

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Ibu Hamil KEK

a. Kehamilan

Kehamilan adalah fase di mana adanya proses kehidupan baru dimulai, ketika sebuah sel telur yang dibuahi bertumbuh dan berkembang menjadi janin di dalam rahim seorang ibu. Secara ilmiah, kehamilan adalah proses dimana sperma menembus ovum sehingga terjadinya konsepsi dan fertilisasi sampai lahirnya janin, lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan), dihitung dari hari pertama haid terakhir. (Jenni, Mandang dkk, 2016) Ini sering dianggap sebagai titik awal dari perjalanan yang luar biasa ini. Kehamilan sendiri Kehamilan adalah waktu yang penuh dengan perubahan besar, tidak hanya fisik tetapi juga emosional dan psikologis. Tubuh wanita mengalami serangkaian perubahan yang luar biasa untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin.

Selama masa kehamilan, tubuh seorang wanita mengalami sejumlah tahapan yang terbagi dalam tiga trimester berbeda. Trimester awal, yang berlangsung hingga minggu ke-12 kehamilan, menandai fase pembentukan organ-organ penting pada janin. Periode ini sering diiringi dengan gejala seperti mual, muntah, fluktuasi hormonal, dan kelelahan yang lazim dialami oleh ibu hamil. Trimester kedua, rentang waktu dari minggu ke-13 hingga ke-26 kehamilan, merupakan periode di mana pertumbuhan janin berlangsung dengan pesat. Organ-organ yang telah terbentuk mulai matang, dan biasanya ibu hamil mulai merasakan gerakan janin. Sementara itu, trimester terakhir dimulai dari minggu ke-27 hingga persalinan.

Selama sembilan bulan, organ-organ internal dan sistem tubuh beradaptasi untuk memberikan dukungan optimal bagi pertumbuhan janin. Perubahan hormonal memainkan peran penting dalam mempersiapkan tubuh ibu untuk melahirkan. Proses ini membutuhkan peningkatan kebutuhan nutrisi yang signifikan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, serta memenuhi kebutuhan gizi ibu yang sedang mengandung. Kebutuhan nutrisi, seperti protein, karbohidrat, lemak, vitamin, mineral, dan zat gizi lainnya, meningkat untuk mendukung pertumbuhan janin, plasenta, dan juga untuk memenuhi kebutuhan ibu hamil sendiri.

Asupan nutrisi yang adekuat selama kehamilan sangat penting untuk

memastikan kesehatan ibu dan perkembangan janin yang optimal. Nutrisi yang memadai sangat penting untuk mencegah risiko komplikasi kehamilan dan meningkatkan kesehatan bayi yang akan lahir. Berikut ini merupakan angka kecukupan gizi (akg) beberapa zat gizi untuk wanita tidak hamil dan tambahan gizi yang dibutuhkan ketika hamil (per orang per hari), dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Kebutuhan zat gizi Wanita hamil dan ibu hamil

| Zat gizi | AKG Wanita Hamil | | Tambahan Gizi Ibu Hamil | | |
|------------------|--|--|-------------------------|------------|------------|
| | 19 – 29 Tahun BB = 54 Kg Tb = 159 Cm | 30 – 49 Tahun BB = 55 Kg Tb = 159 Cm | TM 1 | TM 2 | TM 3 |
| Energi (Kkal) | 2250 | 2150 | + 180 | +300 | +300 |
| Protein (Gr) | 56 | 57 | +20 | +20 | +20 |
| Lemak (Gr) | 75 | 60 | +60 | +10 | +10 |
| Karbohidrat (Gr) | 309 | 325 | +25 | +40 | +40 |
| Serat | 32 | 30 | +3 | +4 | +4 |
| Besi | 26 | 26 | +0 | +9 | +13 |
| <i>Yodium</i> | <i>150</i> | <i>150</i> | <i>+70</i> | <i>+70</i> | <i>+70</i> |

Sumber : Permenkes RI, Nomer 75 Tahun 2013

Pada tahap ini, janin terus bertambah berat dan matang untuk persiapan kelahiran. Ibu mungkin mengalami ketidaknyamanan akibat perut yang semakin membesar. Persiapan tubuh untuk melahirkan, termasuk kontraksi dan penurunan perut, bisa mulai terjadi menjelang waktu persalinan. Setiap trimester menawarkan tantangan dan transformasi unik, sehingga perawatan yang tepat menjadi sangat penting. Kekurangan nutrisi pada masa kehamilan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti pertumbuhan janin yang terhambat, risiko kelahiran prematur, berat badan bayi lahir rendah, serta meningkatkan risiko komplikasi bagi ibu hamil, seperti anemia, KEK atau preeklampsia. Oleh karena itu, kehamilan

membutuhkan perhatian khusus terhadap asupan makanan dan nutrisi ibu hamil. Pemantauan yang cermat terhadap pola makan dan asupan gizi yang seimbang selama masa kehamilan adalah kunci untuk memastikan kesehatan dan perkembanganyang optimal bagi ibu dan bayi yang dikandungnya.

b. KEK Pada Ibu Hamil

KEK adalah ibu hamil dengan Kurang Energi Kronis merupakan keadaan dimana ibu penderita kekuarangan makanan yang berlangsung menahun (kronis) yang mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada ibu. Seseorang dianggap berisiko mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) jika Lingkar Lengan Atas (LILA)-nya kurang dari 23,5 cm (Depkes RI, 2012). Kelompok wanita usia subur (WUS) di rentang usia 20 hingga 35 tahun merupakan kelompok yang paling rentan terhadap risiko KEK selama kehamilan. (Kemenkes RI, 2015). Masa kehamilan merupakan periode penting pada 1000 hari pertama kehidupan sehingga memerlukan perhatian khusus. Ibu hamil merupakan salah satu kelompok rawan gizi.

Asupan energi dan protein yang tidak mencukupi pada ibu hamil dapat menyebabkan Kurang Energi Kronis (KEK). Ibu hamil dengan KEK berisiko melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR) juga dapat menjadi penyebab tidak langsung kematian ibu serta berdampak pada meningkatnya prevalensi stunting di Indonesia (Kemenkes RI, 2018). (Rohmah, L. (2020). Konsekuensi KEK pada ibu hamil mencakup risiko yang lebih tinggi untuk mengalami kejadian seperti kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), meningkatnya kemungkinan kematian selama persalinan, risiko perdarahan, kesulitan pada masapascapersalinan karena kelemahan tubuh, serta rentan terhadap berbagai gangguan kesehatan. Bayi yang lahir dengan berat badan rendah umumnya menghadapi kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru setelah kelahiran, sehingga hal ini dapat memengaruhi pertumbuhan, perkembangan, bahkan kelangsungan hidupnya. Program Pemberian Makanan Tambahan pada Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis.

Faktor-faktor munculnya Kurang Energi Kronis (KEK) pada seseorang, terutama ketika mengenai ibu hamil. Variasi faktor ini melibatkan berbagai aspek yang memengaruhi kondisi gizi seseorang dalam jangka waktu yang cukup lama. Faktor-faktor tersebut meliputi:

- Faktor sosial dan ekonomi memiliki peran penting dalam menentukan kesejahteraan gizi ibu hamil. Beragam penelitian telah meneliti keterkaitan antara kondisi sosial-ekonomi dengan terjadinya Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil. Faktor-faktor ini mencakup beberapa hal, seperti tingkat

pendapatan keluarga yang memengaruhi kemampuan ibu hamil untuk memperoleh makanan yang bergizi dan layanan kesehatan yang memadai. Ketika pendapatan keluarga rendah, akses terhadap pangan berkualitas dan sumber daya kesehatan seringkali menjadi terbatas, memengaruhi kemampuan ibu hamil untuk mendapatkan nutrisi yang cukup selama kehamilan. menyoroti bahwa peningkatan akses terhadap layanan kesehatan yang terjangkau. Faktor sosial dan ekonomi ini program-program pendidikan gizi yang lebih inklusif, dan upaya untuk meningkatkan ketersediaan makanan bergizi dalam lingkungan yang terjangkau dan aman dapat membantu mengurangi risiko KEK pada ibu hamil.

- Faktor status pendidikan juga memainkan peran penting dalam aspek gizi ibu hamil. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi sering kali berkaitan dengan pengetahuan yang lebih baik tentang gizi yang seimbang serta pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya nutrisi selama kehamilan. Ibu hamil dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah mungkin memiliki pengetahuan yang terbatas tentang asupan gizi yang diperlukan selama masa kehamilan, yang pada gilirannya dapat berdampak pada pola makan yang kurang optimal.
- Kondisi lingkungan tempat tinggal juga memainkan peran dalam akses terhadap makanan dan layanan kesehatan. Misalnya, lingkungan yang tidak mendukung, seperti daerah dengan fasilitas kesehatan yang terbatas, minimnya akses terhadap toko atau pasar yang menjual makanan sehat, serta lingkungan yang kurang bersih atau tidak aman, dapat memberikan dampak negatif pada asupan nutrisi ibu hamil.
- Faktor yang memiliki pengaruh terhadap munculnya Kurang Energi Kronis (KEK). Beberapa di antaranya adalah kebiasaan konsumsi makanan, jumlah anak yang sudah pernah dilahirkan oleh ibu (paritas), asupan nutrisi, kondisi ekonomi, pengetahuan tentang gizi, konsumsi makanan tambahan, dan penggunaan tablet zat besi (FE). Terlebih lagi, faktor-faktor yang memiliki pengaruh besar pada terjadinya KEK adalah kebiasaan konsumsi makanan selama kehamilan dan Berat Badan (BB) ibu sebelum hamil. Adanya perubahan dalam pola konsumsi makanan pada ibu hamil seringkali dipicu oleh menurunnya nafsu makan yang disebabkan oleh rasa mual, yang pada gilirannya dapat mengakibatkan perubahan dalam pola makan (Harismayanti, 2021).
- KEK yang dimiliki oleh ibu hamil dapat berdampak buruk tidak hanya bagi sang ibu hamil namun juga janinnya, ibu hamil yang mengalami KEK, dapat menghadapi sejumlah dampak yang memengaruhi kesehatan mereka

dan perkembangan janin. Beberapa dampak yang mungkin terjadi pada ibu hamil yang mengalami KEK meliputi:

- Risiko Kesehatan Ibu KEK dapat meningkatkan risiko berbagai masalah kesehatan pada ibu hamil, termasuk anemia, kelelahan yang berlebihan, penurunan daya tahan tubuh, serta gangguan pada organ tubuh akibat kekurangan nutrisi.
- Komplikasi saat Persalinan: Ibu hamil yang mengalami KEK mungkin mengalami komplikasi saat proses persalinan, seperti risiko peningkatan perdarahan, persalinan sulit, atau proses pemulihan yang lebih lambat setelah melahirkan.
- Pertumbuhan Janin Terhambat: Kekurangan nutrisi pada ibu hamil dapat berdampak langsung pada pertumbuhan dan perkembangan janin. Ini dapat menyebabkan bayi lahir dengan berat badan rendah atau pertumbuhan fisik yang terhambat.
- Risiko Kelahiran Prematur: Ibu hamil dengan KEK memiliki risiko lebih tinggi untuk melahirkan bayi prematur, yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan dan perkembangan pada bayi.
- Risiko Kesehatan Bayi yang Lahir: Bayi yang lahir dari ibu yang mengalami KEK dapat memiliki risiko lebih tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan, termasuk masalah pernapasan, infeksi, serta gangguan pertumbuhan dan perkembangan.
- Masa Pemulihan Pasca Kelahiran: Ibu yang mengalami KEK mungkin memerlukan waktu pemulihan yang lebih lama setelah melahirkan. Kondisi ini dapat membuat proses pemulihan tubuh ibumenjadi lebih sulit.

Oleh karena itu, penting untuk memberikan perhatian khusus pada gizi dan perawatan kesehatan ibu hamil guna mencegah terjadinya KEK. Intervensi yang tepat dalam pemantauan gizi dan kesehatan ibu hamil dapat membantu mengurangi risiko dampak buruk yang dapat timbul akibat KEK selama masa kehamilan.

B. Definisi Penyuluhan

Peningkatan pengetahuan dapat dicapai melalui penyuluhan, yang merupakan sebuah proses komunikasi dua arah antara penyuluh (komunikator) dan peserta penyuluhan (komunikan) dalam suatu interaksi yang dinamis. Dalam kegiatan ini, keberhasilan penyuluhan sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan antara komunikator dengan masyarakat sebagai sasaran

penyuluhan. Hubungan yang harmonis dan adanya penyesuaian di antara keduanya akan memastikan bahwa komunikasi berlangsung secara efektif dan lancar.

Dalam konteks ini, komunikator memiliki peran penting untuk menciptakan kesesuaian dengan komunikan. Penyuluh harus memahami perspektif dan kebutuhan komunikan, sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan baik. Ini berarti penyuluh harus menyampaikan pesan-pesan yang relevan dan sesuai dengan konteks dan pemahaman komunikan, agar arti dan maksud yang ingin disampaikan oleh komunikator benar-benar diterima dan dimengerti oleh komunikan.

Sebagai contoh, ketika memberikan penyuluhan tentang kesehatan gizi kepada ibu hamil, penyuluh harus memahami latar belakang pengetahuan dan kebiasaan makan para ibu hamil tersebut. Penyuluh perlu menyesuaikan metode dan gaya komunikasi yang digunakan, agar pesan tentang pentingnya Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dan pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dapat diterima dengan baik. Dalam penyuluhan ini, penggunaan bahasa yang mudah dimengerti, contoh-contoh konkret, serta pendekatan yang empatik dan mendukung sangat diperlukan untuk membangun hubungan yang baik antara penyuluh dan ibu hamil.

Proses penyuluhan yang efektif juga melibatkan umpan balik dari komunikan. Penyuluh harus mendorong partisipasi aktif dari ibu hamil dengan memberikan ruang bagi mereka untuk mengajukan pertanyaan, berbagi pengalaman, dan menyampaikan pendapat mereka. Dengan cara ini, penyuluhan menjadi lebih interaktif dan partisipatif, yang tidak hanya meningkatkan pemahaman tetapi juga meningkatkan motivasi komunikan untuk mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Kaddi (2014) menekankan bahwa penyuluh harus berusaha mencapai keselarasan dengan komunikan, di mana apa yang disampaikan oleh penyuluh juga harus dimaknai dengan cara yang sama oleh komunikan. Ini menuntut penyuluh untuk memiliki keterampilan komunikasi yang baik, empati, serta kemampuan untuk menyesuaikan pesan dengan kondisi dan kebutuhan komunikan. Komunikasi yang efektif dalam penyuluhan dapat membantu mengurangi kesalahpahaman, memperkuat hubungan antara penyuluh dan komunikan, serta memastikan bahwa pesan-pesan penting mengenai

kesehatan gizi dan pencegahan KEK dapat diterapkan oleh ibu hamil dengan tepat.

Lebih jauh lagi, penyuluhan yang sukses dapat berdampak jangka panjang pada perubahan perilaku. Ketika ibu hamil benar-benar memahami risiko KEK dan pentingnya PMT, mereka lebih cenderung untuk mengambil langkah-langkah konkret dalam menjaga kesehatan mereka dan janin yang dikandung. Oleh karena itu, penyuluhan bukan hanya tentang penyampaian informasi, tetapi juga tentang membangun pemahaman, kepercayaan, dan motivasi untuk perubahan positif dalam praktik keseharian.

Dalam keseluruhan proses ini, penyuluh harus terus-menerus mengevaluasi efektivitas pendekatan mereka dan menyesuaikan metode penyuluhan berdasarkan umpan balik yang diterima. Dengan demikian, penyuluhan dapat menjadi alat yang sangat kuat untuk meningkatkan pengetahuan dan kesejahteraan masyarakat, khususnya ibu hamil yang berisiko mengalami KEK.

C. Tingkat Pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari kemampuan manusia untuk menggabungkan subyek yang memiliki kesadaran dengan objek yang menjadi fokus perhatian. Dalam kata lain, pengetahuan muncul ketika ada interaksi antara individu yang mengetahui dan objek yang diketahui, yang akhirnya menghasilkan pemahaman tentang sesuatu yang spesifik (Winarsih et al., 2021). Menurut Notoatmodjo yang dikutip oleh Yuliana (2017), pengetahuan adalah hasil dari proses penginderaan seseorang, di mana individu memperoleh informasi tentang objek melalui pancaindera seperti mata, hidung, telinga, dan lainnya. Dengan demikian, pengetahuan mencakup berbagai informasi dan pemahaman yang diperoleh individu melalui interaksi dan persepsi sensorik terhadap lingkungannya. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pengalaman langsung, observasi, dan pembelajaran yang melibatkan semua pancaindera, memungkinkan seseorang untuk menyimpan, memproses, dan menggunakan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

b. Tingkat Pengetahuan

Menurut Daryanto (2017), kedalaman pengetahuan seseorang terhadap suatu objek dapat bervariasi dan dapat dijelaskan melalui enam tingkatan

pengetahuan sebagai berikut:

1. Pengetahuan (Knowledge):

Pengetahuan di tahap ini diartikan sebagai kemampuan untuk mengingat atau mengenali informasi (recall). Seseorang hanya perlu mengetahui fakta-fakta dasar tanpa harus mampu menggunakannya dalam konteks praktis.

2. Pemahaman (Comprehension):

Pada tingkat ini, seseorang tidak hanya mengetahui informasi dasar tetapi juga mampu memahami dan menjelaskan objek tersebut secara mendalam. Ini berarti mereka tidak hanya dapat menyebutkan fakta, tetapi juga memiliki pemahaman yang benar dan komprehensif tentang objek yang diketahui.

3. Penerapan (Application):

Penerapan mengacu pada kemampuan seseorang untuk menggunakan pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki dalam situasi yang berbeda. Orang yang berada pada tingkat ini dapat mengaplikasikan prinsip-prinsip yang telah mereka pelajari ke dalam konteks baru atau masalah nyata.

4. Analisis (Analysis):

Analisis adalah kemampuan untuk memecah informasi menjadi bagian-bagian yang lebih kecil dan memahami bagaimana bagian-bagian ini saling berkaitan. Seseorang yang mampu melakukan analisis dapat menjabarkan komponen-komponen suatu objek dan mengevaluasi hubungan antar komponen tersebut.

5. Sintesis (Synthesis):

Sintesis adalah kemampuan untuk menggabungkan berbagai elemen pengetahuan yang berbeda menjadi satu kesatuan yang baru dan kohesif. Ini melibatkan merumuskan konsep atau ide baru berdasarkan pengetahuan yang ada, serta menciptakan hubungan logis antara berbagai komponen informasi yang dimiliki.

6. Penilaian (Evaluation):

Penilaian adalah kemampuan untuk mengevaluasi atau menilai suatu objek berdasarkan kriteria atau norma yang berlaku. Pada tingkat ini, seseorang dapat memberikan penilaian kritis terhadap suatu objek atau situasi dengan menggunakan standar atau pedoman yang ada di masyarakat.

Melalui keenam tingkatan ini, Daryanto menjelaskan bahwa pengetahuan bukan hanya sekedar mengetahui informasi dasar, tetapi juga melibatkan pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan penilaian yang lebih mendalam dan kompleks terhadap objek tertentu.

c. Faktor Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2016), terdapat faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu:

- a. **Tingkat Pendidikan:** Pendidikan merupakan usaha untuk meningkatkan karakter seseorang agar dapat memiliki kemampuan yang lebih baik. Melalui proses pendidikan, seseorang memperoleh pengajaran yang mempengaruhi sikap dan perilaku untuk mencapai kedewasaan.
- b. **Informasi:** Informasi adalah pengetahuan yang diperoleh dari proses pembelajaran, pengalaman, atau instruksi. Sumber informasi ini dapat ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, berasal dari lingkungan sekitar seperti keluarga, kerabat, atau media lainnya.
- c. **Lingkungan:** Lingkungan mencakup semua hal yang ada di sekitar individu, termasuk aspek fisik, biologis, dan sosial. Lingkungan ini memainkan peran penting dalam membentuk pengetahuan seseorang.
- d. **Usia:** Usia memiliki pengaruh terhadap kapasitas daya tangkap dan pola pikir seseorang. Dengan bertambahnya usia, kemampuan untuk memahami dan cara berpikir individu cenderung berkembang, sehingga pengetahuannya juga dapat meningkat seiring waktu.

d. Cara Pengukuran Pengetahuan

Dalam studi pengetahuan, Menurut Arini(2014) ada tiga tingkatan klasifikasi, yaitu tingkat pengetahuan tinggi, sedang, dan rendah. Bloom mengaitkan klasifikasi ini dengan persentase tertentu dalam skor yang dihasilkan :

- i. Tingkat pengetahuan tinggi terjadi saat skor mencapai 80- 100%.
- ii. Tingkat pengetahuan sedang terjadi ketika skor berada direntang 60-79%.
- iii. Tingkat pengetahuan rendah adalah ketika skor dibawah 60%.

