

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan pokok adalah makanan yang dikonsumsi dalam jumlah yang banyak, sumber karbohidrat, mengenyangkan dan merupakan hasil alam daerah setempat. Makanan pokok adalah sumber karbohidrat bagi tubuh manusia, makanan pokok biasanya tidak menyediakan keseluruhan nutrisi yang dibutuhkan tubuh, oleh karena itu biasanya makanan pokok dilengkapi dengan lauk pauk atau diolah dengan bahan makanan lain untuk mencukupkan kebutuhan nutrisi seseorang dan mencegah kekurangan gizi (Hidayati, 2014).

Beras merupakan makanan pokok di tidak kurang 26 negara padat penduduk (China, India, Indonesia, Pakistan, Bangladesh, Malaysia, Thailand, Vietnam), atau lebih separuh penduduk dunia. Di Indonesia, masalah beras erat kaitannya dengan masalah budaya, sosial dan ekonomi bangsa. Dalam bidang ekonomi, beras sering digunakan sebagai indeks kestabilan ekonomi nasional (Koswara, 2009). Beras sebagaimana bulir sereal lain, bagian terbesar beras didominasi oleh pati (sekitar 80-85%). Beras juga mengandung protein, vitamin (terutama pada bagian aleuron), mineral, air dan karbohidrat.

Pengolahan nasi tergantung pada kondisi beras sebagai bahan utamanya, dan teknik olah yang digunakan antara lain adalah di masak dengan lemak, digoreng dengan sedikit minyak, ditim dan direbus. Beberapa contoh olahan beras sebagai makanan pokok adalah nasi tim, nasi goreng, lontong, dan nasi uduk. Nasi gurih atau nasi uduk adalah olahan beras yang diaron dengan bahan cair santan, ditambah bumbu-bumbu, dan dikukus. (Hidayati, 2014)

Nasi gurih adalah nama sejenis makanan terbuat dari bahan dasar nasi putih yang diaron dan dikukus dengan santan dari kelapa yang diparut, serta dibumbui dengan pala, kayu manis, jahe, daun serai, dan merica. Nasi uduk merupakan makanan tradisional Indonesia dimana hampir diseluruh wilayah Indonesia selalu ada. Masyarakat Indonesia lebih memilih untuk mengonsumsi nasi uduk dibandingkan olahan nasi yang lain dikarenakan bila dibandingkan rasa, nasi uduk memiliki rasa yang lebih asin

dibandingkan dengan nasi kuning. Sensasi yang dihasilkan nasi uduk lebih gurih dibandingkan dengan nasi kuning. Dalam pembuatannya, nasi uduk terbilang cukup sulit karena adanya penambahan berbagai bumbu sehingga membutuhkan waktu yang lama. Dewasa ini dengan peningkatan mobilitas yang tinggi pada masyarakat, ada kecenderungan untuk memilih produk pangan yang praktis, cepat dan mudah dalam pengolahan maupun penyimpanan, serta tidak melupakan nilai gizinya. Di Amerika Serikat, lamanya waktu memasak nasi untuk dihidangkan membatasi konsumsi beras. Salah satu cara yang dipelajari adalah pangan bentuk instan. (Nurhidajah, 2010)

Ubi ungu adalah salah satu jenis umbi-umbian yang sering kita temukan di Indonesia, bahkan tak jarang umbi-umbian ini di jadikan sumber karbohidrat utama di daerah tertentu. Tetapi sayangnya mayoritas warga Indonesia mengkonsumsi nasi sebagai makanan utama. Beras merupakan makanan sumber energi yang memiliki kandungan karbohidrat tinggi namun proteinnya rendah. Kandungan gizi beras per 100 gram bahan adalah 360 kkal energi, 6,6gr protein, 0,58gr lemak, dan 79,34gr karbohidrat. Beras putih merupakan bahan makanan pokok sebagian besar masyarakat Indonesia. Penelitian menunjukkan bahwa peningkatan konsumsi beras putih berkaitan dengan peningkatan resiko diabetes tipe 2 (Larasati, 2013).

