

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Indonesia sebagai negara berkembang selalu berupaya melakukan peningkatan derajat kesehatan masyarakat karena pemerintah memiliki kewajiban terhadap kesejahteraan masyarakat. Salah satunya melalui peningkatan kesehatan berupa perbaikan gizi masyarakat karena gizi yang seimbang dapat meningkatkan ketahanan tubuh.

Namun sebaliknya, gizi yang tidak seimbang menimbulkan masalah yang sangat sulit sekali ditanggulangi oleh Indonesia. Masalah gizi yang tidak seimbang itu seperti Kurang Energi Protein (KEP), Kurang Vitamin A (KVA), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), dan anemia zat besi. Masalah gizi kurang juga telah dinyatakan sebagai masalah utama kesehatan dunia dan berkaitan dengan lebih banyak kematian dan penyakit yang disebabkan oleh masalah gizi kurang tersebut. Walaupun telah banyak dilakukan penyuluhan tentang masalah gizi kurang namun masih banyak masyarakat yang mengalami masalah gizi. Masalah gizi dapat diperbaiki dengan konsumsi pangan yang beragam. Setiap jenis makanan mempunyai cita rasa, tekstur, aroma dan daya cerna tersendiri yang memberikan sumbangan gizi berbeda-beda yaitu dengan memanfaatkan tempe dan wortel.

Tempe merupakan bahan makanan hasil fermentasi kacang kedelai atau jenis kacang-kacangan lainnya yang menggunakan jamur *Rhizopus oligosporus* atau *Rhizopus oryzae*. Tempe dapat diperoleh dengan harga relatif lebih terjangkau dan lebih mudah didapat dibandingkan dengan produk olahan kedelai lain yang dikenal

masyarakat dunia. Tempe merupakan sumber gizi yang baik karena mengandung protein, asam amino esensial, asam lemak esensial, vitamin B kompleks, dan serat dalam jumlah cukup. Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa tempe mengandung senyawa yang berperan sebagai antioksidan dalam tubuh manusia, yaitu isoflavon. Isoflavon dalam tubuh manusia bermanfaat sebagai antioksidan, antikanker, antiosteoporosis, dan hipokolesterolemik. Isoflavon juga berperan sebagai agen antipenuaan dini, memperlambat masa menopause pada wanita dewasa, dan membantu mengatasi masalah-masalah akibat menopause secara umum (Anonim, 2012)

Wortel merupakan sayuran yang kaya akan beta karoten sebagai antioksidan yang bisa mencegah penyakit jantung, kanker kulit dan penuaan dini. Wortel dikenal memiliki kandungan vitamin A yang sangat tinggi. Wortel memiliki unsur lain seperti kalori, protein, kalsium, dan besi. Wortel adalah tumbuhan yang ditanam sepanjang tahun dan dapat tumbuh pada semua musim, terutama di daerah pegunungan yang memiliki suhu udara dingin dan lembab. Wortel merupakan sayuran yang banyak disukai masyarakat karena harganya relatif terjangkau, mempunyai rasa yang enak dan mudah untuk diolah baik dalam bentuk makanan maupun minuman dengan dibuat jus. Wortel juga memiliki manfaat yang sangat banyak bagi kesehatan tubuh (Kumalaningsih, 2006).

Melihat potensinya sebagai sumber vitamin A dan untuk mengatasi masalah penurunan kualitas setelah pemanenan maka perlu dilakukan penanganan wortel lebih lanjut menjadi dalam bentuk diversifikasi produk wortel. Salah satu alternatif untuk

mengoptimalkan pemanfaatan wortel adalah dengan mengolahnya menjadi bubur wortel atau menjadi bahan tambahan untuk pembuatan mi basah (Rosida, 2008).

Dalam pembuatan mie basah dengan modifikasi wortel dan tempe tidak perlu membuat wortel dan tempe menjadi tepung, karena dalam pembuatan mi basah ini masih memakai tepung terigu sebagai bahan dasar. Wortel dan tempe sebagai diversifikasi bahan makanan yang diharapkan dapat menambah nilai gizi mi basah.

Mi merupakan bahan pangan yang cukup potensial, selain harganya relatif murah dan pengolahannya yang praktis. Mi memiliki kandungan gizi yang cukup baik terutama kandungan karbohidrat yang tinggi, sehingga mi disukai masyarakat sebagai sumber karbohidrat pengganti nasi yang mengenyangkan dan mi juga merupakan makanan favorit mulai anak – anak hingga lanjut usia. Saat ini berbagai jenis mi telah banyak dikonsumsi dan dijual di pasaran. Mi basah adalah salah satu bentuk mi yang mudah diolah oleh masyarakat umum dan bahan-bahan pembuatan ini pun mudah didapat, dimana kemungkinan setiap orang dapat membuatnya sendiri (Muhajir, 2007).

Bahan utama pembuatan mi adalah tepung terigu yang mana selama ini mi yang biasa dikonsumsi hanya mengandung zat gizi makro saja yaitu karbohidrat, protein dan lemak, dan sangat sedikit atau bahkan tidak mengandung zat gizi lainnya seperti vitamin dan mineral. Sehingga diharapkan dengan penambahan tempe dan wortel dapat memperbaiki kandungan gizi mi basah yang mana pada tempe dan wortel kaya akan kandungan vitamin dan mineralnya dan juga dapat mengurangi ketergantungan terhadap tepung terigu yang merupakan bahan impor dan menduduki porsi terbesar dalam pembuatan mi basah. Sehingga masyarakat yang menganggap

mi sebagai makanan selingan, tidak hanya untuk mengenyangkan perut tetapi juga menambah asupan gizi pada mereka.

Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat volume impor terigu pada tahun 2007 sebanyak 4.574.623.280 kg dengan harga US\$1.205.108.235. Volume ini melonjak menjadi 5.159.337.797 kg dengan harga US\$2.371.698.411 pada tahun 2008. Pada tahun 2009 volume impor terigu sebanyak 5.399.944.989 kg dengan harga US\$1.641.279.271 dan pada tahun 2010 naik menjadi 5.725.011.214 kg dengan harga US\$ 1.827.394.544. Sementara itu menurut Munarso dan Bambang (2009), pembangunan pertanian nasional telah mampu menghasilkan beragam komoditas sumber karbohidrat yang perlu ditingkatkan pemanfaatannya, terutama dalam rangka penyediaan pangan alternatif bagi masyarakat. Oleh sebab itu, perlu pengembangan teknologi mi berbahan baku selain tepung terigu, misalnya dengan memanfaatkan tempe dan wortel.

Menurut penelitian Hastuti et al (1985) menyatakan bahwa terigu jenis “soft” cap kunci dapat disubstitusi dengan tepung sorgum sampai 10% dalam pembuatan mi kering dengan hasil yang masih disukai panelis. Royaningsih dan Pangloli (1988) melaporkan bahwa terigu jenis medium cap segitiga biru dapat disubstitusi dengan tepung sagu sampai 30% dalam pembuatan mi basah. Sedangkan penelitian Marzempi et al (1994) melaporkan bahwa jumlah maksimum tepung ubi kayu yang dapat mensubstitusi terigu dalam pembuatan mi adalah 20%. Khusus untuk pemanfaatan wortel sebagai bahan dasar pembuatan mi, Zuraidah Nasution (2005) telah melakukan penelitian substitusi bubur wortel terhadap terigu dan melaporkan bahwa bubur wortel dapat digunakan sebagai bahan substitusi tepung terigu pada

pembuatan mie basah sebesar 20% dan mengandung vitamin A. Warna, aroma, penampilan, kekenyalan dan rasa mi yang dihasilkan disukai panelis.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh M. Sobariansyah (2006) tentang Studi Pembuatan Mi Basah Berbasis Tepung Tempe (Kajian Perbandingan Jumlah Tepung Tempe dengan Tepung Tapioka dan Konsentrasi STPP) bahwa perlakuan terbaik parameter organoleptik diperoleh pada mie tempe dengan perlakuan perbandingan tepung tempe dengan tepung tapioka 4:5 dan konsentrasi STPP (sodium tripolifosfat) 0,15% . Penelitian lain yang dilakukan oleh Ahmad Muhajir (2007) tentang peningkatan gizi mi instan dari campuran tepung terigu dan tepung ubi jalar dengan penambahan tepung tempe dan tepung ikan, hasil analisisnya adalah penambahan tepung tempe dan tepung ikan memberi pengaruh berbeda sangat nyata terhadap kadar protein, kalsium, serta pada organoleptik warna dan rasa. Penambahan tepung tempe dan tepung ikan juga memberi pengaruh berbeda nyata terhadap organoleptik aroma, dan berbeda tidak nyata terhadap organoleptik tekstur.

Pada penelitian ini akan dilakukan pembuatan mi dengan penambahan tempe dan wortel dengan perbandingan sebesar (30%: 20%, 25%:25%, 20%:30%) dari berat tepung terigu yang diulang sebanyak 2 kali pada proses pembuatan mi dengan maksud untuk memperkecil error atau kesalahan yang mungkin terjadi pada saat penimbangan bahan yang digunakan dalam pembuatan mi. Penetapan konsentrasi tempe dan wortel sebesar (30%: 20%, 25%:25%, 20%:30%) dilakukan karena peneliti telah melakukan penelitian pendahuluan sebelum melakukan penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan, apabila persentase tempe dan wortel terlalu besar akan menghasilkan adonan mi mudah hancur dan bau langu.

Pengenalan penggunaan tempe dan wortel kepada remaja akan lebih efektif diterapkan sebagai bahan baku atau tambahan dalam pembuatan makanan yang sudah dikenal oleh remaja, salah satunya adalah mi basah. Karena mi basah ini dapat meningkatkan konsumsi protein, vitamin dan mineral pada remaja. Remaja ini lebih objektif dalam memberikan penilaian terhadap uji organoleptik. Hal ini menarik untuk diteliti dalam sebuah penelitian yang berjudul “Uji Daya Terima Dan Nilai Gizi Mi Basah Yang Dimodifikasi Dengan Tempe Dan Wortel (*Daucus carota* L.)”.

1.2 Perumusan Masalah

Adapun yang menjadi perumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh penambahan tempe dan wortel dalam pembuatan mi basah terhadap daya terima dan nilai gizinya.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Adapun tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh penambahan tempe dan wortel dalam pembuatan mi basah terhadap daya terima dan nilai gizinya.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui daya terima terhadap aroma, warna, rasa, dan tekstur mi basah dengan penambahan tempe dan wortel.
2. Untuk mengetahui nilai gizi mi basah dengan penambahan tempe dan wortel.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Sebagai sumber informasi bagi masyarakat dalam pembuatan mi basah yang bergizi.
2. Sebagai salah satu upaya penganekaragaman bahan makanan dari tempe dan wortel.
3. Sebagai alternatif untuk mengurangi pemakaian tepung terigu sebagai dasar pembuatan mi basah.