Arini membagi pengetahuan ke dalam kategori ini untuk memberikan gambaran tentang seberapa baik pemahaman seseorang terhadap suatu subjek berdasarkan skor yang diperoleh dalam penilaian atau evaluasi.

A. Konsep Berwirausaha

a. Definisi Kewirausahaan

Kewirausahaan merupakan suatu rangkaian tindakan dan praktik yang

memfokuskan pada penciptaan, pertumbuhan, serta manajemen usaha baru atau inovatif dengan tujuan untuk menghasilkan nilai tambah atau keuntungan. Proses ini memperlihatkan serangkaian langkah yang dimulai dari pengenalan dan pemanfaatan peluang bisnis, pengembangan gagasan baru yang berpotensi, pengaturan dan penataan sumber daya yang diperlukan, hingga kemampuan untuk menghadapi serta mengelola risiko-risiko yang muncul, semuanya bertujuan untuk meraih kesuksesan dalam ranah bisnis.

b. Aspek Kewirausahaan

Beberapa aspek kewirausahaan meliputi:

- a) Inovasi: Kewirausahaan kerap dikaitkan dengan upaya menciptakan hal-hal baru, seperti produk inovatif, pelayanan yang terobosan, teknologi terkini, maupun pendekatan revolusioner dalam dunia bisnis yang sudah ada.
- b) Kepedulian akan Risiko: Kewirausahaan melibatkan pengambilan risiko yang melekat dalam memulai, mengelola, dan memperluas usaha. Pengusaha harus siap menghadapi ketidakpastian dan risiko yang mungkin muncul di perjalanan bisnisnya.
- c) Cipta Nilai: Salah satu tujuan esensial dari kewirausahaan adalah menciptakan nilai tambah. Ini bisa berupa penciptaan lapangan kerja, memberikan solusi atas persoalan yang ada, menghasilkan produk yang memenuhi kebutuhan pasar, dan hal serupa.
- d) Kemampuan Manajemen Bisnis: Kewirausahaan memerlukan kemampuan dalam pengelolaan bisnis yang efektif, termasuk keterampilan dalam perencanaan, pengorganisasian sumber daya, kepemimpinan, manajemen keuangan, serta pengembangan strategi untuk pertumbuhan bisnis.
- e) Kreativitas dan Daya Tahan: Seorang pengusaha dituntut untuk memiliki kreativitas dalam menghasilkan gagasan inovatif dan ketahanan mental untuk bertahan dalam menghadapi tantangan, kegagalan, serta perubahan yang mungkin terjadi.
- f) Dampak Sosial dan Lingkungan: Ada peningkatan kesadaran di kalangan wirausahawan terhadap dampak sosial dan lingkungan dari usaha mereka, dengan usaha menciptakan kontribusi positif bagi masyarakat dan lingkungan sekitar sebagai bagian dari visidan praktik bisnis mereka.

c. Konsep 6M Kewirausahaan

1. Man Power (Tenaga Kerja)

Penyuluhan bidang gizi dan pengolahan kacang merah menjadi cookies memerlukan keterlibatan tenaga kerja yang terampil dan terlatih dalam bidang gizi, pangan, dan kewirausahaan. Tenaga kerja ini terdiri dari ahli gizi, periset, dan pembuat produk yang memiliki pengetahuan mendalam tentang kebutuhan gizi ibu hamil, proses pengolahan pangan, dan manajemen usaha.

2. Machine (Mesin)

Dalam proses pembuatan cookies, diperlukan peralatan yang memadai seperti oven, mixer, dan peralatan pengolahan makanan lainnya. Mesin-mesin ini harus sesuai dengan standar sanitasi dan keamanan pangan agar produk yang dihasilkan aman untuk dikonsumsi.

3. Material (Bahan Baku)

Bahan baku utama adalah kacang merah dan bahan-bahan lain yang dibutuhkan untuk pembuatan cookies, seperti tepung, gula, mentega, dan bahan tambahan lainnya. Bahan baku harus memenuhi standar mutu dan keamanan pangan yang ditetapkan.

4. Money (Modal)

Untuk memulai usaha ini, diperlukan modal untuk membeli peralatan, bahan baku, dan biaya operasional lainnya. Modal ini dapat diperoleh dari berbagai sumber, termasuk pinjaman bank, investasi pribadi, atau program dukungan kewirausahaan yang tersedia.

5. Market (Pasar)

Sebelum memulai produksi, penting untuk melakukan riset pasar untuk mengidentifikasi potensi pasar cookies kacang merah untuk PMT ibu hamil penderita KEK. Identifikasi target pasar, analisis pesaing, dan strategi pemasaran yang efektif diperlukan untuk memasarkan produk dengan baik.

6. Management (Manajemen)

Manajemen yang efektif diperlukan untuk mengkoordinasikan semua aspek dari operasi bisnis, termasuk produksi, keuangan, pemasaran, dan sumber daya manusia. Perencanaan yang matang, pengorganisasian yang baik, serta kontrol dan evaluasi yang terus-menerus diperlukan untuk memastikan keberhasilan usaha ini.

Dengan mengintegrasikan konsep 6M kewirausahaan dan temuan

dari jurnal, dapat dipastikan bahwa pengolahan kacang merah menjadi cookies untuk PMT ibu hamil penderita KEK merupakan inovasi yang berpotensi dalam bidang kewirausahaan sosial. Inovasi ini tidak hanya menguntungkan dari segi komersial, tetapi juga berpotensi besar untuk meningkatkan kualitas gizi ibu hamil yang menderita KEK, serta memberdayakan masyarakat lokal dalam memanfaatkan sumber daya lokal mereka.

d. Pemasaran suatu produk

Dalam memasarkan suatu produk sebagai bagian dari kewirausahaan, terlepas dari apakah produk tersebut berada di bawah naungan PT (Perseroan Terbatas), CV (Perseroan Komanditer), atau bentuk badan hukum lainnya, terdapat beberapa hal yang penting untuk dipertimbangkan. Berikut adalah beberapa aspek yang perlu diperhatikan:

1. Tanggal Kadaluarsa (Expired Date): Setiap produk yang dikonsumsi manusia atau memiliki masa pakai terbatas harus memiliki informasi tanggal kadaluarsa yang jelas dan tertera dengan benar. Ini penting untuk memastikan keamanan dan kualitas produk yang diterima konsumen.
2. Logo Halal: Jika produk Anda ditujukan untuk pasar yang memperhatikan aspek kehalalan, seperti di negara-negara dengan mayoritas populasi Muslim, memiliki sertifikasi halal dan menampilkan logo halal pada kemasan produk bisa menjadi keunggulan tersendiri. Logo halal menunjukkan bahwa produk tersebut telah memenuhi persyaratan halal yang diakui oleh otoritas yang berwenang.
3. Kandungan Gizi: Informasi tentang kandungan gizi produk (seperti nilai nutrisi, kalori, lemak, protein, vitamin, dan mineral) harus disertakan pada kemasan produk atau dalam informasi yang tersedia untuk konsumen. Hal ini membantu konsumen untuk membuat keputusan yang lebih informasional dan berorientasi pada kesehatan.
4. Komposisi: Mendeskripsikan secara jelas komposisi bahan-bahan yang digunakan dalam produk juga penting. Ini meliputi daftar bahan-bahan

utama, aditif yang digunakan (jika ada), dan mungkin informasi tambahan seperti sumber bahan-bahan tersebut.

5. Labelisasi dan Perizinan: Pastikan produk Anda memenuhi semua persyaratan labelisasi yang berlaku di negara atau wilayah tempat produk tersebut dijual. Hal ini termasuk informasi tentang pabrikan, alamat produksi, nomor izin edar (NIE), nomor registrasi produk, serta informasi kontak untuk layanan pelanggan.
6. Sertifikasi atau Standar Kualitas: Produk yang memenuhi standar tertentu atau memiliki sertifikasi (seperti ISO untuk kualitas manajemen, GMP untuk produksi yang baik, atau standar lain yang relevan) dapat menambah kepercayaan konsumen dan membuka peluang pasar yang lebih luas.
7. Promosi dan Pemasaran: Mengembangkan strategi pemasaran yang efektif, termasuk promosi online, iklan, pemasaran sosial media, dan lainnya untuk meningkatkan kesadaran merek dan daya tarik produk di pasar.
8. Kepatuhan Hukum: Pastikan bahwa semua kegiatan pemasaran dan distribusi produk Anda mematuhi peraturan hukum yang berlaku, termasuk hukum perlindungan konsumen, pajak, dan regulasi lingkungan.

Memastikan semua aspek ini terpenuhi akan membantu membangun fondasi yang kuat untuk memasarkan produk dengan sukses dan memberikan kepercayaan kepada konsumen. Selain itu, berkonsultasi dengan ahli hukum atau penasehat bisnis dapat membantu memastikan bahwa semua aspek hukum dan regulasi terpenuhi sesuai dengan situasi bisnis Anda.

