

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung berbagai nutrisi yang tepat sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Pada tahun 2022, *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan agar bayi hanya diberi ASI selama enam bulan pertama hidupnya. Pemberian ASI secara eksklusif sejak kelahiran bayi sangat dianjurkan karena pada periode ini, bayi akan mendapatkan kolostrum, yaitu ASI dengan warna kuning yang keluar dari hari pertama hingga hari ketiga selama proses menyusui (Hartati *et al.*, 2024).

Kuantitas dan kualitas ASI termasuk kandungan energi dan zat gizi di dalamnya sangat mempengaruhi tumbuh dan kembangnya bayi serta balita. Memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan tidak dengan tambahan makanan atau minuman lain dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi secara efektif. Pada beberapa penelitian yang ada, beberapa faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI yakni kurangnya asupan zat gizi ibu. Kandungan zat gizi makro dan mikro yang diperoleh dari makanan akan dicerna oleh tubuh, kemudian diserap dan diedarkan melalui aliran darah ke berbagai organ tubuh, termasuk kelenjar payudara yang berperan dalam produksi ASI. Oleh karena itu, selama masa menyusui, kebutuhan asupan zat gizi makro perlu ditingkatkan. Peningkatan kebutuhan ini disebabkan oleh perlunya energi tambahan untuk mendukung proses pemulihan tubuh setelah persalinan serta menunjang metabolisme yang terlibat dalam pembentukan ASI (Wardana *et al.*, 2018).

Berdasarkan hasil survei *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 mengatakan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia sebesar 67,96% dibandingkan pada tahun 2021 sebesar 69,7% dari data tersebut bahwa cakupan ASI eksklusif mengalami penurunan (WHO, 2023). Pemerintah saat ini sudah menetapkan target cakupan ASI eksklusif

di angka 80% (Kemenkes , 2024). Secara nasional, angka cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2023 yaitu sebesar 70%, di Jawa Barat mencapai 72,5%, sementara di Kabupaten Tasikmalaya, cakupan ASI eksklusif sedikit lebih rendah, yaitu sekitar 65%. Pencapaian ini belum mencapai target seperti dalam Surat Keputusan Menteri Kesehatan (SK Menkes) Nomor 450/Menkes/SK/IV/2004 tentang pemberian ASI Eksklusif pada bayi di Indonesia sebesar 80%. (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2022)

Pemanfaatan tanaman herbal sebagai *galactagogue* (senyawa yang mendorong produksi ASI) menjadi salah satu intervensi alami yang mendapat perhatian dalam peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui. Daun Katuk (*Sauropus androgynus*) menjadi jenis sayuran yang memiliki banyak kandungan senyawa steroid dan polifenol dengan khasiat sebagai laktagog dan antipiretik. Tanaman katuk juga bermanfaat untuk meningkatkan produksi ASI. Hal ini diduga berkaitan dengan efek hormonal yang bersifat estrogenik dari kandungan kimia sterol (Junita, 2023)

Masyarakat Indonesia telah lama memanfaatkan daun katuk sebagai sayuran hijau yang dipercaya dapat membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Pemanfaatan ini didukung oleh kandungan gizi daun katuk yang cukup tinggi, yaitu 59 kkal energi, 6,4g protein, 1,0g lemak, 9,9g karbohidrat, 2,3mg zat besi, 233mg kalsium, dan 164mg vitamin C (Kemenkes RI, 2020; Ibrahim et al., 2021). Selain berperan sebagai sumber zat gizi, vitamin C dalam daun katuk juga berfungsi sebagai antioksidan. Kemudian daun katuk (*Sauropus androgynus*) diketahui dapat meningkatkan ekspresi gen yang berperan dalam produksi hormon prolaktin dan oksitosin yang memiliki peran penting dalam proses laktasi (Handayani et al., 2021).