Di Papua makanan khas tradisional ubi jalar disajikan dalam bentuk sangat sederhana, misalnya dalam bentuk ubi bakar ubi rebus, dan ubi kukus. Pada hal ubi jalar dapat di manfaatkan menjadi makanan sehari manusia serta hewan ternak peliharaan di tanah Papua. Provinsi Papua merupakan daerah sentra dan penghasil komoditas ubi jalar terbesar di Indonesia. Karena Ubi jalar memegang peranan yang penting di wilayah pegunungan Papua mempunyai banyak manfaat dan nilai tambah dari ubi jalar. Ubi jalar memegang peranan penting yaitu nilai ekonomi dan sosial. Serta ubi jalar merupakan salah satu penghasil karbohidrat (sebagai sumber energi) yang potensial dan dapat digunakan sebagai sumber pangan khas tradisional di Papua, (Mulyadi 2012).

Ubi jalar ungu (*Ipoema Batatas L*) berasal dari Amerika Tengah, pada tahun 1960-an ubi jalar telah menyebar hampir di seluruh Indonesia (Rukmana, 2001). Ubi jalar (*Ipoema Batatas L*) merupakan salah satu komoditas pertanian di Indonesia yang memiliki jumlah produksi cukup melimpah. Menurut Badan Pusat Statistik (2011), produksi ubi jalar di Indonesia, yaitu sekitar 2.438.076 ton per tahunnya.

Ubi ungu mengandung serat pangan alami tinggi, prebiotik, kadar Glycemic Index rendah, dan oligosakarida. Kandungan yang terdapat pada ubi ungu tiap 100 gr seperti kalsium 30,00 gr, protein 1,80 gr, lemak 0,70 gr, vitamin A 7.700 gr, kalori 123 kal, fosfor 49,00 gr, zat besi 0,70 gr, vitamin B1 2 0,90 mg, vitamin C 22,0 gr, serat kasar dan abu (Rukmana, 2008). Ubi ungu juga mengandung lisin, Cu, Mg, K, Zn rata – rata 20 %.

Uraian diatas mendorong peneliti untuk melakukan inovasi dan mengembangkan nasi dengan judul **“Pengaruh Penambahan Ubi Ungu Terhadap Kualitas Warna Dan Rasa Nasi Gurih Ceria”**

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan dalam penelitian ini di batasi pada:

1. Pembuatan nasi gurih dengan penambahan ubi ungu melalui konsentrasi yang berbeda yaitu : 0%, 10%, 20%, 30%
2. Pengaruh pembuatan nasi gurih ubi ungu menggunakan konsentrasi yg berbeda terhadap tingkat kepuasan masyarakat

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh penambahan ubi ungu terhadap kualitas warna nasi gurih nasi gurih ceria?
2. Adakah pengaruh penambahan ubi ungu terhadap kualitas rasa nasi gurih ceria?

D. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya harus diuji secara empiris. (Nazir, 2003:151). Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (1995:71) dalam buku “Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan” (Zuriah, 2009:162) menyebutkan bahwa hipotesis adalah alternatif dugaan jawaban yang dibuat oleh peneliti bagi problematika yang diajukan dalam penelitiannya. Berdasarkan teori yang telah diuraikan sebelumnya, maka diajukan hipotesis sebagai berikut:

1. Ada pengaruh penambahan jumlah ubi ungu warna nasi gurih ceria.
2. Ada pengaruh penambahan jumlah ubi ungu terhadap rasa nasi gurih ceria.
3. Ada pengaruh penambahan jumlah ubi ungu terhadap tingkat kesukaan masyarakat.

E. Tujuan Masalah

Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah :

1. Untuk mendiskripsikan kualitas warna nasi gurih ceria dengan penambahan ubi ungu.
2. Untuk mendiskripsikan kualitas rasa nasi gurih ceria dengan penambahan ubi ungu.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat, yakni :

1. Bagi Peneliti
 - a. Memperoleh pengalaman dibidang penelitian ilmiah
 - b. Menambah ilmu pengetahuan serta mengetahui konsentrasi penambahan ubi ungu pada nasi gurih ceria.
2. Bagi pembaca
 - a. Bagi yang berniat dan berkeinginan mengolah dan memanfaatkan ubi ungu sebagai pewarna pada nasi gurih
 - b. Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.
3. Bagi masyarakat
 - a. Hasil penelitian dapat dijadikan pedoman untuk menganekaragaman bahan dasar pembuatan nasi gurih yang berasal dari bahan ubi ungu.
 - b. Sebagai sumber dan informasi pengetahuan pada masyarakat khususnya pengolahan nasi gurih dari ubi ungu untuk menghasilkan produk yang berkualitas dan disukai oleh masyarakat.
 - c. Hasil penelitian dapat disumbangkan sebagai bahan penambahan referensi bagi perpustakaan jurusan vokasional kesejahteraan keluarga fakultas teknik.