

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kesehatan adalah salah satu faktor kehidupan yang sangat penting untuk diperhatikan. Menurut data Puslitbang Gizi dan Makanan Depkes RI pada 2002, konsumsi kalsium di kalangan masyarakat baru mencapai rata-rata 254 mg per hari, atau hanya seperempat dari standar internasional yaitu 1.000 hingga 1.200 mg per hari untuk dewasa. Padahal seharusnya pemenuhan asupan gizi untuk pembentukan tulang harus dimulai sejak dini, bahkan mulai sejak bayi dalam kandungan (Rachmawati, 2006). Dari data tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan kalsium anak-anak Indonesia masih belum terpenuhi secara optimal. Hal ini terjadi karena kurangnya kesadaran masyarakat Indonesia akan pentingnya asupan gizi khususnya kalsium bagi tubuh terutama untuk pertumbuhan tulang.

Kalsium adalah mineral yang amat penting untuk membantu pembentukan tulang dan gigi pada anak. Kira-kira 99% kalsium terdapat di dalam jaringan keras yaitu pada tulang dan gigi, 1% kalsium terdapat dalam darah, dan jaringan lunak. Tanpa kalsium yang 1% ini, otot akan mengalami gangguan kontraksi, darah akan sulit membeku, transmisi saraf terganggu, dan sebagainya. Untuk memenuhi 1% kebutuhan ini, tubuh mengambilnya dari makanan yang dimakan atau dari tulang. Apabila makanan yang dimakan tidak dapat memenuhi kebutuhan, maka tubuh akan mengambilnya dari tulang,

sehingga tulang dapat dikatakan sebagai cadangan kalsium tubuh. Jika hal ini terjadi dalam kurun waktu yang lama, maka tulang akan mengalami pengeroposan (Astawan, 2008).

Sumber makanan dan minuman yang mengandung kalsium tinggi dapat diperoleh baik dari panganan hewani maupun nabati misalnya susu dan produk olahannya, keju, kacang kedelai, salmon, kacang tanah, serta sayuran berdaun hijau (Wirakusumah, 2002). Persoalannya sekarang, banyak anak-anak bahkan orang dewasa yang tidak suka mengkonsumsi bahan-bahan makanan yang kaya akan kalsium tersebut terutama susu. Untuk itu, diperlukan makanan atau minuman inovatif yang dapat membantu memenuhi kebutuhan kalsium tubuh dan disukai anak-anak salah satunya adalah yoghurt.

Yoghurt merupakan minuman menyegarkan, teksturnya menyerupai es krim tetapi rasanya sedikit asam, dibuat dari fermentasi bakteri asam laktat. Yoghurt di Indonesia umumnya merupakan yoghurt yang berasal dari susu sapi. Telah banyak produk yoghurt yang dikembangkan dari susu hewani namun hanya sedikit yoghurt yang dibuat dari susu nabati. Produk yoghurt dari susu nabati sangat berpotensi untuk dikembangkan selain karena kandungan gizi yang tinggi harga produk yoghurt nabati relative lebih murah jika dibandingkan dengan yoghurt susu hewani (Setayana dkk, 2003).

Biasanya yoghurt susu nabati yang banyak beredar dipasaran berasal dari kedelai, namun baru-baru ini terjadi krisis kedelai di Indonesia yang mengakibatkan harga kedelai naik (Indradewa, 2013). Oleh karena itu kita harus mencari bahan pengganti kedelai dan mempunyai kandungan kalsium

tinggi. Salah satu bahan makanan yang mengandung kalsium tinggi yang dapat digunakan sebagai bahan dasar pembuatan yoghurt yaitu biji nangka.

Biji nangka diketahui banyak mengandung karbohidrat, protein, dan energi yang tidak kalah besar dibanding buahnya, begitu juga kandungan mineralnya seperti kalsium dan fosfor yang cukup banyak. Hal ini mendorong pengolahan biji nangka dalam berbagai bentuk olahan (Anneahira, 2010). Biji nangka merupakan sumber karbohidrat (36,7 g/100 g), protein (4,2 g/100 g), dan energi (165 kkal/100 g), sehingga dapat dimanfaatkan sebagai bahan pangan yang potensial. Biji nangka juga merupakan sumber mineral yang baik. Kandungan mineral per 100 g biji nangka adalah fosfor (200 mg), kalsium (33 mg), dan besi (1,0 mg). Selain dapat dimakan dalam bentuk utuh, biji nangka juga dapat diolah menjadi berbagai makanan olahan salah satunya adalah yoghurt (Astawan, 2008).

