

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Tingkat kesadaran masyarakat tentang konsumsi pangan sehat yang semakin meningkat dewasa ini menyebabkan terjadinya pergeseran pola konsumsi masyarakat yang semula hanya mementingkan aspek kenyang. Pertimbangan konsumen inilah yang mendorong perkembangan produk yang memadukan antara aspek nutrisi dan kesehatan. Kedua aspek tersebut mendorong banyaknya pengembangan produk pangan yang bersifat fungsional atau yang dikenal sebagai pangan fungsional. Kefir merupakan produk pangan fungsional karena termasuk probiotik yang mengandung sejumlah bakteri hidup yang memberikan manfaat bagi kesehatan tubuh.

Khasiat kefir sebagai pangan fungsional antara lain yaitu dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, meningkatkan sistem pencernaan, sebagai antioksidan dan antitumor (Vardjan *et al.*, 2013). Peran kefir dalam meningkatkan sistem pencernaan tubuh ini sangat baik bagi kesehatan, hal ini karena kefir membantu dalam membersihkan usus dan mencegah sembelit. Selain itu, kefir berpotensi sebagai pangan antiobesitas karena dapat mempercepat sistem metabolisme tubuh dalam membakar lemak yang akan berakibat pada penurunan berat badan (Gaware *et al.*, 2011). Meskipun memiliki banyak manfaat, tingkat konsumsi masyarakat terhadap kefir masih rendah. Hal ini karena cita rasa kefir berupa rasa alkohol dan soda kurang dapat diterima oleh konsumen.

Pengembangan produk dari kefir untuk meningkatkan daya terima konsumen sudah banyak dilakukan, salah satunya yaitu diolah menjadi es krim kefir. Es krim kefir masih memiliki khasiat yang sama dengan kefir meskipun telah dikembangkan menjadi produk turunan. Beberapa penelitian yang telah melakukan pengembangan tentang es krim kefir yaitu tentang karakteristik es krim kefir labu kuning yang dilakukan oleh Kania dan Judiono (2017) serta kombinasi sari wortel dan tepung *hunkwee* pada es krim kefir yang dilakukan oleh Mahdiana *et al.* (2017). Berdasarkan penelitian terdahulu, masih terdapat kendala yang mengakibatkan es krim kefir kurang diterima yaitu aroma kefir yang sangat kuat dan rasa asam yang mendominasi pada es krim. Usaha yang dapat dilakukan untuk memperbaiki karakteristik es krim kefir agar dapat diterima konsumen yaitu melakukan penambahan buah-buahan seperti buah naga merah.

Penambahan *puree* buah naga merah bertujuan untuk memperbaiki karakteristik sensori, meningkatkan cita rasa serta memperkaya nutrisi dalam es krim kefir. Buah naga merah dipilih karena mengandung betasianin yang berfungsi sebagai pewarna alami, mengandung beberapa senyawa bioaktif seperti vitamin C, vitamin B, vitamin E, flavonoid, karotenoid, antosianin, dan polifenol yang berpotensi sebagai antioksidan, serta tinggi serat yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Kandungan serat pangan pada daging buah naga merah sangat bermanfaat bagi kesehatan salah satunya yaitu dapat menurunkan kadar lemak total dalam tubuh (Santoso, 2011).

Manfaat dari es krim kefir dan buah naga merah memungkinkan kedua pangan tersebut berpotensi sebagai pangan fungsional antiobesitas. Oleh karena itu,

perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh penambahan *puree* buah naga merah pada es krim yang terbuat dari kefir.

## **1.2. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh proporsi *puree* buah naga merah terhadap *overrun*, karakteristik kimia (total padatan, kadar air, kadar abu, kadar lemak, kadar protein, kadar karbohidrat, dan kalori), sifat organoleptik, dan efeknya terhadap bobot badan dan jumlah konsumsi pakan mencit sebagai hewan percobaan yang digunakan untuk uji antiobesitas pada es krim kefir yang berpotensi sebagai pangan fungsional antiobesitas. Sedangkan manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah menyediakan produk es krim fungsional yang dapat dikonsumsi oleh masyarakat atau seseorang yang sedang menjalani masa diet, khususnya diet rendah lemak.