Substitusi tepung *Mocaf* merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan guna mengurangi ketergantungan akan tepung terigu. Tepung *Mocaf* merupakan turunan tepung singkong yang dimodifikasi melalui proses fermentasi, yang melibatkan mikroba asam laktat yang mengubah karakteristik tepung sehingga menghasilkan warna yang lebih putih

dibandingkan tepung singkong biasa. Selain memiliki sifat fisik yang lebih baik, tepung *Mocaf* juga memiliki beberapa keunggulan dari segi kandungan gizi, yaitu rendah gula, rendah gluten, dan rendah lemak. (Fazira *et al.*, 2024) Tepung *Mocaf* memiliki kandungan zat gizi 350 kkal energi, 1,2g protein, 0,6g lemak, 85g karbohidrat (Kemenkes RI, 2020). Substitusi tepung *Mocaf* dapat dilakukan pada berbagai produk salah satunya *Crackers*.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *Crackers* merupakan salah satu cemilan praktis untuk dibawa kemana-mana dan mudah dikonsumsi oleh ibu hamil dan menyusui serta memiliki daya tahan yang cukup lama. Selain itu, *Crackers* juga banyak digemari oleh seluruh kalangan masyarakat dari berbagai usia (Nuraeni dan Marianti, 2020; Permatasari dan Indrawati, 2022). Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengembangkan *Crackers* dengan substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* ditambah tepung daun katuk (*Sauropus androgynus*) sebagai alternatif *snack* untuk ibu menyusui.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan “Bagaimana Gambaran Sifat Organoleptik Dan Kandungan Gizi *Crackers* Substitusi Tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* Dengan Penambahan Tepung Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*) Sebagai Alternatif Snack Untuk Ibu Menyusui?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi *Crackers* Substitusi Tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan Penambahan Tepung Daun Katuk (*Sauropus androgynus*) sebagai Alternatif *Snack* Untuk Ibu Menyusui

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kesukaan warna pada *Crackers* substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan penambahan tepung daun katuk (*Sauropus Androgynus*)

- b. Untuk mengetahui tingkat kesukaan aroma pada *Crackers* substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan penambahan tepung daun katuk (*Sauropus Androgynus*).
- c. Untuk mengetahui tingkat kesukaan rasa pada *Crackers* substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan penambahan tepung daun katuk (*Sauropus Androgynus*).
- d. Untuk mengetahui tingkat kesukaan tekstur pada *Crackers* substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan penambahan tepung daun katuk (*Sauropus Androgynus*).
- e. Untuk mengetahui kandungan zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) pada produk *Crackers* substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan penambahan tepung daun katuk (*Sauropus Androgynus*).
- f. Untuk mengetahui kandungan zat gizi mikro (zat besi, kalsium, dan vitamin C) pada produk *Crackers* substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan penambahan tepung daun katuk (*Sauropus Androgynus*).
- g. Untuk mengetahui kadar air *Crackers* substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan penambahan tepung daun katuk (*Sauropus Androgynus*).
- h. Untuk mengetahui harga pokok produksi dan harga penjualan *Crackers* substitusi tepung *Mocaf (Modified Cassava Flour)* dengan penambahan tepung daun katuk (*Sauropus Androgynus*).

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam mengembangkan produk *Crackers* berbasis bahan pangan lokal, yaitu tepung *Mocaf* dan tepung daun katuk. Selain itu, penelitian ini memberikan informasi ilmiah mengenai kandungan gizi serta karakteristik organoleptik produk *Crackers* yang berpotensi sebagai alternatif snack untuk membantu memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi akademik, khususnya pada Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, serta menjadi bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengembangan produk pangan fungsional berbasis bahan lokal dan pemanfaatannya untuk mendukung kesehatan ibu menyusui.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat, khususnya ibu menyusui, mengenai alternatif pangan fungsional berupa *Crackers* dengan penambahan tepung daun katuk yang memiliki kandungan gizi yang tinggi. Produk ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai camilan sehat pendukung kelancaran ASI.