

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Secara geografis dan demografis Indonesia rentan terhadap terjadinya bencana alam. Pada bulan Januari 2015, data bencana yang tercatat adalah 246 kejadian bencana, 32 orang korban meninggal, 204.928 korban menderita dan mengungsi (BNPB, 2015). Bencana di Indonesia di dominasi oleh bencana banjir sebesar 31.7%, 18% bencana akibat perubahan iklim, 15% bencana akibat tanah longsor. Hal ini menyebabkan korban bencana harus mengungsi dengan segala keterbatasan sehingga dapat berdampak pada kesehatan korban bencana alam. .

Bayi dan anak berumur di bawah dua tahun (baduta) adalah kelompok yang paling rentan dan memerlukan perhatian gizi khusus. Hasil penelitian di daerah pengungsian menunjukkan bahwa kematian anak balita 2-3 kali lebih besar dibandingkan kematian pada semua kelompok umur (KEMENKES. 2012. hlm. 2). Risiko kematian lebih tinggi pada bayi dan anak yang menderita kekurangan gizi. Masalah kurang gizi pada bayi dan balita disebabkan bayi tidak mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) karena terpisah dari ibunya, air susu ibu tidak dapat keluar dan memburuknya pemenuhan kebutuhan makanan khususnya ibu menyusui. (KEMENKES. 2012. hlm. 2).

Pangan darurat di Indonesia masih didominasi oleh produk beras dan mie instan. Hal tersebut kurang efektif dan efisien karena memerlukan pengolahan sebelum dikonsumsi, sedangkan ketersediaan air bersih di tempat pengungsian masih terbatas. Selain itu kandungan gizinya hanya terbatas karbohidrat, sedangkan ibu menyusui memerlukan zat gizi mikro seperti kalsium dan zat besi. Standar pangan darurat harus memenuhi kebutuhan kalori sehari sebesar 2100 kkal, 50 gram protein dan 40 gram lemak (KEMENKES. 2012. hlm. 17). Jika pemberian makan kepada korban bencana alam tidak mendapatkan perhatian khusus maka akan menimbulkan masalah gizi baru pada ibu maupun baduta.

Ibu menyusui membutuhkan penanganan khusus dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2013, ibu

menyusui membutuhkan tambahan zat gizi di bandingkan dengan ibu yang tidak menyusui seperti tambahan energi 400 kkal, 20 gram protein, 200 mg kalsium dan 8 mg zat besi. Seorang ibu dapat memproduksi ASI dengan komposisi protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral, walaupun asupan makanannya kurang mengandung zat gizi tersebut. Kandungan ASI dipertahankan oleh tubuh dengan mengambil zat-zat gizi tersebut dari persediaan ibu.

Kalsium berfungsi dalam pembentukkan tulang dan gigi, proses pembekuan darah, dan kontraksi otot. Jika asupan kalsium ibu rendah tubuh akan mengambil persediaan kalsium dari dalam tulang untuk memproduksi ASI, hal ini akan mengakibatkan densitas tulang ibu menjadi berkurang dan berisiko lebih tinggi mengalami osteoporosis.

Selain kalsium, ibu juga memerlukan zat besi. Zat besi berperan penting dalam tubuh sebagai komponen pembentukan hemoglobin, pembentukan kekebalan tubuh, detoksifikasi obat dan sintesis kolagen. Kekurangan zat besi dapat mengakibatkan anemia gizi besi. Gejala anemia zat besi adalah lemah, letih, lesu, lunglai, pucat. Berdasarkan AKG 2013 kebutuhan zat besi wanita dewasa adalah 26 mg/hari. Kebutuhan zat besi wanita menyusui meningkat sebesar 8 mg. Oleh sebab itu, ibu menyusui harus mengonsumsi makanan yang mengandung zat gizi lengkap khususnya kalsium dan zat besi untuk produksi ASI (Almatsier dkk. 2011. hlm 223).