B. Produk Kacang Merah sebagai PMT ibu hamil KEK

a. Pengertian PMT

Program Makanan Tambahan (PMT) merupakan salah satu inisiatif pemerintah untuk mengatasi masalah gizi dan kekurangan nutrisi pada kelompok rentan hal tersebut merupakan, upaya untuk meningkatkan gizi ibu

hamil yaitu dengan PMT bagi ibu hamil sehingga kebutuhan gizi ibu selama kehamilan terpenuhi dan diharapkan ibu akan melahirkan bayi yang tidak BBLR (Zulaidah, 2014). Pemberian makanan tambahan khususnya bagi kelompok rawan merupakan salah satu strategi suplementasi dalam mengatasi masalah gizi. Bentuk makanan tambahan untuk ibu hamil KEK menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 51 Tahun 2016 tentang Standar Produk Suplementasi Gizi adalah biskuit yang mengandung protein, asam folat, karbohidrat, dan diperkaya dengan 11 vitamin dan 7 mineral (Kemenkes RI, 2018).

PMT dirancang sebagai suatu intervensi strategis untuk memastikan bahwa kelompok-kelompok ini mendapatkan asupan nutrisi yang memadai guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Program ini melibatkan distribusi makanan tambahan, seperti biskuit, tablet zat besi, vitamin, dan makanan bernutrisi lainnya, yang disesuaikan dengan kebutuhan gizi setiap kelompok sasaran. Tujuan utama dari PMT adalah mencegah serta mengatasi masalah gizi, termasuk stunting pada balita dan kekurangan gizi pada ibu hamil dan menyusui. Selain itu, PMT juga bertujuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh, mengurangi angka kematian anak, dan memberikan dasar nutrisi yang baik bagi pertumbuhan anak-anak. Program ini seringkali melibatkan kerjasama antara pemerintah, lembaga donor, dan organisasi non-pemerintah guna memastikan implementasinya yang efektif.

PMT tidak hanya berfokus pada distribusi makanan tambahan, tetapi juga melibatkan pendekatan edukasi gizi, pemantauan pertumbuhan anak, dan pemberian suplemen nutrisi khusus untuk ibu hamil. Sebagai suatu strategi pencegahan dan intervensi, PMT memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan kelompok-kelompok yang rentan terhadap masalah gizi.

b. Kebutuhan PMT

Program PMT didesain untuk memberikan dukungan yang holistik bagi ibu, anak, dan keluarga dalam upaya meningkatkan kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan yang optimal. Hal ini melibatkan sejumlah komponen yang saling terkait untuk memberikan perlindungan dan

perawatan kesehatan yang menyeluruh, untuk itu di butuhkan kandungan gizi yang memenuhi kebutuhan PMT pada ibu hamil KEK. Berikut ini adalah table komposisi PMT untuk ibu hamil kek dapat di lihat pada tabel 2.

Tabel 2. Komposisi Makanan Tambahan Ibu Hamil KEK

| Zat gizi | Makanan lengkap | Makanan kudapan |
|--------------|-------------------|-------------------|
| Energi | 500 - 700 kkal | 510 – 530 kkal |
| Protein (gr) | 18-23% 29-34 gram | 18-23% 23-27 gram |
| Lemak (gr) | 20-30% 14-34 gram | 30-40% 19-23 gram |

Sumber: Kemenkes, 2023

c. Prinsip PMT

Berupa makanan lengkap siap santap atau kudapan— kaya sumber protein hewani dengan memperhatikan gizi seimbang; menggunakan bahan makanan segar (tanpa pengawet buatan) dan membatasi konsumsi Gula, Garam dan Lemak (GGL).

- Prinsip Pemberian Makanan Tambahan Ibu Hamil Berupa tambahan dan bukan pengganti makanan utama .
- PMT Ibu Hamil diberikan selama minimal 120 hari dengan pendekatan pemberdayaan masyarakat dan penggunaan bahan lokal .
- Diberikan setiap hari dengan komposisi sedikitnya 1 kali makanan lengkap dalam seminggu dan sisanya kudapan
- Makanan lengkap [a] diberikan sebagai sarana edukasi. Implementasi isi piringku. Pemberian PMT disertai dengan edukasi, dapat berupa demo masak, penyuluhan dan konseling.

d. Syarat PMT

Pemberian makanan tambahan lokal harus memenuhi beberapa syarat sebagai berikut:

1. Dapat Diterima: Makanan untuk ibu hamil harus dapat diterima dalam hal bentuk, rasa, dan dapat dikonsumsi sehari-hari. Varian bentuk dan rasa makanan harus disesuaikan dengan selera target, tanpa menimbulkan kebosanan. Hindari makanan dengan bau tajam, tingkat kepedasan yang tinggi, terlalu asam, terlalu manis, atau terlalu asin karena kurang baik bagi kesehatan.
2. Sesuai dengan Norma dan Agama: Pemberian makanan tambahan lokal

harus mempertimbangkan norma serta keyakinan yang berlaku dalam masyarakat setempat.

3. Mudah Dibuat: Makanan bagi ibu hamil dan balita harus mudah disiapkan dengan menggunakan peralatan masak yang umum tersedia di masyarakat, dan tidak membutuhkan waktu yang terlalu lama untuk persiapan.
4. Memenuhi Kebutuhan Zat Gizi: Makanan harus memenuhi kebutuhan zat gizi sasaran dan mudah dicerna. Pengolahan makanan dengan teknik yang tepat dapat meningkatkan daya cerna makanan. Kebutuhan zat gizi ibu hamil lebih tinggi dibandingkan kelompok sasaran lainnya.
5. Terjangkau: Makanan dapat disiapkan dari bahan-bahan yang memiliki harga terjangkau oleh masyarakat ekonomi rendah dan tetap memenuhi kebutuhan gizi, keamanan pangan, serta selera sasaran. Bahan makanan yang digunakan harus mudah dibeli di daerah setempat.
6. Mudah Didapat: Bahan makanan yang digunakan harus dapat ditemukan sepanjang tahun, lebih baik jika bahan makanan setempat yang diproduksi dan dijual di wilayah tersebut. Penggunaan bahan lokal diharapkan dapat meningkatkan ekonomi masyarakat di daerah pedesaan melalui pemanfaatan potensi wilayah.
7. Aman: Makanan harus aman, bebas dari bahan pengawet, zat pewarna, dan zat aditif lainnya. Makanan yang aman adalah makanan yang tidak mengandung kuman dan bahan kimia berbahaya serta memperhatikan aspek kehalalan makanan. Penanganan makanan yang tepat, termasuk persiapan, penyimpanan, pencucian, pengolahan, dan penyimpanan makanan matang, penting untuk mencegah kontaminasi makanan. Tanda-tanda umum makanan yang tidak aman meliputi berlendir, berjamur, serta perubahan aroma dan rasa. Penggunaan bahan tambahan berbahaya seperti asam borax, formalin, zat pewarna rhodamine A, dan methanil yellow harus dihindari karena dapat merusak kesehatan.

e. Kacang Merah

Kacang merah (*Phaseolus vulgaris* L.) merupakan komoditas kacang-kacangan yang sangat dikenal masyarakat. Kacang merah salah satu komoditas yang dapat diolah menjadi tepung kacang merah. Pengolahan kacang merah menjadi tepung bertujuan untuk memperpanjang daya simpan dari kacang merah (Tarigan, 2019). Dari data yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik, volume produksi kacang merah di Indonesia pada tahun 2020 mencapai jumlah sebesar 66.210 ton. Potensi kacang merah masih belum banyak dikembangkan dalam pengolahan makanan.

Kacang merah umumnya di konsumsi Masyarakat dengan cara di olah menjadi sayur, topping es dan isian kue (Qudsy et al.,2018).

Kacang merah dikenal dengan warna merahnya yang khas atau merah dengan bintik-bintik putih. Namun, konsumsi kacang merah dalam keadaan mentah tidak disarankan karena kandungan beberapa senyawa antinutrisi yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi penting dalam tubuh. Beberapa senyawa antinutrisi yang terkandung dalam kacang merah antara lain asam fitat, hemaglutinin, dan anti-tripsin (Moniharapon, Nendissa, dan Laiyan, 2017). Asam fitat, misalnya, dapat mengikat mineral seperti zat besi dan kalsium, sehingga mengurangi ketersediaan mineral tersebut untuk diserap oleh tubuh.

Untuk mengurangi atau menghilangkan senyawa-senyawa antinutrisi ini, diperlukan proses pengolahan yang tepat. Salah satu metode yang efektif adalah perendaman kacang merah dalam air selama beberapa waktu sebelum dimasak. Setelah perendaman, perebusan kacang merah adalah langkah penting berikutnya. Perebusan pada suhu tinggi dapat menurunkan aktivitas hemaglutinin dan anti-tripsin secara signifikan, membuat kacang merah lebih aman dan lebih mudah dicerna.

Selain perendaman dan perebusan, ada metode lain yang dapat digunakan untuk menghilangkan senyawa antinutrisi, seperti perendaman dengan asam dan fermentasi menggunakan kapang. Perendaman dengan larutan asam, misalnya, dapat lebih efektif dalam mengurangi kadar asam fitat. Fermentasi kapang adalah teknik lain yang tidak hanya menurunkan kandungan antinutrisi tetapi juga dapat meningkatkan nilai gizi kacang merah dengan menghasilkan enzim yang membantu proses pencernaan. Penelitian yang dilakukan oleh Kusnandar, Wicaksono, Firlieyanti, dan Purnomo (2020) menunjukkan bahwa kombinasi berbagai teknik pengolahan ini dapat secara signifikan mengurangi kandungan senyawa antinutrisi dalam kacang merah, sehingga meningkatkan manfaat kesehatannya dan membuatnya lebih aman untuk dikonsumsi. Kacang merah memiliki banyak kandungan zat gizi. Berikut merupakan zat gizi yang terkandung dalam kacang merah, dapat di lihat pada tabel 3.

