

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Nutrisi adalah zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk tumbuh dan berkembang. Nutrisi dapat diperoleh manusia dari asupan yang dikonsumsi sehari-hari. Untuk dapat berkembang sesuai dengan usia secara normal, manusia harus mengonsumsi makanan yang mengandung zat gizi, seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air. Menurut Tamsuri dan Ajeng (2012), pagi hari adalah waktu terbaik untuk menyediakan makanan bagi otak kita, salah satunya melalui sarapan yang teratur dan bergizi. Sarapan atau makan dan minum pagi adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai pukul 9 pagi untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian, yaitu sebesar 15-30% (Hardinsyah, 2012). Survei yang dilakukan di kota besar di Indonesia menunjukkan bahwa 17% orang dewasa tidak sarapan setiap hari, sementara persentase tidak sarapan pada kalangan anak-anak dapat mencapai 59% (Hardinsyah dan Aries, 2012). Banyak alasan mengapa masyarakat terbiasa untuk tidak sarapan. Misalkan karena waktu, atau anak-anak yang terlambat bangun sehingga tidak ada waktu untuk sarapan. Hal ini dapat menjadi masalah apabila tidak ditanggapi secara tepat. Penelitian yang dilakukan selama 20 tahun pada anak di Australia menunjukkan kebiasaan tidak sarapan berisiko meningkatkan lingkaran pinggang, kadar kolesterol darah, dan kadar LDL (Smith *et al.*, 2010).

Untuk mengatasi masalah ini, sarapan yang praktis, disukai, dan mampu memenuhi kebutuhan energi di pagi hari sangat dibutuhkan. Salah satu alternatif sarapan yang disukai adalah sereal. Sereal adalah makanan hasil ekstrusi yang biasanya terbuat dari gandum dan jagung. Sereal ada dalam berbagai bentuk, diantaranya adalah *flakes*, minuman sereal, sereal

sarapan instan, dan lain-lain. Sereal dikonsumsi dengan cara dicampur dengan susu, yogurt, ataupun dimakan secara langsung.

Flakes termasuk dalam kelompok sereal berbentuk serpihan yang tergolong *ready-to-eat product* yang dapat dimakan secara langsung maupun ditambah bahan lain. *Flakes* telah melalui serangkaian pengolahan dalam proses pembuatannya, sehingga *flakes* tidak perlu lagi diolah lebih lanjut ketika dikonsumsi. Kepraktisan inilah yang membuat *flakes* menjadi suatu produk yang populer dipasaran. *Flakes* menggunakan bahan baku sereal seperti beras, gandum, jagung, dan umbi-umbian seperti kentang, ubi kayu, ubi jalar, dan lain-lain (Marsetio, 2006). *Flakes* yang ada di perdagangan umumnya terbuat dari tepung terigu (Rakhmawati dkk., 2014). Banyak penelitian yang telah dikembangkan untuk produk *flakes* dengan bahan baku sereal, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Tejosaputro (2017) dan Pujianti (2017) menggunakan tepung beras merah sebagai bahan baku *flakes*. Tepung beras merah merupakan sumber karbohidrat yang merupakan sumber energi. Selain itu tepung beras merah juga mengandung serat serta pigmen antosianin yang berfungsi sebagai antioksidan.

Flakes akan diproduksi menggunakan bahan baku tepung beras merah sebagai sumber energi dan serat, serta digunakan sari buah naga sebagai sumber vitamin dan mineral. *Flakes* akan diproduksi sebanyak 15 *pouch* per hari dengan berat *flakes* 75 *g/pouch*. Pemasaran produk dilakukan di daerah Jawa Timur secara *online*. Produk dikemas menggunakan *aluminium foil* sebagai pengemas primer.

1.2. Tujuan Penelitian

1. Melaksanakan perencanaan produksi pengolahan *flakes* tepung beras merah-buah naga merah.
2. Melakukan evaluasi terhadap rancangan produksi *flakes* tepung beras merah-buah naga merah.