et al.*, 2018); tepung beras merah dan biji kecipir (Susanti *et al.*, 2018); kulit semangka (Naknaen *et al.*, 2016); biji anggur (Kuchtová *et al.*, 2018); daun *Murraya koenigii* (Drisya *et al.*, 2015); tepung pisang kepok mentah (Agama-Acevedo *et al.*, 2012); dan daun brotowali (*Tinospora cordifolia*) (Sharma *et al.*, 2013).

1.2 Rumusan Masalah

Cookies merupakan produk pangan berbahan dasar tepung terigu yang disukai masyarakat. *Cookies* yang terbuat dari tepung terigu memiliki kandungan serat pangan yang tergolong rendah. Peningkatan kadar serat pangan dan penganekaragaman produk *cookies* dapat dilakukan dengan memanfaatkan berbagai bahan pangan yang memiliki kandungan serat lebih tinggi sebagai

penambah atau substitusi tepung terigu. Namun, kandungan serat pangan yang terlalu tinggi dapat memengaruhi tekstur dan rasa yang dihasilkan. Oleh karena itu, perlu dilakukan formula berbagai bahan pangan tinggi serat yang tepat dalam proses pembuatan *cookies* sehingga dihasilkan *cookies* yang lebih baik berdasarkan karakteristik fisikokimia dan sensori.

1.3 Tujuan

Tujuan dari kajian pustaka dibagi menjadi dua tujuan yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum kajian pustaka adalah mengkaji beberapa hasil penelitian jurnal tentang pemanfaatan berbagai bahan pangan tinggi serat untuk meningkatkan kadar serat *cookies*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari kajian pustaka adalah mengkaji beberapa hasil penelitian jurnal tentang pengaruh penambahan berbagai bahan pangan tinggi serat khususnya umbi, sereal, buah, sayur, kacang-kacangan, biji-bijian, dan *by-product* terhadap karakteristik fisikokimia dan sensori *cookies*.