

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Rendahnya tingkat pengetahuan anak-anak sekolah tentang jajanan atau makanan sehat dan aman mengakibatkan banyak anak sekolah yang memilih jajanan secara sembarangan. Sedangkan akhir-akhir ini banyak ditemukan jajanan yang mengandung formalin sebanyak 71,4% (BPOM RI, 2011). Menurut Wardianto dan Ridwan (1987) menyatakan bahwa anak-anak lebih senang jajan diluar rumah daripada makan makanan yang dihidangkan dirumah. Anak-anak pada umumnya memilih jajanan berdasarkan harga, hadiah, ukuran porsi, aroma, dan juga kebebasan untuk menentukan pilihan sendiri, sehingga pangan jajanan anak sekolah harus menjadi perhatian. Karena hal ini mempunyai peran penting dalam sumber asupan zat gizi bagi anak usia sekolah. Hasil sebuah survei di Bogor menunjukkan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) menyumbang 36% dari kebutuhan energi anak sekolah.

Selain membutuhkan asupan energi, pada anak usia sekolah membutuhkan asupan makanan yang tinggi protein dan mineral. Asupan protein yang direkomendasikan untuk anak usia sekolah adalah laki-laki 56 gram, dan untuk anak perempuan 60 gram (AKG, 2013). Protein mempunyai peran penting dalam kebutuhan asupan gizi anak. Kebutuhan protein anak termasuk untuk pemeliharaan jaringan, perubahan komposisi tubuh, dan pembentukan jaringan baru (Almatsier, 2011). Kekurangan asupan protein masih merupakan salah satu masalah gizi buruk pada anak usia sekolah di Indonesia (Depkes, 2008).

Asupan gizi seimbang sangat dibutuhkan oleh anak usia sekolah, selain asupan protein asupan mineral juga sangat dibutuhkan. Mineral yang memegang peran penting dalam metabolisme tubuh antara lain kalsium dan zat besi. Kalsium memiliki peran penting untuk pertumbuhan anak usia sekolah. Jenis makanan yang dikonsumsi oleh anak usia sekolah berpengaruh terhadap absorpsi kalsium, sedangkan jumlah kalsium yang dapat dimanfaatkan oleh tubuh, bergantung dari ketersediaan biologisnya. Absorpsi kalsium berkisar antara 30%-60% dari asupan yang dikonsumsi (Almatsier, 2011). Asupan kalsium pada anak usia sekolah

adalah untuk laki-laki 1200 mg, dan untuk anak perempuan 1200 mg (AKG, 2013). Anak memerlukan kalsium dua sampai empat kali lebih besar per kg berat badan, dibandingkan dengan orang dewasa. Asupan kalsium yang rendah menghambat laju pertumbuhan anak (AKG, 2004).

Mineral lain yang memiliki peran penting dalam metabolisme tubuh yaitu zat besi. Zat besi mempunyai peran penting dalam anak usia sekolah yaitu dapat meningkatkan konsentrasi belajar, meningkatkan nafsu makan, mempercepat pertumbuhan, serta perkembangan psikomotor dan mental (Almatsier, 2011). Bagi anak usia sekolah asupan zat besi yang dibutuhkan yaitu untuk anak laki-laki 13 mg, dan untuk anak perempuan 20 mg (AKG, 2013). Kebutuhan zat besi pada anak bervariasi menurut tingkat pertumbuhan peningkatan massa besi, dan penyimpanan besi.

Di Indonesia terdapat bahan pangan yang memiliki sumber protein yang tinggi, yaitu tempe. Tempe dapat dimanfaatkan dan diolah untuk dijadikan jajanan yang sehat bagi anak usia sekolah. Kandungan protein yang terdapat dalam tempe sebanyak 20,80 /100g (TKPI, 2009). Selain harganya murah dan mudah didapatkan, tempe juga dapat diolah menjadi berbagai masakan yang lezat. Bagi anak usia sekolah mengonsumsi tempe baik untuk kecerdasan anak, dan juga untuk tumbuh kembang anak usia sekolah. Tingginya kebutuhan masyarakat Indonesia akan tempe, menjadikan Indonesia sebagai negara produsen tempe terbesar di dunia. Hal ini juga diperkuat dengan data bahwa 50% dari konsumen kedelai Indonesia adalah dalam bentuk tempe (Astawan, 2003)

Selain tempe di Indonesia juga terdapat salah satu bahan pangan yang tinggi mineral khususnya kalsium dan zat besi yaitu daun kelor. Namun saat ini daun kelor masih kurang dimanfaatkan dan diolah menjadi makanan atau jajanan yang sehat bagi anak usia sekolah. Kandungan kalsium yang terdapat pada daun kelor sebanyak 1077/100g, dan kandungan zat besi yang terdapat dalam daun kelor sebanyak 6/100g (TKPI, 2009). Sehingga daun kelor perlu dimanfaatkan dan diolah berupa jajanan sehat bagi anak usia sekolah.

Pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk mengolah jajanan yang sehat bagi anak usia sekolah yaitu nugget, yang menggunakan bahan baku tempe dan daun kelor. Hal ini disebabkan karena tingkat kegemaran anak sekolah dasar terhadap

jajanan nugget sangat tinggi. Presentase tingkat kegemaran anak usia sekolah dasar terhadap nugget 63,75% (Achmad Didik, 2012). Disamping karena rasanya yang enak, jajanan nugget digemari karena praktis dan mudah mereka dapatkan untuk dikonsumsi. Maka peneliti memilih membuat olahan nugget dengan cara yang berbeda yaitu mengguakan tempe dan daun kelor. Tujuan yang didapatkan dari penelitian ini yaitu agar produk makanan ini dapat disukai oleh anak usia sekolah, dan bisa memberikan alternatif jajanan yang sehat dan aman untuk dikonsumsi anak usia sekolah.

I.2 Rumusan Masalah

Pada anak usia sekolah kebersihan dan kewananan jajanan merupakan hal yang sangat penting diperhatikan. Salah satu bahaya keamanan pangan atau jajanan pada anak usia sekolah yaitu keracunan. Kejadian keracunan jajanan disekolah menjadi salah satu masalah yang besar saat ini. Faktor penyebabnya adalah didalam jajanan masih banyak ditemukan penambahan bahan berbahaya, yaitu 12% tahun (2009), 18% tahun (2010) dan 6,96% tahun (2011). Faktor kedua adalah bahan tambahan pangan (BTP) yang melebihi batas amannya, 21% pada tahun (2009), 23% pada tahun (2010), 20,45% pada tahun (2011) serta kontaminan kimia dan pathogen, 67% pada tahun (2009), 59% pada tahun (2010), 69,71% pada tahun (2011). Dan juga banyak siswa yang kurang memperhatikan tingkat kebersihan dan mutu kesehatan jajanan yang mereka konsumsi. Menurut BPOM prevalensi kejadian keracunan jajanan pada tahun 2006-2010 mencapai 48% karena tidak memenuhi syarat keamanan pangan karena mengandung bahan kimia yang berbahaya.

Kurangnya pengetahuan anak usia sekolah tentang pentingnya memilih jajanan yang sehat dan aman menjadi salah satu masalah utamanya. Asupan gizi yang seimbang sangat dibutuhkan oleh anak usia sekolah. Diantaranya yaitu kebutuhan asupan protein, kalsium, dan zat besi untuk pertumbuhannya. Kebutuhan asupan protein pada anak usia sekolah yaitu 56 gram untuk laki-laki dan 60 gram untuk perempuan. Dan kebutuhan kalsium untuk anak laki-laki dan perempuan yaitu 1200 mg, dan kebutuhan zat besi untuk anak laki-laki yaitu 13 mg, dan untuk anak perempuan 20 mg. Diharapkan nugget tempe daun kelor ini

dapat menjadi jajanan yang sehat dan bergizi bagi anak usia sekolah. Sehingga pada penelitian ini, peneliti ingin membuat suatu inovasi baru pengembangan produk yaitu nugget berbahan dasar tempe dan daun kelor sebagai jajanan yang tinggi mineral dan protein.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah membuat formula nugget tinggi mineral dan protein dengan bahan dasar tempe dan daun kelor untuk anak sekolah dasar.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan Khusus penelitian ini adalah untuk :

- a. Mengetahui cara pembuatan tepung daun kelor.
- b. Mengetahui kandungan tepung daun kelor
- c. Mengetahui formulasi nugget berbahan dasar tempe dan daun kelor
- d. Menganalisis kandungan zat gizi nugget tempe daun kelor

I.4 Manfaat

Manfaat dari penelitian ini adalah dapat memberikan informasi tentang kandungan gizi nugget berbahan dasar tempe dan daun kelor. Selain itu, diharapkan nugget tempe dan daun kelor ini dapat dijadikan salah satu jajanan yang sehat dan bergizi bagi anak sekolah

I.4.1 Manfaat Untuk Siswa Sekolah Dasar

Menambah pengetahuan mengenai pemanfaatan tempe dan daun kelor yang sebelumnya tidak memiliki nilai ekonomis menjadi makanan jajanan yang baik untuk dikonsumsi anak sekolah.

I.4.2 Manfaat Untuk Masyarakat

Mengenalkan aneka ragam makanan jajanan yang tinggi mineral dan protein melalui pemanfaatan tempe dan daun kelor.

I.4.3 Manfaat Untuk Pendidikan

Memberikan masukan dan pengetahuan sebagai bahan pembelajaran dari hasil penelitian nugget berbahan dasar tempe dan daun kelor.