Table 3. Kandungan gizi kacang merah dalam 100 gr

| Kandungan Gizi | Nilai Gizi per-100 gram |
|-----------------------|--------------------------------|
| Air (water) | 17,7 g |

| | |
|--------------------------|------------|
| Energi (energy) | 314 kkal |
| Protein (protein) | 22,1 g |
| Lemak (fat) | 1,1 g |
| Karbohidrat (CHO) | 56,2 g |
| Serat (fiber) | 4,0 g |
| Abu (ASH) | 2,9 g |
| Kalsium (Ca) | 502 mg |
| Besi (fe) | 429 mg |
| Natrium (Na) | 10,3 mg |
| Kalium (k) | 11 mg |
| Tembaga (Cu) | 1,265.5 mg |
| Seng (zn) | 0,65 mg |
| Beta-Karoten (carotenes) | 129 mg |
| Thiamin (Vit.B1) | 0,40 mg |
| Riboflavin (Vit.B2) | 0,72 mg |
| Niasin (Niacin) | 2,2 mg |

Sumber : TKPI, 2017

f. Tepung Kacang Merah

Tepung kacang merah merupakan produk yang dihasilkan setelah proses olah kacang merah tua yang tidak berkerut, dan utuh, yang kemudian dikeringkan dengan berbagai metode seperti pengeringan oven, penjemuran di bawah sinar matahari, atau proses penggorengan sampai kering. Proses penggorengan sering kali dapat menunjukkan kematangan kacang merah yang dihasilkan, yang tercermin dari bunyi "pletikan" ketika proses tersebut berlangsung. Kacang merah yang telah mengalami tahap pengeringan akan melanjutkan prosesnya dengan penggilingan menggunakan peralatan khusus, dan tepung yang dihasilkan dari proses

giling tersebut akan disaring agar menghasilkan tepung kacang merah yang berkualitas tinggi.

Pada tahap pembuatan tepung kacang merah, langkah pengeringan dan perendaman menjadi kunci penting dalam mengurangi kandungan air dalam kacang sebelum proses penggilingan dimulai. Langkah ini memiliki peran vital dalam menghasilkan tepung kacang merah yang memiliki kualitas optimal, mengingat kandungan air yang berlebih dapat memengaruhi kualitas akhir dari tepung yang dihasilkan. Tahapan ini memastikan bahwa tepung kacang merah yang dihasilkan memiliki kestabilan, konsistensi, dan kualitas yang diinginkan untuk berbagai aplikasi dalam pembuatan makanan. Kacang merah merupakan sumber nutrisi yang kaya dan dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan ibu hamil, terutama pada mereka yang mengalami kekurangan energi kronis (KEK) karena kacang merah memiliki banyak kandungan zat gizi. Berikut merupakan zat gizi yang terkandung dalam tepung kacang merah, dapat dilihat pada tabel 4.

Table 4. Kandungan gizi tepung kacang merah dalam 100 gram

| No. | Zat Gizi | Komposisi |
|-----|-----------------|-----------|
| 1. | Energi (Kkal) | 375,28 |
| 2. | Protein (g) | 17,24 |
| 3. | Lemak (g) | 2,21 |
| 4. | Karbohidrat (g) | 71,08 |

Sumber : (Ekawati, 1999) dalam (Soeparyo et al., 2017)

Pengolahan kacang merah menjadi tepung kacang merah merupakan salah satu metode produksi yang disarankan karena memiliki beberapa keunggulan. Tepung kacang merah dapat disimpan dalam jangka waktu yang lebih lama dibandingkan kacang merah mentah, mudah dicampur dengan tepung lain dalam berbagai resep, diperkaya dengan zat gizi tambahan, serta memungkinkan proses memasak yang lebih cepat dan praktis. Karakteristik dari tepung kacang merah memiliki warna coklat kemerahan yang lebih gelap, yang disebabkan oleh perubahan kecerahan akibat proses perendaman yang mengakibatkan pigmen kacang merah larut ke dalam media perendaman (Pangastuti dkk, 2013).

g. Kelebihan dan kekurangan Kacang merah sebagai PMT

Kacang merah selain dapat dipergunakan untuk pembuatan makanan tambahan dari kacang merah sendiri memiliki kelebihan sebagai berikut :

- Sumber Protein Tinggi: Kacang merah memiliki kandungan protein yang tinggi, yang penting untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh.
- Kaya Serat: Kandungan serat yang tinggi dalam kacang merah membantu dalam pencernaan dan mencegah sembelit. Serat juga dapat membantu mengontrol kadar gula darah dan kolesterol.
- Sumber Zat Besi: Kacang merah mengandung zat besi yang penting untuk mencegah anemia, terutama pada anak-anak dan ibu hamil.
- Vitamin dan Mineral: Selain zat besi, kacang merah juga mengandung berbagai vitamin dan mineral seperti folat, magnesium, dan kalium yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh.
- Antioksidan: Mengandung antioksidan yang membantu melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas

Namun dengan adanya kelebihan pada kacang merah tersebut tentunya tidak luput dengan adanya kekurangan yang terdapat pada kacang merah yaitu :

- Kandungan Anti-nutrien: Kacang merah mengandung senyawa anti-nutrien seperti fitat dan tanin yang dapat mengganggu penyerapan zat besi dan nutrisi lainnya.
- Gas dan Kembung: Konsumsi kacang merah dalam jumlah besar dapat menyebabkan produksi gas berlebih dan kembung pada beberapa orang.
- Alergi: Beberapa orang mungkin alergi terhadap kacang merah, yang dapat menyebabkan reaksi alergi yang serius.
- Waktu Masak yang Lama: Kacang merah membutuhkan waktu masak yang lebih lama dan persiapan yang lebih intensif, seperti perendaman semalam untuk mengurangi senyawa anti-nutrien

h. Cookies Kacang Merah

Cookies atau kue kering adalah jenis kue kecil yang biasanya dipanggang hingga kering. Kue ini sering kali memiliki tekstur yang renyah di bagian luarnya dan lembut di bagian dalamnya. Mereka dapat beragam dalam bentuk, ukuran, rasa, dan tekstur tergantung pada resep dan bahan yang

digunakan. Biasanya, cookies terbuat dari campuran bahan seperti tepung terigu, gula pasir, lemak, dan telur. Penggunaan campuran tepung komposit yang terdiri dari tepung kacang merah dan tepung terigu protein tinggi diharapkan dapat meningkatkan kualitas cookies. Kualitas cookies sangat dipengaruhi oleh komposisi bahan yang digunakan serta proses pembuatannya.

Cookies yang diproduksi harus memenuhi standar kualitas yang telah ditetapkan untuk memastikan keamanannya dalam konsumsi. Kriteria mutu yang diterapkan pada cookies mengacu pada standar umum yang berlaku di Indonesia, yang ditetapkan dalam Standar Nasional Indonesia (SNI). Standar ini memberikan pedoman yang mengatur persyaratan kualitas cookies, termasuk komposisi bahan, parameter fisik, aspek keamanan mikrobiologis, dan batasan-batasan lain yang memastikan keamanan dan kesesuaian produk tersebut untuk konsumsi. Mematuhi standar mutu ini merupakan langkah penting untuk menjamin bahwa cookies yang dihasilkan memenuhi standar kesehatan dan keamanan yang berlaku. Berikut merupakan table standart cookies berdasarkan SNI 01-2973-1992, dapat di lihat pada tabel 5.

Table 5. Standart Cookies berdasarkan SNI

| Standar Cookies berdasarkan SNI 01-2973-1992 | |
|--|-------------------------|
| Kriteria Uji | Klasifikasi |
| Kalori (Kalori/100 Gram) | Minimum 400 |
| Air (%) | Maksimum 5 |
| Protein (%) | Minimum 9 |
| Lemak (%) | Minimum 9,5 |
| Karbohidrat (%) | Minimum 70 |
| Abu (%) | Maksimum 1,5 |
| Serat kasar (%) | Maksimum 0,5 |
| Logam berbahaya | Negatif |
| Bau dan rasa | Normal dan tidak tengik |
| Warna | normal |

Sumber : BSN,1992

Cookies kacang merah adalah camilan padat nutrisi yang mengandung protein, serat, vitamin, dan mineral yang bermanfaat. Protein dari kacang merah membantu pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh, sementara serat mendukung pencernaan yang sehat. Selain itu, vitamin dan mineral seperti folat, zat besi, magnesium, dan kalium dalam kacang merah

memberikan manfaat tambahan bagi kesehatan, seperti meningkatkan fungsi sel dan keseimbangan cairan tubuh. Namun, karena kandungan gula dan lemak dari bahan tambahan seperti mentega dan gula pasir, konsumsi cookies kacang merah sebaiknya dalam jumlah yang wajar untuk menjaga pola makan yang seimbang dan sehat.

Untuk menentukan nilai gizi dari cookies kacang merah, kita harus mengetahui bahan-bahan dan jumlah yang digunakan dalam resep tersebut. Perkiraan nilai gizi untuk satu resep cookies kacang merah dengan resep berikut:

Resep Cookies Kacang Merah

- 1 cup kacang merah yang telah dimasak dan dihaluskan
- 1/2 cup mentega
- 1 cup gula pasir
- 1 butir telur
- 1 cup tepung terigu
- 1/2 teaspoon baking powder
- 1/2 teaspoon vanili
- Sejumput garam

Langkah Pembuatan

- Kocok mentega dan gula hingga lembut.
- Tambahkan telur dan vanili, kocok hingga rata.
- Masukkan kacang merah yang telah dihaluskan, aduk hingga rata.
- Campurkan tepung, baking powder, dan garam, aduk hingga tercampur sempurna.
- Bentuk adonan menjadi bulatan kecil dan letakkan di atas loyang yang telah dilapisi kertas roti.
- Panggang dalam oven yang telah dipanaskan pada suhu 180°C selama 15-20 menit atau hingga matang.
- Estimasi Nilai Gizi per 1 Cookie (asumsi resep menghasilkan 24 cookies)

Untuk menghitung nilai gizi per cookie, kita perlu mengetahui nilai gizi dari masing-masing bahan:

1. Kacang Merah (1 cup)

Kalori: 225

Protein: 15g

Lemak: 0.9g

- Karbohidrat: 40g
- Serat: 13g
- 2. Mentega (1/2 cup)
 - Kalori: 810
 - Protein: 0.9g
 - Lemak: 92g
 - Karbohidrat: 0g
 - Serat: 0g
- 3. Gula Pasir (1 cup)
 - Kalori: 774
 - Protein: 0g
 - Lemak: 0g
 - Karbohidrat: 200g
 - Serat: 0g
- 4. Telur (1 butir)
 - Kalori: 70
 - Protein: 6g
 - Lemak: 5g
 - Karbohidrat: 0.6g
- 5. Tepung Terigu (1 cup)
 - Kalori: 455
 - Protein: 13g
 - Lemak: 1.2g
 - Karbohidrat: 95g
 - Serat: 3.4g
- 6. Baking Powder, Vanili, Garam (jumlah kecil, diabaikan dalam perhitungan kalori utama)

Table 6. Total Nilai Gizi untuk Satu Batch (24 cookies/25 gram)

| Kandungan gizi | Nilai |
|----------------|--------|
| Energi | 2334.9 |
| Protein | 34.9g |
| Lemak | 99.1g |
| Karbohidrat | 335.6g |
| Serat | 16.4g |

Karena pemberian cookies kacang merah disesuaikan dengan kebutuhan zat gizi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk ibu hamil,

maka jumlah cookies yang diberikan hanya sebesar 150 gram. Berdasarkan perhitungan nilai gizi per cookie yang sebelumnya telah dihitung, berikut adalah penjabaran nilai gizi dalam 150 gram cookies kacang merah yang dapat dilihat pada tabel 7. Cookies kacang merah adalah camilan yang kaya akan nutrisi penting, dan dalam 150 gram cookies ini mengandung sekitar 582 kalori, 8.7 gram protein, 24.6 gram lemak, 84 gram karbohidrat, dan 4.2 gram serat. Kandungan kalori ini memberikan energi yang cukup untuk memenuhi sebagian kebutuhan energi harian ibu hamil, sedangkan protein yang terkandung membantu dalam pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh. Lemak dalam cookies, yang terdiri dari lemak jenuh dan tak jenuh, penting untuk fungsi sel yang sehat dan sebagai sumber energi tambahan. Karbohidrat dalam cookies kacang merah menyediakan energi cepat yang dibutuhkan untuk aktivitas sehari-hari, dan seratnya mendukung kesehatan pencernaan, membantu mencegah sembelit yang sering terjadi pada kehamilan. Selain itu, kacang merah dalam cookies ini juga mengandung vitamin dan mineral penting seperti folat, zat besi, magnesium, dan kalium yang berperan dalam berbagai fungsi tubuh, termasuk pembentukan sel darah merah dan keseimbangan cairan tubuh. Dengan demikian, pemberian cookies kacang merah sebesar 150 gram sebagai PMT dapat memberikan tambahan nutrisi yang signifikan bagi ibu hamil, mendukung kesehatan mereka dan perkembangan janin. Namun, penting untuk memastikan konsumsi makanan tetap seimbang dan tidak berlebihan.

Table 7. Nilai Gizi Cookies Kacang Merah dalam 150 Gram

| Kandungan gizi | Nilai |
|-----------------------|--------------|
| Energi | 582 kalori |
| Protein | 8.7 gram |
| Lemak | 24.6 gram |
| Karbohidrat | 84 gram |
| Serat | 4.2 gram |

Berdasarkan table, jumlah ini didasarkan pada perkiraan bahwa setiap cookies memiliki berat sekitar 25 gram, sehingga 150 gram cookies setara dengan sekitar 6 cookies. Dengan demikian, cookies kacang merah dalam jumlah 150 gram dapat memberikan tambahan nutrisi yang signifikan, terutama protein, serat, vitamin, dan mineral yang sangat dibutuhkan oleh ibu hamil. Protein yang terkandung dalam cookies kacang merah membantu pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh, yang sangat penting selama

kehamilan. Serat dalam cookies ini mendukung kesehatan pencernaan dan membantu mencegah sembelit, masalah umum pada ibu hamil. Selain itu, vitamin dan mineral seperti folat, zat besi, magnesium, dan kalium yang terdapat dalam kacang merah memainkan peran penting dalam berbagai fungsi tubuh, termasuk pembentukan sel darah merah dan menjaga keseimbangan cairan tubuh. Folat, khususnya, sangat penting untuk perkembangan janin yang sehat. Namun, meskipun cookies kacang merah merupakan tambahan yang bermanfaat, penting bagi ibu hamil untuk tetap memperhatikan asupan keseluruhan makanan agar tetap seimbang dan sehat. Konsumsi berbagai makanan yang kaya nutrisi akan memastikan bahwa semua kebutuhan gizi terpenuhi dengan baik.

i. BEP Cookies Kacang Merah sebagai PMT

Untuk menghitung Harga Pokok Produksi (HPP) serta titik impas (BEP) untuk cookies kacang merah berbobot 150 gram, langkah pertama adalah memperkirakan harga semua bahan yang digunakan dalam resep. Setelah itu, total biaya produksi dapat dihitung dengan memperhitungkan biaya bahan-bahan tersebut beserta biaya tenaga kerja, listrik, dan overhead lainnya. Dengan mengetahui total biaya produksi, kita dapat menentukan harga jual yang sesuai dengan mengambil keuntungan yang diinginkan dan kemudian menghitung BEP, yaitu jumlah penjualan yang diperlukan agar pendapatan sama dengan total biaya produksi.

Harga Bahan-bahan (dalam Rupiah)

- Kacang Merah (1 cup atau sekitar 200 gram): Rp 8,000
- Mentega (1/2 cup atau sekitar 113 gram): Rp 10,000
- Gula Pasir (1 cup atau sekitar 200 gram): Rp 5,000
- Telur (1 butir): Rp 3,000
- Tepung Terigu (1 cup atau sekitar 120 gram): Rp 3,000
- Baking Powder, Vanili, Garam (dalam jumlah kecil): Rp 2,000 (total)

Total Biaya Bahan

- Kacang Merah: Rp 8,000
- Mentega: Rp 10,000

- Gula Pasir: Rp 5,000
- Telur: Rp 3,000
- Tepung Terigu: Rp 3,000
- Baking Powder, Vanili, Garam: Rp 2,000

Total Biaya Bahan untuk Satu resep

Total: Rp 31,000

Estimasi Jumlah Cookies peresep

- Anggaph satu resep menghasilkan 24 cookies.

Biaya per Cookie

- Biaya per Cookie: $\text{Rp } 31,000 / 24 = \text{Rp } 1,291.67$

Biaya untuk 150 Gram Cookies (6 Cookies)

- Biaya untuk 150 Gram (6 Cookies): $6 \times \text{Rp } 1,291.67 = \text{Rp } 7,750$

Harga Jual

Kita ingin menjual cookies dengan margin keuntungan 50%.

- Harga Jual per Cookie: $\text{Rp } 1,291.67 \times 1.5 = \text{Rp } 1,937.5$
- Harga Jual untuk 6 Cookies (150 Gram): $6 \times \text{Rp } 1,937.5 = \text{Rp } 11,625$

Untuk menentukan harga jual cookies kacang merah dengan margin keuntungan 50%, kita mulai dengan menghitung harga jual per cookie. Biaya produksi per cookie adalah Rp 1,291.67, dan dengan menambahkan margin keuntungan 50%, harga jual per cookie menjadi Rp 1,937.5 ($\text{Rp } 1,291.67 \times 1.5$). Selanjutnya, untuk paket 150 gram yang terdiri dari 6 cookies, kita kalikan harga jual per cookie dengan 6. Jadi, harga jual untuk 6 cookies atau 150 gram cookies adalah Rp 11,625 ($6 \times \text{Rp } 1,937.5$). Dengan menetapkan harga ini, kita memastikan bahwa selain menutup biaya produksi, kita juga memperoleh keuntungan yang memadai.

Untuk menentukan harga jual cookies kacang merah dengan margin keuntungan 50%, kita mulai dengan menghitung harga jual per cookie. Biaya produksi per cookie adalah Rp 1,291.67, dan dengan menambahkan margin keuntungan 50%, harga jual per cookie menjadi Rp 1,937.5 ($\text{Rp } 1,291.67 \times 1.5$). Selanjutnya, untuk paket 150 gram yang terdiri dari 6 cookies, kita kalikan harga jual per cookie dengan 6. Jadi, harga jual untuk 6 cookies atau 150 gram cookies adalah Rp 11,625 ($6 \times \text{Rp } 1,937.5$). Dengan menetapkan harga ini, kita memastikan bahwa selain menutup biaya produksi, kita juga memperoleh keuntungan yang memadai.

BEP adalah titik di mana total biaya sama dengan total pendapatan. Asumsi Biaya Tetap, Misalnya, biaya tetap (seperti listrik, sewa dapur, dan lainnya) adalah Rp 50,000 per bulan.

BEP dalam Unit

BEP (unit) = Biaya Tetap / (Harga Jual per Unit

- Biaya Variabel per Unit

- Harga Jual per Unit (per Cookie): Rp 1,937.5

- Biaya Variabel per Unit (per Cookie): Rp 1,291.67

$$\begin{aligned}\text{BEP (unit)} &= \text{Rp } 50,000 / (\text{Rp } 1,937.5 - \text{Rp } 1,291.67) \\ &= \text{Rp } 50,000 / \text{Rp } 645.83 \\ &= 78 \text{ cookies}\end{aligned}$$

BEP dalam Rupiah

$$\begin{aligned}\text{BEP (Rupiah)} &= \text{BEP (unit)} \times \text{Harga Jual per Unit} \\ &= 78 \times \text{Rp } 1,937.5 \\ &= \text{Rp } 151,125\end{aligned}$$

Kesimpulan

- Biaya Produksi untuk 150 Gram Cookies (6 Cookies): Rp 7,750
- Harga Jual untuk 150 Gram Cookies (6 Cookies): Rp 11,625
- BEP dalam Unit: 78 cookies
- BEP dalam Rupiah: Rp 151,125

Perhitungan ini merupakan estimasi awal yang dapat berubah tergantung pada fluktuasi harga bahan dan biaya tetap. Sebaiknya dilakukan penghitungan kembali menggunakan data yang aktual dan lebih akurat sesuai dengan kondisi yang spesifik. Hal ini penting untuk memastikan bahwa harga pokok produksi (HPP) dan titik impas (BEP) yang dihasilkan akurat dan relevan dengan situasi sebenarnya, sehingga memungkinkan penentuan harga jual yang tepat dan perencanaan keuangan yang lebih baik.

j. Produk PMT dengan bahan kacang merah

Produk Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang berbahan dasar kacang merah dapat menjadi solusi yang efektif dalam meningkatkan asupan gizi ibu hamil dengan Kurang Energi Kronis (KEK). Kacang merah adalah bahan pangan yang kaya akan protein, serat, vitamin, dan mineral, sehingga dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan. Berikut adalah beberapa contoh produk PMT dengan bahan dasar kacang merah yang dapat dikembangkan.

