

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah berada pada masa tumbuh kembang, sehingga membutuhkan gizi yang baik untuk mendukung proses pertumbuhannya. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, periode anak usia sekolah umur 6 – 12 tahun adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja awal (Kemenkes RI, 2019). Pada periode ini, anak mengalami pertumbuhan atau *growth spurt*, yaitu peningkatan tinggi badan dan berat badan secara cepat (Fitriyaningsih, & Naibaho, 2024).

Ketersediaan jajanan di lingkungan sekolah berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan oleh anak-anak. Anak sekolah cenderung untuk membeli makanan jajanan yang menarik sensori, tanpa memperhatikan nilai gizinya. Oleh sebab itu, jajanan yang seharusnya tersedia di lingkungan sekolah dan rumah agar kesehatan anak terjamin (Juliniar & Lubis, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Fathin, 2018 menunjukkan bahwa kontribusi makanan jajanan terhadap asupan harian anak cukup signifikan. Konsumsi jajanan di sekolah dapat menyumbang sekitar 10–20% kebutuhan energi harian, bahkan pada beberapa kasus mencapai hampir setengah dari total asupan harian.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata uang saku anak sekolah yang dialokasikan untuk makanan sebesar 34,7%, untuk bukan makanan 60,7%, sisanya 4,6% lain-lain (Astuti *et al.*, 2018). Hasil penelitian Sunarto *et al.* (2024) menunjukkan hanya 18% anak yang membawa bekal ke sekolah dan 60%

diberikan uang jajan oleh orangtuanya dari Rp. 5.000- Rp.10.000.

Jenis makanan jajanan yang biasa dijual di sekolah ada beberapa jenis antara lain produk permen (permen lunak, permen keras dan gulali), kudapan (keripik dan biskuit) dan makanan jajanan dari tepung (cilok dan sempol) (Maywati *et al.*, 2019). Makanan jajanan yang banyak dijual di sekolah mengandung gula yang tinggi, lemak tinggi dan kadar natrium melebihi ambang batas, sehingga dapat mengakibatkan risiko kesehatan bagi anak, antara lain keracunan dan gangguan pencernaan (Koka *et al.*, 2024; Sabrina *et al.*, 2019). Studi yang dilakukan oleh Gupta (2021) menunjukkan anak yang sering mengonsumsi jajanan tidak sehat memiliki risiko dua kali mengalami obesitas dibandingkan dengan anak-anak yang jarang mengonsumsinya.

Sempol merupakan salah satu jajanan yang disukai oleh anak-anak. Namun sempol yang dijual dipasaran dibuat hanya dari campuran tepung tapioka dan tepung terigu, sehingga sempol yang dihasilkan mengandung gluten yang dapat menyebabkan gangguan pencernaan pada beberapa anak (Safitri *et al.*, 2019).

Tepung garut dapat menjadi alternatif pengganti tepung terigu pada formula sempol. Tepung garut merupakan sumber karbohidrat kompleks yang mudah dicerna dan bebas gluten, sedangkan untuk tepung terigu mengandung gluten yang berbahaya jika dikonsumsi berlebihan oleh anak-anak (Hakim & Effendi, 2024). Tepung garut diketahui mengandung serat pangan yang tinggi dan juga kandungan amilopektinnya yaitu 75 - 80 % (Atkhiyah *et al.*, 2023). Kandungan amilopektin pada tepung terigu yaitu 75 % tidak jauh berbeda,

sehingga karakteristik pati pada kedua tepung tersebut hampir serupa (Hasan *et al.*, 2023).

Sempol adalah salah satu jajanan yang digemari anak-anak. Sempol yang dijual di pasaran relatif rendah protein sehingga perlu ditambah protein untuk meningkatkan kandungan zat gizinya. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) (2019), kebutuhan protein harian anak usia 7-9 tahun adalah 49 g, dan anak usia 10-12 tahun 56-60 g per hari tergantung jenis kelamin. Dalam satu hari, standar protein untuk kudapan menyumbang 10-15%. Salah satu sumber protein yang baik untuk anak-anak adalah ikan lele (Melyandra *et al.*, 2024).

Ikan lele memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi dan harganya relatif murah dibandingkan dengan protein hewani lain (Andi, 2022). Kandungan gizi pada ikan lele per 100 g yakni protein 17,7%, lemak 4,8%, mineral 1,2% (Primawestri *et al.*, 2023). Ikan lele mengandung asam lemak tak jenuh, yaitu Omega-3. Oleh karena itu, ikan ini baik dikonsumsi oleh anak-anak untuk tumbuh kembang otak (kecerdasan). Selain Omega-3, ikan lele juga mengandung asam amino esensial yaitu arginine, isoleucine, leucine, lysine, methionine, phenylalanine, tryptophan dan valine (H. F. Wardani *et al.*, 2023). Protein dalam ikan lele baik untuk pertumbuhan, mengganti jaringan yang rusak serta dapat meningkatkan daya tahan tubuh (Primawestri *et al.*, 2023).

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penelitian ini telah dilaksanakan oleh peneliti dengan judul. “Formulasi Sempol Kukus Berbahan Tepung Garut dan Ikan Lele sebagai Jajanan Anak Sekolah”.

B. Rumusan masalah

1. Apakah ada perbedaan daya terima sempol berbahan baku tepung garut dan ikan lele dibandingkan dengan sempol formula kontrol?
2. Apakah ada perbedaan kandungan proksimat (kadar air, abu, protein, lemak, karbohidrat, energi) pada sempol formula terpilih dibandingkan dengan sempol formula kontrol?

C. Tujuan

1. Mengetahui perbedaan daya terima sempol dengan substitusi tepung garut dibandingkan dengan formula kontrol.
2. Mengetahui perbedaan kandungan proksimat pada sempol formula terpilih dibandingkan dengan formula kontrol.

D. Ruang Lingkup**1. Lingkup Masalah**

Masalah yang diteliti adalah formula sempol dengan penggunaan tepung garut, dan ikan lele, ditinjau dari daya terima dan kandungan gizinya meliputi kadar air, abu, protein, lemak, karbohidrat, energi

2. Lingkup Metode

Penelitian ini dilakukan dengan desain eksperimental menggunakan rancangan Acak Lengkap (RAL).

3. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan penelitian ini berhubungan dengan keilmuan gizi, khususnya pada bidang gizi pangan.

4. Lingkup Tempat

Penelitian pembuatan sampel dan pengujian organoleptik dilakukan di Laboratorium Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi. Uji kandungan proksimat dilakukan di Laboratorium Saraswanti Indo Genetech (SIG) Kota Bogor.

5. Lingkup Sasaran

Sasaran dalam penelitian ini adalah anak sekolah dasar.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari – Desember 2025.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi Terkait

Memberikan informasi bagi sekolah dan instansi kesehatan untuk alternatif jajan sehat dan aman, sehingga dapat menyediakan bagi anak sekolah,

2. Bagi Keilmuan Gizi

Menambah referensi dan kepustakaan keilmuan tentang jajan sehat dengan bahan baku tepung garut dan ikan lele yang memiliki nilai gizi.

3. Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan, pengalaman dan keterampilan untuk memanfaatkan bahan pangan lokal untuk membuat makanan bergizi.