BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kalsium merupakan mineral utama penyusun tulang. Kebutuhan kalsium selama remaja akan meningkat sejalan dengan berlangsungnya proses pertumbuhan tulang. Mann dan Truswell (2002), menyatakan bahwa remaja menjelang usia 20 tahun akan mengalami pembentukan tulang yang pesat, hal ini merupakan masa persiapan untuk mencapai puncak pertumbuhan massa tulang (*peak bone mass*). *Peak bone mass* dan pembentukan tulang selama remaja akan menentukan densitas tulang seseorang saat dewasa. Densitas tulang inilah yang berkaitan dengan status dan osteoporosis.

Spear (2004), menyatakan bahwa risiko osteoporosis akan meningkat apabila terjadi kekurangan kalsium di masa remaja dan dewasa awal. Wijayakusuma (2011) menyatakan bahwa osteoporosis merupakan penyakit tulang yang ditandai dengan rendahnya masa tulang, diantaranya disebabkan karena kalsium dan elemen dari tulang berkurang secara abnormal sehingga tulang menjadi rapuh, keropos dan mudah patah.

Laporan Badan Litbang Gizi Depkes RI (2006), menunjukkan 10,3% penduduk Indonesia beresiko terkena osteoporosis. Litbang juga menyebutkan sedikitnya lima propinsi di Indonesia termasuk dalam kategori risiko tinggi penderita penyakit osteoporosis. Lima propinsi tersebut adalah Sumatera Selatan (27,7%), Jawa Tengah (24,02%), Yogyakarta (23,5%), Sumatera Utara (27,7%) dan Jawa Timur (21,42). Menurut data "*Indonesia*

White Paper" yang dikeluarkan PEROSI, prevalensi osteoporosis pada tahun 2007 mencapai 28,8% untuk pria dan 32,3% untuk wanita. Penelitan Departemen Kesehatan menunjukkan bahwa prevalensi osteoporosis adalah 19,7%, sedangkan prevalensi osteopenia di Indonesia mencapai 41,7% (Trihapsari, 2009).

Salah satu cara untuk mencegah terjadinya osteoporosis adalah dengan mengkonsumsi makanan yang tinggi kandungan kalsium. Kalsium susu sapi per 100 ml adalah 122 mg. Permasalahannya, harga susu sapi relatif mahal sehingga tidak terjangkau oleh untuk semua kalangan masyarakat. Salah satu alternatifnya adalah dengan mengkonsumsi minuman sari misalnya sari kacang hijau. Dalam 100 gram kacang hijau mengandung 124 mg kalsium.

Diversifikasi olahan pangan berbasis kacang hijau sampai saat ini masih sangat kurang. Kacang hijau secara tradisional baru dimanfaatkan menjadi berbagai olahan seperti bubur, bahan pengisi bakpia, sari minuman kacang hijau. Namun demikian masih banyak peluang untuk memanfaatkan kacang hijau menjadi suatu produk olahan lainnya yang menyehatkan sehingga dapat memberikan banyak pilihan kepada konsumen (Rahman dan Agustina, 2010).

Sari kacang hijau memiliki kalsium yang cukup sehingga perlu ditambah cita rasa. Astawan (2009), menyatakan bahwa wijen sering digunakan sebagai sumber kalsium alternatif. Hal ini disebabkan karena wijen mengandung kalsium yang tinggi. Kandungan kalsium wijen per 100 gram adalah 1125 mg (Atmarita, 2005), sehingga dengan penambahan wijen

giling pada sari kacang hijau diharapkan dapat meningkatkan kandungan kalsium sari kacang hijau.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh perbandingan kacang hijau dengan wijen giling terhadap kadar kalsium sari kacang hijau.
2. Bagaimana pengaruh perbandingan kacang hijau dengan wijen giling terhadap daya terima sari kacang hijau.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

   Mengetahui pengaruh perbandingan kacang hijau dengan wijen giling terhadap kadar kalsium dan daya terima sari kacang hijau.

2. Tujuan Khusus

   a. Mengetahui kadar kalsium sari kacang hijau dengan wijen giling pada berbagai variasi perbandingan.

   b. Mengetahui daya terima sari kacang hijau (warna, aroma, rasa, kekentalan, dan kesukaan keseluruhan).

D. Manfaat

1. Bagi peneliti lanjutan

   Penelitian ini sebagai referensi atau acuan apabila melakukan penelitian sejenis.

2. Bagi ilmu pengetahuan

   Penelitian ini sebagai bahan untuk memperkaya kepustakaan yang berkaitan dengan penggunaan wijen giling pada pembuatan sari kacang hijau.

3. Bagi masyarakat

   Sari kacang hijau pada penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif pengganti susu sapi dan susu kedelai dengan tambahan wijen giling.