

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mie basah adalah makanan yang terbuat dari tepung terigu, garam dan air serta bahan tambahan pangan lain. Mie adalah makanan alternatif pengganti beras yang banyak dikonsumsi masyarakat. Selain harganya murah, mie menjadi kegemaran masyarakat karena cara pengolahan dan penyajiannya yang mudah. Apalagi saat ini banyak sekali ragam jenis mie yang rasanya unik dan bervariasi. Mie banyak mengandung karbohidrat, yang dapat memberikan energi pada tubuh sehingga mie dapat dijadikan sebagai makanan pengganti nasi. Kandungan gizi mie basah masih rendah, maka perlu penambahan bahan pangan. Salah satunya yaitu daun kelor.

Menurut Riskesdas (2013), tingkat frekuensi makanan bersumber tepung terigu (mie basah) lebih dari 1 kali/hari, namun tidak semua penyajian menu mie dilengkapi dengan sayuran sebagai sumber vitamin dan mineral, baik pada warung-warung kuliner maupun grobak-grobak dorong kecuali mie ayam pangsit, itupun yang umum digunakan adalah sawi hijau (Kemenkes, 2014). Saat ini, telah banyak dikembangkan mie basah dengan penambahan maupun substitusi dari berbagai jenis bahan pangan selain tepung terigu misalnya wortel, umbi-umbian, mocaf, dan lain-lain (Harahap, 2007). Daun kelor merupakan pangan dari kelompok sayuran yang pemanfaatannya masih rendah, padahal tanaman ini memiliki kandungan gizi yang hampir memenuhi kebutuhan gizi manusia dan berguna sebagai perbaikan gizi. Kandungan gizi dari daun kelor segar cukup tinggi (Jonni, 2008; Zakaria, dkk, 2016; Krisnadi, 2015).

Antioksidan didefinisikan sebagai senyawa yang dapat menunda, memperlambat, dan mencegah proses oksidasi lipid. Dalam arti khusus, antioksidan adalah zat yang dapat mencegah terbentuknya reaksi radikal bebas (peroksida) dalam oksidasi lipid. Antioksidan merupakan salah satu senyawa yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh, walaupun antioksidan dapat terbentuk dalam tubuh, antioksidan yang dikonsumsi dari luar seperti makanan dan minuman juga lebih bereaksi di dalam tubuh. Agar kebutuhan antioksidan dan vitamin di dalam tubuh terpenuhi, maka harus mengonsumsi makanan yang mengandung antioksidan dan vitamin, karena tubuh memerlukan antioksidan dan vitamin untuk menjaga daya tahan tubuh serta terhindar dari berbagai penyakit.

Daun kelor merupakan tanaman yang mudah diperoleh di Indonesia. Daun kelor bukan tanaman musiman, sehingga daun kelor mudah didapatkan di segala musim. Daun kelor memiliki kandungan antioksidan terbanyak dibanding tanaman lainnya. Tanaman kelor mengandung lebih dari 90 nutrisi dan 46 jenis antioksidan. Selain itu, ada lebih dari 46 antioksidan dan 36 senyawa antiinflamasi yang terbentuk secara alami. Itulah sebabnya kelor disebut sebagai sumber antioksidan alami terbaik. Kelor juga merupakan sumber serat terbaik, bahkan memiliki kandungan beta karoten 4 kali lipat lebih besar dari wortel. Selain itu, kelor juga mengandung minyak omega-3 dan klorofil (Mardiana, 2013).

Pemanfaatan daun kelor sebagai sumber vitamin dan antioksidan, salah satunya dapat dilakukan dengan cara ditambahkan ke dalam bahan pangan. Hal tersebut telah dilakukan oleh Hasanah (2015) yang menambahkan daun kelor sebagai bahan campuran nugget ikan yang dapat meningkatkan kandungan protein dari 6,47%

menjadi 7,80%. Selain itu, penambahan tepung daun kelor ke dalam cookies sebanyak 3% dapat meningkatkan kandungan protein menjadi 13,47%, kadar air 3,48%, kadar vitamin C 300 mg/ml, dan kadar kalsium 300 mg (Dewi dkk, 2016). Penelitian ini menggunakan ekstrak daun kelor dikarenakan kandungan gizinya lebih utuh dibanding daun kelor yang diolah menjadi tepung.

Penambahan ekstrak daun kelor dan mengetahui kandungan gizi terbaik dari tiga umur daun kelor yang tepat diharapkan menambahkan nilai gizi mie basah dan meningkatkan kesukaan konsumen terhadap mie basah daun kelor. Tiga umur daun kelor tersebut yaitu muda, agak tua, dan tua. Kandungan gizi dari daun kelor segar cukup tinggi, maka dapat dimanfaatkan dan ditambahkan ke dalam produk pangan lain yaitu mie basah. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui pengaruh variasi konsentrasi daun kelor dan umur daun kelor terhadap sifat fisik, kimia, dan tingkat kesukaan panelis.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendapatkan mie basah dengan penambahan dan umur daun kelor yang disukai panelis

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh penambahan variasi konsentrasi dan umur daun kelor terhadap sifat fisik, kimia dan tingkat kesukaan mie basah.
- b. Menentukan konsentrasi dan umur daun kelor terbaik berdasarkan sifat fisik, kimia dan tingkat kesukaan.