

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Konsumsi serat pada saat ini sangat dianjurkan karena serat sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh manusia. Serat makanan sebagai acuan dalam pencernaan serta kesehatan lainnya, dan kini sudah dikeluarkan oleh Badan Kesehatan Internasional (BKI). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa komponen serat yang harus dikonsumsi sebanyak 20-35 g/hari (Kusharto, 2007). Dalam Angka Kecukupan Gizi (2019) konsumsi serat bagi anak-anak usia 1-9 tahun sebanyak 11-23 g/hari, laki-laki usia 10-64 tahun konsumsi serat sebanyak 28-30 g/hari, dan untuk perempuan usia 10-49 tahun dengan konsumsi serat sebanyak 27-30 g/hari. Sumber serat tidak hanya pada buah dan sayur, melainkan sereal dan tumbuhan laut seperti rumput laut dan olahannya seperti puding.

Puding merupakan makanan selingan yang biasanya dihidangkan setelah makan. Bahan baku puding adalah rumput laut yang memiliki komponen serat yang tinggi. Komponen gizi dan fungsional puding dapat diperkaya dengan penambahan bahan lokal lain yang potensial seperti beras coklat. Menurut Govarethinam (2014) secangkir beras coklat menyediakan 14,0% dari nilai serat harian. Selain itu beras coklat juga mempunyai komponen *bioaktif* terdiri dari *senyawa fenolik*, dan *asam γ -aminobutyric* (Ohtsubo, 2005). Disamping itu penambahan beras coklat juga akan memperkaya zat gizi lain, diantaranya adalah karbohidrat.

Formula rumput laut dan beras coklat sebagai bahan pembuatan puding instan merupakan alternatif pengembangan produk fungsional yang lebih praktis dalam penyediaan. Formulasi rumput laut dan beras coklat didalam proses pembuatan puding instan tentunya akan berpengaruh terhadap karakteristik kimia dan sensoris puding. Mengingat karakteristik kedua bahan tersebut tidak sama. Salah satu parameter mutu puding instan adalah kadar air. Standar Nasional Indonesia (SNI) menetapkan kadar air puding maksimal 35% (BSN,2009).

Kadar air yang rendah pada puding instan akan membuat puding instan mempunyai umur simpan yang lebih lama (Fransiska, 2014). Kadar air dari puding instan belum dicantumkan pada SNI sehingga kadar air puding instan hanya mengacu pada produk yang sudah dipasarkan yaitu 1,89%-2,25% (Naligar, 2019). Penambahan tepung rumput laut berpengaruh pada tingginya kadar air pada puding, dari hasil penelitian tersebut telah di sebutkan oleh Jumri *et al*, (2012) bahwa bahan baku, bahan pengikat yang digunakan serta proses pemasakan mempengaruhi kadar air pada suatu produk. Kadar air pada puding sangat berpengaruh terhadap mutu puding, karena jika kadar air puding terlalu tinggi akan menyebabkan puding instan tidak tahan lama dan sangat rentan terhadap mikroba, sehingga beras coklat dibuat menjadi tepung agar kadar air dalam beras coklat dapat berkurang dan dapat memperpanjang masa simpan. Beras coklat sangat baik bagi tubuh, sebab beras coklat memiliki kulit ari yang mempunyai kandungan gizi dan zat bioaktif yang cukup tinggi (Munarko, 2019). Beras coklat juga memiliki kandungan antioksidan sebesar $68,0 \pm 4.0$ mg/g dalam 100 mg/g, dan beras coklat memiliki kandungan serat yang mempunyai keunggulan antara lain dapat menurunkan kadar kolesterol dan lemak darah (Zakaria, 2013). Beras coklat dan rumput laut sangat berpotensi sebagai alternatif pangan sehat. Penelitian pembuatan puding yang diformulasi dengan beras coklat belum pernah dilakukan, sehingga dilakukan penelitian dengan penmabahkan tepung beras coklat untuk mengetahui kadar serat, kadar air dan sifat sensoris puding, mengingat masing-masing bahan mempunyai karakteristik yang berbeda.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat dirumuskan yaitu bagaimana pengaruh kadar serat, kadar air dan sifat sensoris pada puding instan formulasi tepung rumput laut dan tepung beras coklat ?

C. Tujuan

a. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh formulasi tepung beras coklat dan tepung rumput laut terhadap kadar serat, kadar air dan sifat sensoris puding instan.

b. Tujuan Khusus

1. Mengetahui sifat kimia yaitu kadar serat dan kadar air puding instan dari formulasi tepung rumput laut dan tepung beras coklat
2. Mengetahui sifat sensoris yaitu warna, aroma, tekstur dan rasa puding instan dari formulasi tepung rumput laut dan tepung beras coklat
3. Mengetahui formulasi terbaik pada puding instan dari formulasi tepung rumput laut dan tepung beras coklat.

D. Hipotesis

Ada pengaruh formulasi tepung rumput laut dan tepung beras coklat terhadap kadar serat, kadar air dan sifat sensoris puding instan.

E. Manfaat

a. Bagi Masyarakat

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini yaitu agar masyarakat tahu mengenai informasi tentang karakteristik puding dari formulasi tepung rumput laut dan tepung beras coklat.

b. Bagi IPTEKS

Memberikan informasi dan pengetahuan mengenai kadar serat, kadar air, dan sensoris pada puding instan dari formulasi tepung rumput laut dan beras coklat.