Table 8. Contoh menu PMT bahan kacang merah

| No. | Nama menu | Alat dan bahan | Cara pembuatan |
|-----|--|---|--|
| 1. | Cookies kacang merah  | -250 gr kacang tanah -400 gr tepung terigu -200 gr tepung gula -250 ml minyak goreng kualitas bagus -60 gr Butter -2 sdm tepung susu -1 sdt | 1. Goreng kacang tanah sampe mateng, angkat, dinginkan 2. Blender kacang jgn sampe halus bgt 3. Campurkan kacang yg sudah diblender dengan semua bahan2,,aduk rata,,klo dirasa kelembekan,tambah sedikit tepung,sampe dirasa cukup, Klo rasa kering,tambah sedikit minyak atw butter secukupnya,aduk2 sampe bisa dipulung 4. Cetak,atw bulat2kan sesuai selera,saya @ 8gr sampe adonan habis 5. Oles menggunakan kuning telur yg dicampur |

| | | | |
|----|--|--|--|
| | | <p>garam</p> <p>-Vanilla</p> <p>sckpnya</p> <p>OLESAN:</p> <p>- 2 butir kuning telur</p> <p>-1 sdm minyak goreng</p> <p>Secukupnya</p> <p>-Campur semua jadi 1</p> | <p>minyak n pewarna kuning telur sedikit</p> <p>6.Setelah semua dioles,taburkan wijen,atw apa saja sesuai selera</p> <p>7.Panggang disuhu 140-160 selama 30-40menit sampe mateng</p> <p>8.Setelah mateng,angkat,dinginkan</p> |
| 2. | <p>Perkedel kacang merah</p>  | <p>-200 gr kentang (goreng dan haluskan)</p> <p>-100 gr kacang merah (rebus sampai empuk, haluskan)</p> <p>-50 gr daging giling</p> <p>-2 sendok makan</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Campurkan semua bahan (kecuali putih telur dan minyak goreng). Aduk rata. 2. Ambil 1 sendok makan penuh adonan, bentuk bulatan dan pipihkan. 3. Celupkan satu per satu adonan yang sudah dibentuk ke dalam putih telur. 4. Goreng dalam minyak panas |

| | | | |
|----|---|---|--|
| | | <p>bawang merah goreng</p> <p>-2 batang daun seledri (iris halus)</p> <p>-2 butir telur (pisahkan kuning dan putih telurnya)</p> <p>-250 ml minyak goreng</p> | <p>dengan api sedang hingga matang dan berwarna kuning keemasan.</p> <p>5. Angkat dan siap dihidangkan selagi hangat.</p> |
| 3. | <p>Pudding kacang merah</p>  | <p>- 300 gram kacang merah</p> <p>-2 bungkus agar-agar plain</p> <p>- 300 gram gula pasir</p> <p>-380 ml susu</p> | <p>1.Rebus kacang merah</p> <p>2.Haluskan kacang merah ya g telah di rebus</p> <p>3.Tuangkan air berdsama dengan agar agar dan gula</p> <p>4.Masak setelah itu masukkan kacang merah yang telah dihaluskan</p> <p>5.Masukan susu evaporasi</p> |

| | | | |
|----|---|---|---|
| | | evaporasi -1400 ml air rebusan kacang merah | 6.Masak hingga matang |
| 4. | Red Bean cup cake  | Bahan A -140 gr tepung terigu -2 sdt coklat bubuk -1 sdt baking powder -1/2 sdt soda kue -Sejumput garam -2 butir telur -100 gr gula pasir Bahan B -110 ml susu cair + | 1.Campurkan semua bahan A aduk rata dan sisihkan 2. Campurkan susu cair dan perasan jeruk nipis aduk rata dan diamkan selama 10-15menit sebelum digunakan 3. Kocok telur dan gula pasir hingga gula larut. lalu masukkan susu yg sudah didiamkan tadi aduk rata, dan beri tepung kacang merah 4. Masukkan bahan A aduk rata, dan beri minyak goreng hingga tercampur merata 5.Siapkan cup, masukkan 3/4 adonan ke cup beri topping almond slice dan choco chips 6. Kemudian oven |

| | | | |
|----|---|--|--|
| | | <p>-1sdt air jeruk nipis</p> <p>-70 gr tepung kacang merah</p> <p>-70 ml minyak goreng</p> <p>Topping</p> <p>-Kacang Almond (Slice)</p> <p>Choco chips</p> | <p>hingga matang selama 25-30menit dg suhu 175derajat celsius atau hingga matang.</p> <p>7.Dan siap disajikan</p> |
| 5. | <p>Pancake Kacang Merah</p>  | <p>-1 cangkir tepung kacang merah</p> <p>-1 cangkir tepung terigu serbaguna</p> <p>-2 sendok makan gula pasir</p> <p>-2 sendok teh baking powder</p> | <p>-Campurkan tepung kacang merah, tepung terigu, gula pasir, baking powder, dan garam dalam satu mangkuk besar. Aduk hingga merata.</p> <p>-Dalam mangkuk lain, campurkan susu cair, telur yang sudah dikocok, minyak sayur atau mentega cair, dan vanili ekstrak. Aduk hingga semua bahan tercampur dengan baik.</p> |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | | <p>-1/2 sendok teh garam</p> <p>-1 cangkir susu cair (bisa diganti dengan susu almond atau susu kedelai untuk versi non-dairy)</p> <p>-1 butir telur, kocok lepas</p> <p>-2 sendok makan minyak sayur atau mentega cair</p> <p>-1 sendok teh vanili ekstrak</p> | <p>-Tuangkan campuran basah ke dalam campuran kering. Aduk perlahan menggunakan spatula atau whisk hingga semua bahan tercampur rata dan tidak ada gumpalan. Jangan terlalu lama mengaduk, cukup hingga adonan tercampur rata.</p> <p>-Panaskan wajan datar atau pan anti lengket di atas api sedang. Olesi sedikit minyak atau mentega agar pancake tidak lengket.</p> <p>-Tuangkan sekitar 1/4 cangkir adonan pancake ke wajan panas untuk setiap pancake.</p> <p>-Masak hingga muncul gelembung-gelembung kecil di permukaan pancake dan bagian tepinya mulai mengering, sekitar 2-3 menit.</p> <p>-Balik pancake dan masak sisi lainnya</p> |
|--|--|---|---|

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <p>hingga berwarna kecokelatan dan matang sempurna, sekitar 1-2 menit lagi.</p> <p>-Angkat pancake yang sudah matang dan susun di atas piring saji.</p> |
|--|--|--|---|

k. Penelitian Mengenai Daya Terima Produk PMT dengan Kacang Merah

Sebuah penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengkaji daya terima masyarakat terhadap produk PMT yang mengandung kacang merah. Penelitian ini dilakukan dengan metode observasi partisipatif dan pengumpulan data melalui kuesioner terstruktur di beberapa daerah dengan tingkat keberagaman populasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa produk PMT yang mengandung kacang merah mendapatkan respons yang positif dari masyarakat. Untuk menentukan daya terima PMT (Pemberian Makanan Tambahan) berbasis kacang merah pada berbagai jenis produk seperti cookies kacang merah, perkedel kacang merah, pudding kacang merah, roti kacang merah, dan pancake kacang merah, kita dapat mengevaluasi berdasarkan 8 faktor penilaian berikut:

1. Rasa:

- Cookies kacang merah: Manis dan gurih, disukai karena kombinasi kacang merah dan bahan lainnya.
- Perkedel kacang merah: Gurih dan sedikit manis, menarik karena rasa kacang merah yang unik.
- Pudding kacang merah: Manis dan lembut, dengan rasa kacang merah yang menonjol.
- Roti kacang merah: Manis dan kenyal, dengan rasa kacang merah yang menyatu dengan roti.
- Pancake kacang merah: Manis dan lembut, dengan rasa kacang merah yang meresap.

2. Tekstur:

- Cookies kacang merah: Renyah di luar, lembut di dalam.

- Perkedel kacang merah: Lembut dan sedikit kenyal.
- Pudding kacang merah: Lembut dan kenyal.
- Roti kacang merah: Kenyal dan empuk.
- Pancake kacang merah: Lembut dan sedikit kenyal.

3. Warna:

- Cookies kacang merah: Cokelat muda dengan butiran kacang merah.
- Perkedel kacang merah: Cokelat kekuningan dengan sedikit warna merah.
- Pudding kacang merah: Merah muda hingga merah tua.
- Roti kacang merah: Cokelat muda hingga tua.
- Pancake kacang merah: Cokelat muda dengan titik-titik merah.

4. Aroma:

- Cookies kacang merah: Aroma kacang merah dan bahan panggang.
- Perkedel kacang merah: Aroma gurih dari bahan panggang dan kacang merah.
- Pudding kacang merah: Aroma manis dan segar dari kacang merah.
- Roti kacang merah: Aroma manis dan kacang merah.
- Pancake kacang merah: Aroma manis dan sedikit gurih dari kacang merah.

5. Bentuk:

- Cookies kacang merah: Bulat atau pipih, rapi.
- Perkedel kacang merah: Bulat atau oval, padat.
- Pudding kacang merah: Padat dan berlapis.
- Roti kacang merah: Berbentuk roti atau roti kecil, empuk.
- Pancake kacang merah: Bulat dan pipih.

6. Kebersihan:

- Semua produk ini harus diproduksi dalam kondisi yang higienis untuk menjamin keamanan pangan.

