

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan salah satu negara tropis dengan keanekaragaman hayati yang kaya, salah satunya keanekaragaman jenis tumbuhan sebagai sumber pangan. Jenis tanaman pangan lokal antara lain: padi-padian, umbi-umbian dan kacang-kacangan dapat tumbuh subur di hampir seluruh wilayah Indonesia. Menurut Almatsier (2001), diversifikasi pangan merupakan upaya diversifikasi pola konsumsi pangan masyarakat untuk meningkatkan kualitas gizi pangan yang dikonsumsi, sehingga dapat meningkatkan status gizi penduduk dan menghindari ketergantungan pada jenis pangan tertentu. Salah satu pangan olahan yang dapat dikembangkan adalah bubur instan. Bubur instan merupakan sarapan berbasis sereal yang cukup baik dan dapat dikonsumsi baik dari usia balita maupun sampai usia lanjut (Srikaeo dan Sopade, 2010).

Labu kuning atau waluh merupakan salah satu tumbuhan dalam keluarga *Cucurbitaceae* dan dapat ditemukan di seluruh wilayah Indonesia. Labu kuning merupakan salah satu bahan pangan lokal yang dapat tumbuh di antara dataran rendah dan dataran tinggi, berkisar antara 0 hingga 1.500 m dpl (Hendrastya, 2003). Buah labu kuning umumnya berukuran besar sehingga menyebabkan kendala dalam penggunaan skala rumah tangga karena tidak dapat diolah sekaligus. Rasio labu kuning yang digunakan untuk pembuatan bubur instan adalah 25:75, 50:50 dan 75:25. Labu kuning mengandung gizi cukup tinggi dan lengkap, yaitu dengan kalori 29,00 kal, protein 1,10 g, lemak 0,30 g, kalsium 45,00 mg dan vitamin (Hendrastya, 2003).

Beras IR64 merupakan bahan makanan pokok sebagian besar masyarakat Indonesia. Beras IR64 memiliki sedikit aleuron, dan kandungan amilosa sekitar 20%. Beras IR64 juga dijadikan sebagai salah satu sumber pangan bebas gluten terutama untuk kepentingan diet. Sumber karbohidrat yang paling umum dikonsumsi dan mudah menghasilkan energi merupakan alasan beras ini dikonsumsi. Rasio beras IR64 yang digunakan untuk pembuatan bubur instan adalah 25:75,50:50 dan 75:25. Beras merupakan makanan sumber energi yang memiliki kandungan karbohidrat tinggi namun proteinnya rendah. Kandungan gizi beras per 100 g bahan adalah 360 kkal energi 6,6 g protein, 0,58 g lemak, dan 79,34 g karbohidrat (Suliantini et al., 2011).

Beras hitam merupakan varietas lokal yang mengandung pigmen, berbeda dengan beras putih atau beras warna lain (Suardi dkk., 2009). Beras hitam kaya akan vitamin B kompleks, asam lemak esensial, serat dan pewarna antosianin yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Senyawa antosianin memiliki kemampuan untuk memerangkap radikal bebas di dalam tubuh, sehingga dapat mencegah radikal bebas merusak sistem (Framansyah, 2014). Menurut Mangiri dkk (2016) bahwa beras hitam memiliki kandungan zat gizi antara lain karbohidrat 85%, lemak 1,9%, protein 1,04%, kadar air 10,5%, serat 0,8%, abu 0,4%, vitamin C 0,6 mg, vitamin E 31,6 mg, kalsium (Ca) 0,386 mg/ml, magnesium (mg) 1,95 mg/ml, kalium (k) 0,886 mg/ml, besi (Fe) 0,391mg/ml, dan zinc (Zn) 0,021 mg/ml. Beras hitam kadar mineral yang paling besar adalah magnesium (Mg).

Bubur instan merupakan bubur yang telah mengalami proses pengolahan lebih lanjut antara lain proses pengeringan bahan sehingga diperlukan proses

pemasakan pada bubur instan. Penyajian bubur instan dilakukan dengan penambahan air panas atau susu yang sesuai selera (Fellows, 1992 dalam Hendy, 2007). Proses pembuatan bubur instan biasanya didasarkan pada prinsip pengeringan bubur kental, oleh karena itu dalam penelitian ini digunakan lama suhu pengeringan yang berbeda untuk mengetahui pengaruhnya terhadap produk bubur instan yang dihasilkan. Pengeringan merupakan proses pengeluaran air atau pemisahan air dalam jumlah yang relatif kecil dari bahan dengan menggunakan energi panas. Hasil dari proses pengeringan adalah bahan kering yang mempunyai kadar air setara dengan kadar air keseimbangan udara (atmosfir) normal atau setara dengan nilai aktivitas air (aw) yang aman dari kerusakan mikrobiologis, enzimatis dan kimiawi (Naisr, 2012).

Labu kuning belum dimanfaatkan secara optimal, apabila dikombinasikan dengan sumber karbohidrat berpotensi, diolah menjadi bubur instan. Beras IR64 dan beras hitam merupakan sumber karbohidrat khususnya pati berpotensi untuk dicampurkan dengan labu kuning sebagai bahan dasar bubur instan.

Kualitas bubur instan yang dihasilkan dipengaruhi oleh faktor rasio labu kuning: beras IR64 dan beras hitam serta suhu pengeringan. Bubur instan dalam penelitian ini menggunakan suhu 150°C, 160°C, dan 170°C, dan rasio bubur instan pada penelitian ini yaitu 25:75, 50:50 dan 75:25. Dengan demikian diperlukan penelitian agar dihasilkan bubur instan campuran labu kuning, beras IR64 dan beras hitam dengan sifat fisik, kimia yang memenuhi syarat dan diterima panelis.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menghasilkan bubur instan dengan rasio labu kuning, beras IR64 dan beras hitam serta suhu pengeringan yang mempunyai sifat fisik, kimia yang memenuhi syarat dan diterima panelis.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh rasio bubur instan labu kuning, beras IR64 dan beras hitam serta suhu pengeringan terhadap sifat fisik dan tingkat kesukaan bubur instan.
- b. Menentukan rasio bubur instan labu kuning, beras IR64 dan beras hitam serta suhu pengeringan agar dihasilkan bubur instan dengan sifat fisik dan kimia yang memenuhi syarat serta disukai panelis.