

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Asupan utama pada bayi baru lahir hingga memasuki usia dua tahun adalah air susu berasal dari ibu yang telah melahirkan. Indonesia telah dibuat kebijakan-kebijakan mengenai ASI (Air Susu Ibu) dapat dilihat dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 15 tahun 2013 menetapkan peraturan menteri kesehatan tentang tata cara penyediaan fasilitas khusus menyusui dan memerah ASI. Peraturan yang telah dibuat pemerintah memiliki tujuan bahwa pemberian ASI pada bayi sangat penting, dengan adanya peraturan tersebut bayi mendapatkan hak ASI sejak lahir maka dari itu perlindungan kepada ibu yang menyusui dibuat agar dapat memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Adapun ASI diberikan sejak usia 0 bulan hingga 6 bulan disebut ASI eksklusif karena tidak terdapat asupan selain ASI dan ASI juga diberikan pada bayi hingga usia 2 tahun namun terdapat makan pendamping ASI (MPASI). Keunggulan memberikan ASI sebagai satu-satunya sumber asupan gizi untuk bayi yaitu tidak mengeluarkan biaya, dapat terjamin kesehatannya, dan mudah diberikan bayi (Arza *et al*, 2018).

ASI yang merupakan sumber asupan gizi utama bayi dibutuhkan untuk tumbuh kembang dan sesuai dengan kebutuhan bayi. Saat pemberian ASI, beberapa ibu menyusui pun mengalami kendala pemicunya stress dan asupan zat gizi yang kurang, sehingga ASI yang diberikan tidak maksimal. Dengan demikian diperlukan pangan maupun makanan agar dapat memaksimalkan hasil produksi ASI. Produksi dan pengeluaran ASI pula dipengaruhi oleh dua hormon yaitu hormon prolaktin dan hormon oktositosin. Hormon yang mempengaruhi jumlah produk ASI yaitu prolaktin dan hormon yang mempengaruhi proses pengeluaran ASI yaitu okitosin (Mutiara *et al*, 2012).

Ibu menyusui yang memberikan ASI membutuhkan kandungan asam folat dan zat besi mengingat kedua kandungan tersebut dapat merangsang hormon prolaktin dan hormon okitosin yang membantu menambah volume dan durasi pada saat pemberian

ASI (Kusumawati *et al*, 2016). Standar kadar asam folat rekomendasi Institute Of Medicine (2001) untuk wanita menyusui berusia 14-50 tahun adalah 0,5 – 1,3 mg per hari dan standar zat besi untuk wanita menyusui usia 19-50 tahun adalah 9 mg. Ada beberapa bahan pangan yang dipercaya dan diketahui mampu menghasilkan produksi ASI, seperti sayur-sayuran yaitu daun katuk dan kacang-kacangan yaitu kacang almond.

Daun katuk (*Sauropus androgynous L. Merr*) termasuk tanaman obat yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan salah satunya mencegah penyakit kurang darah atau biasa disebut anemia (Mutiara *et al*, 2012). Daun katuk tersebar di berbagai daerah di Indonesia, hanya saja daerah Gorontalo tumbuhan daun katuk ini jarang ditemui, tidak dibudidayakan dan hanya bisa didapatkan di daerah pedalaman Gorontalo. Tumbuhan daun katuk terdapat protein, mineral, vitamin C, zat besi, provitamin A (Santoso, 2013). Daun katuk terkenal dimanfaatkan sebagai pangan perangsang Air Susu Ibu karena daun katuk terdapat senyawa hormon yang mengatur hormon prolaktin untuk membantu produksi ASI dan membantu merangsang hormon oksitosin untuk pengeluaran dan pengaliran ASI (Satyaningtyas *et al*, 2014). Pengolahan daun katuk dapat dijadikan sup sayuran, suplemen vitamin, bahkan dapat diolah menjadi tepung.

Selain daun katuk, kacang almond terkenal dikonsumsi untuk merangsang ASI karena memiliki asam lemak omega-3 dalam almond dapat merangsang hormon ibu untuk membuat kuantitas dan kualitas ASI lebih meningkat (Putri, 2019). Kacang almond pula sering dianggap sebagai jenis kacang galactagog yang berarti dengan mengkonsumsinya bisa efektif meningkatkan ASI. Selain itu kacang almond memiliki kandungan nutrient seperti protein, kalsium, vitamin E dan mineral yang baik bagi ibu dan bayi. Pada penelitian Anusha (2015) mengatakan bahwa kacang almond selama menyusui dapat mempromosikan sekresi susu karena membantu dalam sintesis vitamin B juga membantu dalam emulsifikasi gumpalan. Kacang almond pula digunakan dalam produk pangan dengan tujuan untuk menambah komposisi zat gizi produk, menambah penampilan produk, cita rasa produk, serta tekstur (Astawan, 2009).

Daun katuk dan kacang almond memiliki potensi untuk dijadikan pangan yang fungsional dan khususnya untuk menutrisi kebutuhan ibu-ibu yang sedang menyusui sehingga dapat menghasilkan ASI yang banyak dan bergizi bagi bayi. Pada zaman sekarang makanan ringan sangat diminati oleh konsumen selain tidak perlu menyiapkan bahan yang sulit dan dapat dikonsumsi kapan saja. Salah satu makanan yang banyak diminati adalah biskuit. Biskuit jenis olahan yang renyah, biasanya formulasi biskuit bahan utamanya adalah tepung dengan ditambahkan bahan-bahan tambahan seperti pemanis, pelembut/perenyah, serta bahan pengembang. Jenis biskuit dapat dibedakan dari formulasi biskuit dan bahan tambahan seperti varian rasa tambahan, topping kacang-kacangan dan buah-buahan (Johantika, 2002).

Berdasarkan pemaparan mafaat pemberian ASI serta bahan pangan pendukung untuk melancarkan ibu menyusui memberikan ASI maka dilakukan penelitian “Karakteristik Kimia dan Organoleptik Biskuit Ibu Menyusui Substitusi Tepung Daun Katuk dengan Penambahan Kacang Almond”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka dapat dirumuskan masalah yaitu apa karakteristik biskuit ibu menyusui substitusi tepung daun katuk dengan penambahan kacang almond dari segi kimia seperti protein, kadar air, kadar abu, asam folat dan zat besi dan dari segi organoleptik seperti warna, aroma, tekstur dan rasa.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian untuk mengetahui karakteristik biskuit ibu menyusui substitusi tepung daun katuk dengan penambahan kacang almond dari segi kimia seperti protein, kadar air, kadar abu, asam folat dan zat besi dan dari segi organoleptik warna, aroma, tekstur dan rasa.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini diharapkan pangan fungsional biskuit tepung daun katuk dengan penambahan kacang almond mampu memenuhi kebutuhan gizi ibu menyusui

khususnya yang mengalami kesulitan pada saat memberikan ASI Eksklusif dan mampu menambah wawasan serta pengetahuan terhadap masyarakat akan pentingnya pemberian ASI Eksklusif.