

**PENGARUH PENAMBAHAN TEMPE TERHADAP
KADAR PROTEIN DAN TINGKAT PENGEMBANGAN PADA
KERUPUK TEMPE**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III (Tiga)
Ilmu Kesehatan Jurusan Gizi



Disusun Oleh :

MEIRINA WARAHAPSARI

J 300 060 038

**PROGRAM DIPLOMA III GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURKARTA**

2009

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diversifikasi pangan merupakan upaya pengembangan pangan dengan berbagai variasi olahan pangan. Upaya diversifikasi konsumsi pangan dapat diidentikkan dengan upaya perbaikan gizi untuk peningkatan kualitas sumberdaya manusia Indonesia. Semakin beragam jenis pangan yang dikonsumsi, kualitas pangan akan semakin baik (Soebagyo, 1998).

Cakupan diversifikasi pangan tidak hanya terbatas pada penganekaragaman konsumsi pangan pokok untuk mengurangi ketergantungan pada beras, tetapi juga makanan pendamping. Salah satu upaya diversifikasi pangan yaitu olahan kerupuk dengan penambahan bahan pangan yang mempunyai kandungan zat gizi tinggi.

Kerupuk merupakan sajian yang hampir terdapat pada hidangan masyarakat Indonesia sehari-hari dan pada acara perayaan kecil maupun besar. Kerupuk berbahan dasar tepung terutama terigu dan tapioka. Komposisi zat gizi utama pada kerupuk adalah karbohidrat. Kandungan karbohidrat kerupuk per 100 gram yaitu 74,46 gram sampai 85,81 gram, sedangkan kandungan protein kerupuk per 100 gram sangat rendah yaitu 0,03 gram sampai 8,90 gram (Budiarso, 1999).

Berdasarkan hasil penelitian tahun 2007 dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI, kerupuk berbahan dasar tepung terigu dan tepung tapioka mempunyai kandungan protein yang rendah. Karena kandungan protein yang rendah maka perlu adanya penambahan protein yang tinggi. Protein terdiri dari protein hewani dan protein nabati. Sumber protein nabati yang paling tinggi adalah berasal dari kacang-kacangan diantaranya yaitu kacang kedelai.

Di Indonesia, kedelai menjadi sumber gizi protein nabati utama (biji kedelai kaya protein dan lemak serta beberapa bahan gizi penting lain, misalnya vitamin dan lesitin). Komposisi energi kacang kedelai per 100 gram

sebesar 381 kkal, protein 40,4 gram, lemak 16,7 gram, karbohidrat 24,9 gram. Olahan kedelai dapat dibuat menjadi tahu, kecap, susu kedelai, tauco dan tempe, oncom, taoge (Anonim, 2009).

Kelebihan tempe selain harganya murah dan mudah diperoleh, dalam bidang kesehatan khasiat tempe antara lain dapat mencegah dan mengendalikan diare, memperlancar pencernaan, mencegah anemia, menghambat penuaan, menghambat risiko kanker dan jantung koroner. Tempe juga dapat diolah lebih lanjut menjadi keripik tempe, tepung makanan suplemen balita, selai, kecap dan berbagai produk olahan lainnya. Selain itu tempe juga dapat diolah menjadi kerupuk tempe. Hal ini dilakukan agar kandungan zat gizi kerupuk menjadi lebih banyak dengan adanya penambahan tempe pada pembuatan kerupuk (Suprapti, 2003).

Kerupuk merupakan makanan ringan yang selalu ada pada acara tertentu. Kerupuk yang baik adalah kerupuk yang baunya tidak tengik dan tekstur renyah. Selain baunya yang tidak tengik, kerupuk yang baik dapat dilihat dari sifat fisiknya. Sifat fisik kerupuk ditentukan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu tingkat pengembangan (Anonim, 2007).

Tingkat pengembangan merupakan perbandingan volume kerupuk dibandingkan volume adonan. Apabila tingkat pengembangan kurang akan menghasilkan kerupuk yang keras. Faktor-faktor yang menentukan tingkat pengembangan adalah mutu dan jumlah dari bahan yang digunakan, proses pembuatan, proses pencampuran dan lama pengeringan. Berdasarkan uraian tersebut maka akan dilakukan penelitian mengenai pengaruh penambahan tempe terhadap kadar protein dan tingkat pengembangan pada kerupuk tempe.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian tersebut dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh penambahan tempe terhadap kadar protein pada kerupuk tempe.

2. Apakah terdapat pengaruh penambahan tempe terhadap tingkat pengembangan kerupuk tempe.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum
Mengetahui pengaruh penambahan tempe terhadap kadar protein dan tingkat pengembangan pada kerupuk tempe.
2. Tujuan khusus
 - a. Mendiskripsikan kadar protein kerupuk tempe.
 - b. Menganalisis pengaruh penambahan tempe terhadap kadar protein kerupuk tempe.
 - c. Menganalisis pengaruh penambahan tempe terhadap tingkat pengembangan kerupuk tempe.

D. HIPOTESIS

1. Semakin banyak penambahan tempe maka kadar protein kerupuk semakin tinggi.
2. Terdapat perbedaan penambahan tempe pada pembuatan kerupuk tempe terhadap kadar protein.
3. Terdapat perbedaan penambahan tempe pada pembuatan kerupuk tempe terhadap tingkat pengembangan.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi masyarakat
Memberikan informasi kepada masyarakat tentang diversifikasi olahan pangan khususnya tempe.
2. Bagi peneliti
Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan apabila mengadakan penelitian sejenis.