Biji nangka dapat diolah menjadi yoghurt karena kandungan karbohidratnya yang dapat dijadikan sebagai bahan dasar pembuatan asam laktat. Yoghurt biji nangka juga pernah diteliti oleh Novitasari (2012), mahasiswa Universitas Diponegoro dengan mengkombinasikan variasi sukrosa dan starter. Dalam pembuatan yoghurt bahan dasar terpenting salah satunya yaitu susu, starter bakteri, dan gula, selain itu juga dapat ditambahkan *flavor* untuk meningkatkan minat konsumen. Dalam penelitian ini akan mencoba membuat minuman olahan susu atau yoghurt yang berbahan dasar biji nangka dengan penambahan ekstrak kelopak bunga rosella dan sari kurma sebagai perlakuan.

Bunga rosella merupakan bunga yang dapat hidup dan berkembang di daratan Indonesia. Kelopak bunga rosella mengandung berbagai zat gizi yang baik bagi tubuh, selain dapat dimanfaatkan sebagai minuman seduh atau yang sekarang dikenal sebagai teh bunga rosella. Kandungan antosianin kelopak bunga rosella juga dapat dimanfaatkan sebagai pewarna alami yang menghasilkan warna merah.

Dalam pembuatan yoghurt dapat ditambahkan buah sebagai *flavor* agar rasa asam dari yoghurt bisa disamarkan. Salah satu buah yang dapat dimanfaatkan sebagai *flavor* yaitu kurma. Buah kurma merupakan buah yang berasal dari timur tengah, mempunyai banyak macam diantaranya yaitu kurma ajwa, sukari, ambar dan lainnya. Selain terkenal dengan khasiatnya yang sangat istimewa, kurma juga mengandung gula yang tinggi, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai pemanis alami makanan, akan tetapi masih belum banyak masyarakat yang memanfaatkan.

Dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengkaji tentang **“Kandungan Kalsium dan Organoleptik Yoghurt Susu Biji Nangka dengan Penambahan Ekstrak Kelopak Bunga Rosella dan Sari Kurma”**.

B. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut :

1. Subyek penelitian adalah ekstrak kelopak bunga rosella dengan konsentrasi 20ml, 25ml, 30ml dan sari kurma dengan konsentrasi 5ml, 10ml, 15ml.

2. Obyek penelitian adalah yoghurt biji susu nangka.
3. Parameter yang diukur adalah kadar kalsium dan organoleptik yoghurt susu biji nangka dengan penambahan ekstrak kelopak bunga rosella dan sari kurma.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka dapat dirumuskan suatu permasalahan, yaitu:

1. Bagaimana kandungan kalsium yoghurt susu biji nangka yang ditambahkan ekstrak kelopak bunga rosella dan sari kurma dengan konsentrasi yang berbeda?
2. Bagaimana organoleptik yoghurt susu biji nangka yang ditambahkan ekstrak kelopak bunga rosella dan sari kurma dengan konsentasi yang berbeda?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui kandungan kalsium yoghurt susu biji nangka yang ditambahkan ekstrak kelopak bunga rosella dan sari kurma dengan konsentrasi yang berbeda.

2. Mengetahui organoleptik yoghurt susu biji nangka yang ditambahkan ekstrak kelopak bunga rosella dan sari kurma dengan konsentrasi yang berbeda.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi masyarakat
 - a. Menambah pengetahuan dan informasi kepada masyarakat tentang keanekaragaman pangan melalui pengolahan yoghurt susu biji nangka.
 - b. Hasil percobaan ini dapat dikembangkan sebagai usaha kecil yang dapat meningkatkan perekonomian masyarakat.
2. Bagi Peneliti
 - a. Menambah wawasan keilmuan dan pengalaman dalam penelitian khususnya pada pembuatan yoghurt susu biji nangka dengan penambahan ekstrak kelopak bunga rosella dan sari kurma.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Memberi sumbangan pemikiran dan dapat digunakan sebagai bahan masukan apabila melakukan penelitian sejenis.
 - b. Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya.