

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Gaya hidup modern, perubahan pola makan, dan kurangnya aktivitas fisik meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi pada konsumen. Masalah gizi menjadi isu penting yang memerlukan perhatian serius, mengingat dampaknya yang signifikan terhadap kesehatan jangka panjang (Al Jawaldeh A, Taktouk M, Nasreddine L, 2020). Konsumen sebagai bagian dari masyarakat memiliki karakteristik, kebutuhan, dan pola konsumsi yang beragam, yang sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan, ekonomi, sosial, dan budaya. Pola konsumsi yang tidak seimbang, seperti tingginya asupan makanan cepat saji, rendahnya konsumsi serat, serta kurangnya asupan zat gizi penting, berkontribusi terhadap meningkatnya risiko gangguan gizi seperti kekurangan maupun kelebihan gizi.

Kebutuhan gizi konsumen perlu disesuaikan dengan usia, jenis kelamin, tingkat aktivitas, serta kondisi kesehatan masing-masing individu. Untuk mendukung fungsi tubuh yang optimal dan mencegah terjadinya berbagai masalah kesehatan, konsumen membutuhkan asupan gizi yang lengkap dan seimbang, termasuk kebutuhan energi dan zat gizi mikro maupun makro seperti protein (Kahssay M, et al., 2020). Protein memiliki peranan penting dalam pembentukan dan perbaikan jaringan tubuh, produksi enzim, serta mendukung fungsi imun.

Namun pada kenyataannya, masih banyak konsumen yang belum mampu memenuhi kebutuhan protein harianya secara optimal. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang pentingnya asupan protein, rendahnya kesadaran akan pola makan seimbang, serta keterbatasan akses terhadap sumber protein yang berkualitas dan terjangkau (Almatsier S, 2010). Gaya hidup serba cepat dan kebiasaan mengonsumsi makanan praktis juga turut memperburuk kualitas asupan gizi pada konsumen. Oleh karena itu, pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengertian, sumber, serta peranan protein bagi tubuh menjadi hal yang sangat penting untuk diperhatikan.

Protein berasal dari bahasa Yunani yaitu *Protos* yang memiliki makna “paling utama” (Rismayanthi, 2015). Protein merupakan salah satu kelompok dari bahan makronutrien (nutrisi yang dibutuhkan dalam jumlah banyak), tidak seperti bahan makronutrien lain misalnya karbohidrat, lemak, protein memiliki peran lebih penting dalam pembentukan biomolekul daripada sumber energi (penyusun bentuk tubuh) (Rismayanthi, 2015).

Protein merupakan nutrisi esensial yang berperan utama dalam berbagai fungsi tubuh, termasuk pertumbuhan, perbaikan jaringan, dan produksi enzim serta hormon. Asupan protein yang cukup sangat penting untuk menjaga kesehatan secara keseluruhan, terutama pada masyarakat yang sedang mengalami pertumbuhan pesat. Kekurangan protein dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan, seperti penurunan massa otot, gangguan pertumbuhan dan penurunan imunitas.

Fungsi dari protein sendiri yaitu sebagai zat utama pembentuk dan pertumbuhan tubuh. Protein memiliki peran ganda dalam tubuh, yaitu sebagai komponen struktural sel dan jaringan serta sebagai sumber energi cadangan ketika kebutuhan energi tidak terpenuhi oleh karbohidrat dan lemak (Azhar, 2018). Kebutuhan protein tiap individu berbeda-beda tergantung pada usia, jenis kelamin, berat badan, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi kesehatan secara keseluruhan. Daging merah merupakan salah satu sumber protein yang diperlukan oleh tubuh.

Daging merah tidak hanya kaya akan protein, tetapi juga merupakan sumber yang baik untuk vitamin B kompleks, mineral penting, dan berbagai senyawa bioaktif yang berkontribusi pada kesehatan tubuh secara keseluruhan (Dziuba J, et al, 1996. Toldrá F, Reig M, 2011). Namun, metode pengolahan yang tidak tepat dapat menyebabkan degradasi senyawa bioaktif dan peningkatan kadar lemak jenuh, kolesterol, serta natrium klorida dalam daging, sehingga meningkatkan terjadinya penyakit kardiovaskular, kolesterol, gangguan pernapasan, proses karsinogenesis, obesitas, imunosupresi, dan penuaan dini (Awwaly, et. al, 2015). Tingginya protein yang terdapat pada daging merah maka berdampak kepada pola makan masyarakat Indonesia. Salah satu hidangan yang gemar dikonsumsi masyarakat dengan berbahan dasar daging merah adalah *patty* pada burger.

Burger salah satu makanan cepat saji yang sering dikonsumsi masyarakat Indonesia adalah burger, burger tidak hanya dinikmati di hotel namun dapat ditemui dan menjamur di warung atau *café* pinggir jalan. *Patty* burger adalah daging yang dilumatkan kemudian dibentuk bulat dan dipipihkan, dikukus terlebih dahulu kemudian digoreng dengan mentega atau dipanggang lalu biasanya diletakkan sebagai isi roti bulat, diberi daun selada, saus tomat dan bumbu lainnya. *Patty* burger menurut Puspitasari dan Handajani (2015), dapat dibuat dari bahan pangan seperti daging ayam dan sapi. Proses pembuatan *patty* relatif sederhana dan tidak memerlukan waktu yang lama, sehingga cocok dikonsumsi sebagai makanan praktis. Selain itu, *patty* dapat dikembangkan dalam berbagai variasi bahan, baik dari sumber hewani maupun nabati, sehingga memungkinkan pengembangan produk dengan karakteristik rasa, nilai gizi, dan daya terima yang beragam. Disamping itu, pola makan masyarakat Indonesia secara umum menunjukkan kecenderungan konsumsi protein yang lebih tinggi dari sumber nabati, terutama kacang-kacangan dan biji-bijian, dibandingkan dengan protein dari daging, telur, atau susu (Hayati, et.al 2012). Analisis data Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) di Jawa Tengah tahun 2014 menunjukkan bahwa protein nabati memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap total asupan protein. Salah satu jenis protein nabati dapat diperoleh dari jamur.

Jamur pangan memiliki peran penting sebagai alternatif sumber protein dan kaya akan kandungan gizi. Selain sebagai sumber protein, jamur juga memiliki khasiat dalam mengurangi kadar kolesterol jahat dalam darah, melindungi kesehatan hati, serta memperkuat sistem kekebalan tubuh, yang sangat penting bagi konsumen dalam menjaga kesehatan dirinya. Sebagai sumber nutrisi yang kaya dan memiliki sifat imunostimulan, jamur layak dijadikan pilihan utama dalam upaya meningkatkan kesehatan Masyarakat (Bahar, et al, 2022).

Berdasarkan banyaknya jenis jamur yang ada di Indonesia, Namun baru beberapa jenis saja yang di budidayakan secara massal dan dijual di pasaran, seperti jamur kuping dan jamur tiram. Pada tahun 1969, sebuah perusahaan swasta nasional menjadi pionir dalam budidaya jamur di Indonesia dengan memulai kegiatan budidaya di dataran tinggi Dieng, Wonosobo, Jawa Tengah, pada ketinggian 2000 meter di atas permukaan laut.

Berdasarkan kajian Widyastuti, N. (2013), komposisi asam amino dalam protein jamur memenuhi kriteria protein lengkap, sehingga dapat memenuhi kebutuhan nutrisi esensial tubuh manusia. Jamur merupakan sumber yang kaya akan asam amino esensial, zat gizi yang sangat dibutuhkan tubuh namun tidak dapat diproduksi sendiri. Dengan mengonsumsi jamur, kita dapat memenuhi kebutuhan asam amino esensial dan mendukung fungsi metabolisme tubuh yang optimal.

Menurut (Sari, et al, 2023), ditemukan bahwa jamur, meskipun berasal dari tumbuhan, memiliki tekstur yang sangat mirip dengan daging. Daging tiruan sebagai alternatif protein hewani yang dapat memenuhi preferensi konsumen yang menginginkan produk daging dengan harga yang kompetitif dan profil nutrisi yang lebih baik (Kołodziejczak et al., 2022). Daging tiruan, sebagai alternatif protein hewani berbasis nabati, telah lama dikembangkan untuk memenuhi kebutuhan konsumen vegetarian dan yang ingin mengurangi konsumsi daging. Produk ini dirancang untuk memiliki karakteristik fisik, kimia, dan sensorik yang menyerupai daging asli.

Namun, seiring dengan meningkatnya kesadaran akan kesehatan dan keterbatasan akses terhadap daging, muncul kebutuhan untuk mencari alternatif bahan yang lebih terjangkau namun tetap memberikan nilai gizi yang setara. Formulasi *Patty analogue* dengan jamur tiram dan jamur kuping sebagai alternatif pengganti daging merupakan sebuah pengembangan produk sebagai upaya pemenuhan sumber protein.

Penelitian ini bertujuan untuk mengoptimasi produk *Patty analogue* berbahan dasar jamur tiram dan jamur kuping yang memiliki profil sensori (warna, aroma, rasa, tekstur) dan kandungan protein menggunakan uji proksimat dengan dan tanpa perlakuan yang mengidentifikasi kadar air, lemak, protein, serta serat, serta menganalisis daya terima konsumen pada produk *Patty analogue* berbahan dasar jamur tiram dan jamur kuping. Dengan demikian, *Patty analogue* jamur dapat menjadi alternatif sumber protein yang menarik, bagi konsumen yang membutuhkan asupan protein yang cukup.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan analisis terhadap latar belakang masalah, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Pengoptimalan komposisi *Patty analogue* jamur tiram dan jamur kuping untuk meningkatkan kandungan protein tanpa mengurangi kualitas sensoris.
2. *Patty analogue* jamur tiram & jamur kuping yang telah dioptimasi dapat memenuhi kebutuhan protein harian konsumen
3. Formulasi *Patty analogue* untuk menciptakan *meat analogue* berbasis jamur dengan tekstur, rasa, dan aroma yang disukai konsumen
4. Daging tiruan berbasis jamur dapat diterima oleh konsumen sebagai alternatif sumber protein.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan analisis masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini dibatasi pada “Optimasi Jamur Tiram (*Pleurotus ostreatus*) Dan Jamur Kuping (*Auricularia auricula*) Pada Pembuatan *Patty Analogue* Terhadap Kandungan Protein, Lemak, Karbohidrat, Serat Dan Daya Terima Konsumen.”. Evaluasi akan dilakukan terhadap kualitas sensori (warna, rasa, aroma, tekstur) dan uji proksimat serta daya terima *Patty analogue* terhadap kebutuhan protein konsumen.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah di atas permasalahan yang akan dibahas oleh peneliti adalah sebagai berikut : “ Apakah terdapat pengaruh optimasi *Patty analogue* berbasis jamur tiram (*Pleurotus ostreatus*) dan jamur kuping (*Auricularia auricula*) Terhadap Kandungan Protein, Lemak, Karbohidrat, Serat Dan Daya Terima Konsumen?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan utama penelitian ini adalah menganalisis pengaruh optimasi *Patty analogue* berbasis jamur tiram (*Pleurotus ostreatus*) dan jamur kuping (*Auricularia auricula*) Terhadap Kandungan Protein, Lemak, Karbohidrat, Serat Dan Daya Terima Konsumen.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun harapan dari penelitian ini dapat memberikan manfaat yang berarti bagi Masyarakat. Dengan mengoptimalkan *Patty analogue* berbasis jamur tiram (*Pleurotus ostreatus*) dan jamur kuping (*Auricularia auricula*), penelitian ini tidak hanya memberikan alternatif sumber protein yang bergizi, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan pangan dan peningkatan kualitas gizi masyarakat. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan produk olahan jamur yang inovatif dan bernilai tambah.

