

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pangan merupakan kebutuhan yang sangat mendasar bagi manusia untuk bertahan hidup. Pangan sebagai sumber gizi (karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air) menjadi landasan manusia untuk mencapai hidup yang sehat dan sejahtera. Kurang vitamin A (KVA) di Indonesia masih merupakan masalah gizi utama. Meskipun KVA tingkat berat (xerophthalmia) sudah jarang ditemui, tetapi KVA tingkat subklinis, yaitu tingkat yang belum menampakkan gejala nyata, masih menimpa masyarakat luas terutama kelompok balita. Jumlah balita penderita KVA subklinis di Indonesia masih menunjukkan angka yang tinggi, yaitu mencapai 50% (Depkes, 2003). KVA tingkat subklinis ini hanya dapat diketahui dengan memeriksa kadar vitamin A dalam darah di laboratorium. Sejalan dengan timbulnya krisis ekonomi yang berkelanjutan di Indonesia, dimana keadaan sosial ekonomi masyarakat menurun maka berdampak kepada timbulnya banyak kasus baru akibat kekurangan vitamin A. Defisiensi vitamin A biasanya terjadi pada anak-anak. Vitamin A sangat penting untuk penglihatan/mata, mencegah penyakit kulit serta membantu proses pertumbuhan, sehingga suplai vitamin A pada makanan anak-anak penting untuk diperhatikan (Depkes, 2000).

Wortel merupakan sayuran yang mempunyai banyak khasiat dalam kesehatan. Di Indonesia wortel dianjurkan sebagai bahan pangan potensial untuk mengentaskan penyakit kurang vitamin A karena kandungan karoten (provitamin A) pada wortel dapat mencegah penyakit rabun senja (buta ayam) dan masalah kurang gizi. Beta karoten di dalam tubuh diubah menjadi vitamin A, zat gizi yang sangat penting untuk fungsi retina (Khomsan, 2007).

Kandungan gizi wortel dalam tiap 100 gram di antaranya yaitu energi 42 kalori; karbohidrat 9,3 gram; protein 1,2 gram; lemak 0,3 gram; kalsium 39 mg; fosfor 37 mg; vitamin B₁ 0,06 mg; vitamin C 6 mg; provitamin A (beta karoten) 12.000 SI (Daftar Komposisi Bahan Makanan, 1992). Beta karoten yang dikonsumsi terdiri atas dua grup retinil, yang di dalam mukosa usus kecil akan dipecah oleh enzim beta karoten dioksigenase menjadi retinol, yaitu sebuah bentuk aktif dari vitamin A. Karoten dapat disimpan di hati dalam bentuk provitamin A dan akan diubah menjadi vitamin A sesuai dengan kebutuhan tubuh (Astawan, 2007). Tetapi tidak semua karoten mempunyai aktivitas provitamin A (dapat diubah menjadi vitamin A) dan beta karoten merupakan salah satu yang mempunyai aktivitas provitamin A.

Sebagian besar masyarakat Indonesia selama ini belum memanfaatkan wortel secara optimal, wortel hanya dimanfaatkan dalam pengolahan sayur seperti sup, urap, trancam, dll. Rasa wortel yang tidak disukai oleh anak-anak juga mengakibatkan jenis sayuran ini jarang dikonsumsi oleh anak-anak. Wortel segar mempunyai

flavour langu/pahit, dikarenakan adanya *isocoumarin*, sehingga kurang disukai konsumen. Akibatnya pemanfaatan komoditi ini masih terbatas. Wortel dapat diolah lebih lanjut antara lain dibuat *snack* dalam bentuk *chips* wortel matang dan sari umbi wortel (minuman) yang kaya akan provitamin A (Rukmana, 1995).

Salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya defisiensi vitamin A adalah dengan cara penganeekaragaman pangan yaitu pembuatan kue bolu kukus dengan substitusi wortel parut. Penganeekaragaman ini dapat memanfaatkan sumber daya alam yang beranekaragam. Melalui penganeekaragaman pangan didapatkan variasi makanan yang beraneka ragam sesuai hasil pertanian yang ada (Soenardi, 2002). Penganeekaragaman konsumsi pangan tidak hanya sebagai upaya mengurangi ketergantungan pada beras tetapi juga upaya peningkatan perbaikan gizi untuk mendapatkan manusia yang berkualitas dan mampu berdaya saing dalam percaturan globalisasi.

Pembuatan kue bolu kukus cukup sederhana dan mudah. Bahan yang digunakan dalam pembuatan kue bolu kukus adalah tepung terigu, telur, gula pasir, ovalet, dan vanili. Bahan-bahan ini sangat mudah diperoleh di pasaran dengan harga yang tidak mahal, sehingga menjadikan kue bolu kukus ini digemari oleh masyarakat karena harganya yang murah dan rasanya yang enak. Selain itu kue bolu kukus merupakan salah satu makanan yang dapat dikonsumsi semua umur. Bahan-bahan yang digunakan dalam pembuatan kue bolu kukus biasanya hanya bahan dasar saja tanpa ada penambahan

bahan-bahan tertentu yang dapat meningkatkan nilai gizi. Substitusi wortel parut pada kue bolu kukus diharapkan dapat meningkatkan kandungan beta karoten pada kue bolu kukus, sehingga dapat menjadi salah satu alternatif sumber vitamin A. Selain itu juga untuk meningkatkan kesukaan masyarakat terhadap wortel dan meningkatkan nilai ekonomis wortel sehingga wortel tidak hanya dimanfaatkan sebagai sayuran saja.

Penambahan wortel parut pada pembuatan kue bolu kukus akan mempengaruhi sifat fisik sensorik kue bolu kukus meliputi, warna, aroma, dan rasa. Warna kue bolu kukus yang dihasilkan akan terpengaruh oleh warna dasar wortel yaitu orange, sehingga wortel dapat berperan sebagai pewarna alami dan akan membuat tampilan kue bolu kukus menjadi lebih menarik (Cahyono, 2002). Pengaruh lain dari penambahan wortel parut yaitu aroma produk bisa menjadi agak langu, hal ini dikarenakan aroma alami wortel adalah langu. Rasa wortel memiliki rasa alami yang cenderung manis tapi agak bercampur dengan langu. Sifat ini juga akan mempengaruhi rasa produk yang dihasilkan.

Berdasarkan latar belakang tersebut akan dilakukan penelitian mengenai pengaruh substitusi wortel parut pada pembuatan kue bolu kukus ditinjau dari kadar beta karoten dan daya terima.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah yang akan dikaji pada penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Substitusi Wortel Parut Pada Kue Bolu Kukus Ditinjau Dari Kadar Beta Karoten Dan Daya Terima”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh substitusi wortel parut pada kue bolu kukus ditinjau dari kadar beta karoten dan daya terima.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengukur kadar beta karoten pada kue bolu kukus dengan substitusi wortel parut.
- b. Menganalisis pengaruh substitusi wortel parut terhadap kadar beta karoten kue bolu kukus
- c. Menganalisis pengaruh substitusi wortel parut terhadap daya terima kue bolu kukus.

D. Manfaat

1. Bagi masyarakat

- a. Menambah wawasan tentang pangan, khususnya wortel sebagai salah satu sumber provitamin A.

b. Memberi informasi pada masyarakat mengenai penganekaragaman olahan wortel khususnya pada pembuatan kue bolu kukus.

2. Bagi peneliti

Sebagai acuan untuk penelitian lebih lanjut.