Di lain pihak, Indonesia memiliki pangan lokal yang belum dimanfaatkan dan mengandung mineral, yaitu daun torbangun. Menurut Damanik *et al.*, 2005 konsumsi daun torbangun dapat meningkatkan kadar beberapa mineral seperti zat besi, kalsium, seng, dan magnesium dalam ASI. Tepung daun torbangun mengandung 70,77 mg zat besi, 1258,29 mg kalsium, dan 97,42 mg fosfor (Dewi, AL 2011. hlm 31). Daun torbangun juga mengandung laktogogum yang dapat menstimulir produksi kelenjar air susu pada induk laktasi dengan cara proliferasi sel sekresi mamari (Damanik *et al.*, 2006) sehingga kualitas dan kuantitas ASI menjadi meningkat (Damanik *et al.*, 2005. hlm. 68). Selain itu, torbangun mengandung kalsium dan zat besi yang sangat dibutuhkan oleh ibu menyusui. Daun torbangun sering di konsumsi oleh ibu menyusui masyarakat Batak, mereka meyakini khasiat daun torbangun sebagai pembersih rahim ibu yang baru

melahirkan (*uterine cleansing agent*), penambah tenaga (tonikum), pengurang rasa nyeri (analgesik), penawar racun (antimikroba/antibakteri) dan obat untuk menyembuhkan penyakit seperti sariawan dan batuk (Damanik *et al*, 2005).

Rendahnya pemanfaat daun torbangun disebabkan daun torbangun memiliki rasa pahit (Dewi, 2011. hlm. 41) sehingga pada penelitian ini, daun torbangun dicoba dimanfaatkan menjadi bahan dasar pembuatan *snack bar* agar daya terima daun torbangun menjadi meningkat.

Snack bar adalah makanan padat berbentuk batang yang berbahan dasar tepung dengan tambahan bahan lain melalui proses *baking* (Darniadi *et.al* ,2012). Produk *snack bar* dipilih karena mengandung tinggi kalori dan tahan lama. Daya simpan *snack bar* dapat mencapai 12 bulan (Darniadi *et.al* ,2012). Beberapa tahun terakhir *snack bar* mulai dikembangkan sebagai makanan selingan. Pada umumnya *snack bar* mengandung 60-70% karbohidrat, 10-15% protein, dan 20% lemak (Rufaizah, 2011. hlm. 10).

Modifikasi penambahan tepung torbangun dalam *snack bar* dapat meningkatkan zat gizi mikro seperti kalsium dan zat besi. Selain itu, *snack bar* daun torbangun tidak membutuhkan pengolahan kembali untuk konsumsinya sehingga sesuai untuk dijadikan sebagai makanan tambahan untuk ibu menyusui di pengungsian.

Melihat permasalahan dan potensi daun torbangun menjadi *snack bar*, peneliti tertarik mengembangkan *snack bar* yang berpotensi dijadikan sebagai makan tambahan untuk ibu menyusui di daerah pengungsian.

I.2 Rumusan Masalah

Indonesia sering sekali mengalami bencana alam. Ketika terjadi bencana, korban bencana cenderung sulit untuk memenuhi kebutuhan makan seperti biasanya. Hal ini di pengaruhi oleh ketersediaan bahan makanan, air bersih dan peralatan masak. Ibu menyusui merupakan kelompok rentan yang harus diperhatikan kebutuhan gizi nya, karena ia harus menyiapkan ASI untuk anaknya. Kebutuhan gizi ibu menyusui juga lebih tinggi daripada ibu yang tidak menyusui. Ibu menyusui membutuhkan tambahan energi sebesar 400 kkal, 20 gram protein, 200 mg kalsium dan 8 mg zat besi. Kondisi pangan darurat di Indonesia masih

didominasi oleh produk mie dan beras, dimana makanan tersebut hanya terbatas karbohidrat namun rendah vitamin dan mineral. Oleh karena itu, dibutuhkan makanan tambahan untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu khususnya kalsium dan zat besi selama di pengungsian.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah membuat formula *snack bar* berbahan dasar daun torbangun yang dapat diterima secara organoleptik dan sebagai sumber kalsium dan zat besi.

I.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk :

- a. Mempelajari cara pembuatan tepung torbangun
- b. Menganalisis sifat kimia tepung torbangun
- c. Membuat formula *snack bar* berbahan dasar daun torbangun
- d. Menganalisis mutu organoleptik *snack bar* torbangun
- e. Menganalisis sifat kimia (kadar air, kadar abu, kadar lemak, kadar protein, kadar karbohidrat, Kalsium dan zat besi) *snack bar* torbangun.

I.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi peneliti

Untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam bidang pengembangan produk pangan.

1.4.2 Bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai informasi dan pengetahuan baru bagi akademisi mengenai *snack bar* torbangun sebagai makanan tambahan untuk ibu menyusui di pengungsian..

1.4.3 Bagi Masyarakat

- a. Memberikan kontribusi nyata terhadap permasalahan pangan darurat yang tidak disediakan khusus bagi ibu menyusui.
- b. Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai manfaat daun torbangun sebagai bahan baku pangan dan memberikan alternatif produk makanan bergizi untuk ibu menyusui.