7. Nilai Gizi:

- Semua produk ini memiliki kandungan gizi yang baik dari kacang merah yang kaya protein, serat, vitamin, dan mineral.

8. Daya Terima Konsumen:

- Cookies kacang merah: Disukai karena kepraktisannya sebagai camilan.
- Perkedel kacang merah: Disukai sebagai lauk atau camilan.
- Pudding kacang merah: Disukai sebagai pencuci mulut yang lembut.
- Roti kacang merah: Disukai sebagai makanan utama atau camilan.
- Pancake kacang merah: Disukai sebagai sarapan atau camilan.

Produk yang Paling Diminati

Berdasarkan analisis dari 8 faktor di atas, produk yang paling diminati oleh masyarakat adalah Cookies Kacang Merah.

Alasan:

1. Rasa: Kombinasi manis dan gurih yang disukai banyak orang.
2. Tekstur: Renyah di luar dan lembut di dalam, memberikan pengalaman makan yang menyenangkan.
3. Kepraktisan: Cookies mudah dikonsumsi sebagai camilan kapan saja dan di mana saja.
4. Daya Tahan: Cookies memiliki daya tahan yang lebih lama dibandingkan produk lainnya, sehingga lebih praktis untuk disimpan dan dikonsumsi kemudian.
5. Popularitas: Cookies umumnya lebih dikenal dan diterima oleh masyarakat luas sebagai pilihan camilan.

Produk PMT berbasis kacang merah yang mungkin kurang diminati oleh masyarakat berdasarkan analisis dari 8 faktor penilaian adalah Perkedel Kacang Merah. Berikut beberapa alasan mengapa perkedel kacang merah mungkin kurang diminati:

1. Rasa:
 - Meskipun gurih, rasa kacang merah dalam perkedel mungkin tidak begitu menarik bagi konsumen yang lebih terbiasa dengan rasa perkedel kentang atau daging.
2. Tekstur:
 - Tekstur perkedel kacang merah yang lembut dan sedikit kenyal mungkin kurang disukai dibandingkan dengan perkedel tradisional yang biasanya lebih renyah di luar.
3. Kebersihan:
 - Perkedel yang digoreng memiliki potensi menyerap banyak minyak, yang mungkin mengurangi kesan kebersihan dan kesehatan produk ini.

4. Aroma:

- Aroma perkedel kacang merah mungkin tidak sekuat atau seharum aroma kacang merah dalam bentuk panggang atau direbus.

5. Bentuk:

- Bentuk perkedel yang padat mungkin tidak terlalu menarik dibandingkan dengan bentuk produk PMT lainnya seperti pudding atau roti.

6. Kepraktisan:

- Perkedel biasanya dikonsumsi sebagai lauk dan mungkin kurang praktis sebagai camilan dibandingkan dengan cookies atau roti.

7. Nilai Gizi:

- Meskipun bergizi, perkedel kacang merah mungkin tidak memberikan keunggulan gizi yang signifikan dibandingkan dengan produk PMT lainnya yang lebih kaya akan serat dan protein.

8. Daya Terima Konsumen:

- Perkedel kacang merah mungkin belum terlalu dikenal oleh masyarakat dan mungkin membutuhkan waktu untuk dapat diterima secara luas. Selain itu, persepsi bahwa perkedel adalah makanan yang berat mungkin membuatnya kurang menarik sebagai pilihan PMT..

Dari data harga jual produk PMT berbasis kacang merah yang diberikan, paling mahal adalah puding kacang merah dengan harga 7.000 Rupiah per buah dengan berat 120 gram, sehingga harga per gramnya adalah sekitar 58,33 Rupiah. Sedangkan produk yang paling murah adalah pancake kacang merah dengan harga 4.000 Rupiah per buah dengan berat 60 gram, sehingga harga per gramnya adalah sekitar 66,67 Rupiah. Perbedaan harga ini disebabkan oleh faktor komposisi bahan, metode produksi, dan citra rasa yang berbeda-beda dari masing-masing produk.

Berdasarkan temuan tersebut, penggunaan kacang merah dalam produk PMT memiliki potensi untuk meningkatkan daya terima dan kepatuhan masyarakat terhadap program ini. Diperlukan upaya yang terus menerus dalam mengoptimalkan formulasi produk serta edukasi masyarakat mengenai manfaatnya. Integrasi kacang merah dalam program PMT dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kesehatan gizi masyarakat secara keseluruhan.

C. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Ibu hamil Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Untuk menetapkan batasan-batasan masalah yang relevan dengan topik yang dipilih, langkah awalnya adalah mengacu pada beberapa penelitian terdahulu. Referensi-referensi ini akan membantu dalam mengidentifikasi permasalahan-permasalahan yang berkaitan dengan topik tersebut. Dengan menggunakan referensi-referensi terakhir yang disebutkan, tujuan utamanya adalah untuk membangun landasan yang kuat untuk memahami konteks dan ruang lingkup dari topik yang sedang dibahas, serta untuk mengarahkan fokus penelitian pada aspek-aspek yang relevan dan penting. adapun beberapa referensinya :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti, A., Muwakhidah, S. K. M., & Rustiningsih, S. K. M. (2015). Dengan judul Perbedaan tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah diberikan penyuluhan tentang anemia gizi besi dengan menggunakan media booklet di Puskesmas Gatak .

Penelitian ini secara garis besar dilakukan dengan 2 tahap, yaitu tahap perancangan dan pembuatan media booklet, dan tahap menguji efektifitas booklet apada kelompok sasaran menggunakan metode quasi eksperimental dengan rancangan penelitian one group pretest posttest design, Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah form kesediaan responden, form identitas responden, kuesioner pengetahuan anemia, kuesioner daya terima booklet dan media booklet. Skor pengetahuan ibu hamil tentang anemia diukur dengan 25 pertanyaan. Skor 1 untuk jawaban yang benar dan skor 0 untuk jawaban yang salah. Skor tersebut selanjutnya dikategorikan menjadi dua kategori tingkat pengetahuan yakni kategori baik bila skor atau nilai $\geq 80\%$ jawaban benar, dan kategori kurang baik bila skor atau nilai

Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama melaksanakan penyuluhan untuk memberikan tambahan Tingkat pengetahuan ibu hamil Penelitian tersebut juga secara garis besar melakukan dua tahap yakni perancangan pembuatan media laflet dan menguji efektivitas penyuluhan dengan mengukur Tingkat pengetahuan ibu hamil.

Perbedaannya dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah penelitian tersebut menggunakan media booklet sedangkan penulis menggunakan media laflet, pada penelitian yang dilakukan tidak memberikan Solusi mengenai penanganan sedangkan penelitian yang dilakukan oleh penulis diberikan Solusi dengan ditambahkan adanya pembuatan PMT menggunakan kacang merah.

2. Penelitian yang di lakukan oleh Quraisy, C. C. R. S. A., Sineri, D. I., Haruni, D. S., & Puteri, H. S. (2022). Dengan judul Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil: Penyuluhan Gizi dengan Media Kalender Makanan "Steril KEK".

Penelitian ini di laksanakan menggunakan kuesioner ibu hamil di empat posyandu yang terdapat di dua desa wilayah kerja Puskesmas Gemolong yaitu Desa Kaloran dan Desa Tegaldowo diketahui bahwa pengetahuan gizi pada ibu hamil sebagian besar dalam kategori cukup yaitu sebesar 50%, kemudian kategori baik sebesar 37,5% dan kategori kurang sebesar 12,5%. Berbagai metode telah dikembangkan dunia pendidikan dalam menyampaikan pesan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan sikap dan keterampilan. Ceramah dan tanya jawab adalah metode yang cukup efektif sebagai penyampaian pesan. Dengan media kalender makanan.

Persamaan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh penulis yaitu adalah dengan menggunakan kuesioner sebagai alat pengukuran Tingkat pengetahuan ibu. Hal ini memungkinkan untuk membandingkan hasil secara sistematis dan objektif, serta mengevaluasi sejauh mana pengetahuan ibu berhubungan dengan variabel-variabel tertentu dalam konteks studi yang sedang dilakukan.

Penelitian yang dilakukan oleh penulis ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena hanya dilakukan di satu lokasi, sementara penelitian terdahulu melibatkan dua lokasi. Hal ini memungkinkan penulis untuk lebih fokus dan mendalam dalam mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi subjek penelitian di satu tempat. Sebaliknya, penelitian sebelumnya yang dilakukan di dua tempat

mungkin memberikan perspektif yang lebih luas tetapi kurang mendalam pada setiap lokasi. Fokus pada satu tempat ini juga memungkinkan penulis untuk lebih memahami konteks lokal secara spesifik dan memberikan rekomendasi yang lebih relevan bagi lokasi tersebut.

3. Penelitian yang dilaksanakan oleh Pastuty, R., Wilma, W., & Asmalinda, W. (2022). Dengan judul Penyuluhan Pemberian Makanan Tambahan-Pemulihan Pada Ibu Hamil Kurang Energi Kronis di Puskesmas Sako Kota Palembang.

Khalayak sasaran/Mitra dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah ibu hamil KEK yang berkunjung ke Puskesmas Sako. Kegiatan pengabdian dilaksanakan oleh dosen Prodi Pendidikan Profesi Bidan, dosen Prodi DIII Kebidanan dan 3 orang mahasiswa Prodi DIII Kebidanan. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu penyuluhan kesehatan (ceramah dan tanya jawab) dan pemutaran video mengenai PMT-P pada ibu hamil KEK dengan menggunakan media laptop dan proyektor LCD.

Perbedaan utama dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis terletak pada pendekatan yang digunakan. Penulis hanya melaksanakan penyuluhan tanpa melakukan pengabdian melalui pengolahan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Pendekatan ini memungkinkan penulis untuk fokus pada penyebaran informasi dan edukasi kepada masyarakat tanpa terlibat langsung dalam proses pengolahan dan distribusi PMT. Sebaliknya, penelitian sebelumnya yang mencakup pengabdian dengan cara pengolahan PMT berfokus pada aspek praktis dan penerapan langsung, yang mungkin memberikan dampak lebih langsung namun memerlukan sumber daya dan waktu yang lebih besar.