

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Latar belakang penelitian ini adalah pola diet vegetarian khususnya *lacto vegetarian* yang membutuhkan variasi makanan baru, kaya nutrisi tetapi bukan dari sumber hewani. Seseorang menjalani diet vegetarian dapat karena faktor ajaran agama, kesehatan, rasa sayang pada binatang dan pelestarian lingkungan serta alasan kesehatan. *Trend healthy food* merupakan alasan paling mengemuka dan kesadaran masyarakat terhadap penyakit yang disebabkan pola makan yang kurang sehat. Menjalani pola makan sehat merupakan cara termudah untuk menjaga kebugaran badan dan mencegah tubuh terserang dari penyakit. Menjaga asupan makanan dan melakukan aktivitas fisik merupakan pondasi untuk memiliki tubuh yang sehat. Tidak jarang sekarang ini, banyak penyakit yang datang menyerang diusia yang masih produktif seperti gangguan pencernaan, kolesterol, diabetes, ataupun obesitas. Semua disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat, utamanya dari pola makan yang tidak teratur.

Makanan cepat saji banyak digemari masyarakat Indonesia untuk memenuhi kebutuhan makan sehari-hari. Tingkat kesibukan masyarakat yang tinggi dan terbatasnya waktu istirahat membuat pemilihan makanan siap saji atau *fast food* menjadi banyak diminati karena alasan kecepatan dalam penyajian. Gaya hidup masyarakat yang semuanya menginginkan serba instan, cepat dan praktis ini terkadang tanpa memperhatikan tingkat kesehatan dan nilai gizi dari makanan tersebut. Makanan cepat saji umumnya mengandung lemak, kolesterol, garam dan energi yang tinggi. Kandungan gizi yang tidak seimbang ini bila terlanjur menjadi pola makan, akan berdampak negatif pada kesehatan. Frekuensi konsumsi makanan cepat saji meningkatkan risiko pada berdampak negatif pada kesehatan dan masalah kesehatan (Nusa & Adi, 2013).

Nugget merupakan salah satu bentuk produk olahan restrukturisasi dengan bahan baku daging lumat yang dicampur dengan bahan pengikat, diberi bumbu, kemudian dicetak, dikukus, dipotong dan digoreng setengah matang lalu dibekukan untuk mempertahankan mutunya selama penyimpanan (Putri, 2015). Bahan utama pembuatan *nugget* biasanya berasal dari bahan pangan hewani yaitu daging ayam, daging sapi, atau ikan. Selain terbuat dari daging dan ikan, *nugget* juga dapat dibuat dari sayuran (nabati). Pengolahan sayur menjadi olahan *nugget* dapat meningkatkan minat konsumen yang tidak menyukai sayur dan menambah nilai gizi produk karena terdapat kandungan vitamin, mineral, dan serat (Triadhi, 2018). Disamping itu, *nugget* yang terbuat dari bahan sayuran dapat menjadi pilihan tersendiri untuk para konsumen vegetarian, yaitu mereka yang tidak mengonsumsi produk hewani serta produk olahannya. Kualitas *nugget* ditentukan oleh kemampuannya membentuk matriks protein atau kemampuan mengikat antara partikel daging dan bahan-bahan lain yang ditambahkan sehingga menghasilkan tekstur yang kompak dan tidak mudah pecah (Putra, 2015). Yuliana(2013) mengatakan bahwa saat ini *nugget* banyak divariasikan dengan berbagai campuran bahan pangan nabati atau hanya menggunakan bahan pangan nabati sebagai bahan utama *nugget*, seperti *nugget* tahu, *nugget* tempe, *nugget* jamur, dan sebagainya.

Jamur tiram mengandung kalori 35 kkal/100 g (Nirmalia, Ninik Rustani,2011). Jamur tiram memiliki kandungan protein sebesar 13,8 g/100 g, kadar serat 3,5 g, lemak 1,41 g, karbohidrat 61,7 g serta mengandung Vitamin B1 0,12 g, vitamin B2 0,64 mg, vitamin C 5 mg serta mineral kalsium 32,9 mg dan zat besi 4,1 mg (Warisno dan Dahana, 2010). Jamur juga tidak hanya mengandung serat maupun zat gizi lain tetapi juga memiliki sifat sebagai antimikroba dan antioksidan (Saskiawan dan Hasanah, 2015). Modifikasi *nugget* berbahan baku jamur tiram maupun tempe dapat menjadi produk olahan yang banyak mengandung protein atau vitamin. Tempe merupakan produk fermentasi kedelai oleh jamur *Rhizopus orizae*. Tempe kaya akan serat pangan, kalsium, vitamin B12 dan zat besi (Hidayat et al.,2006). Penelitian Asyafullah (2015) menunjukkan bahwa tepung tempe memiliki kadar protein tinggi yaitu 51,73% (b/b) dibandingkan dengan tepung kedelai yang direbus hanya 51,06% (b/b). Salah satu bahan pengikat dan pengisi

yang baik ialah tepung terigu dan tepung tempe, pembuatan *nugget* jamur tiram dengan penambahan tepung tempe akan membuat daya ikat dari bahan pengisi berbeda dibandingkan dengan bahan utama daging dan tanpa adanya penambahan tepung tempe. Salah satu bahan pengikat dan pengisi yang baik ialah tepung terigu dan tepung tempe. Penambah rasa alami yang bergizi dikembangkan menggunakan jamur, tomat, kentang, bawang putih dan bubuk garam (Widya, 2015).

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang penelitian di atas yaitu:

1. Apakah formulasi tepung tempe dan tepung terigu berpengaruh pada sifat kimia *nugget* jamur tiram putih?
2. Apakah formulasi tepung tempe dan tepung terigu berpengaruh pada sifat organoleptik *nugget* jamur tiram putih?

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang ada, batasan masalah dari penelitian ini yaitu:

1. Bahan baku yaitu jamur tiram putih diperoleh di Pasar Gamping di kabupaten Bantul.
2. Bahan baku yaitu tempe kedelai putih diperoleh di Pasar Gamping di kabupaten Bantul.
3. Bahan baku yaitu tepung terigu segitiga biru diperoleh di Pasar Gamping di kabupaten Bantul.
4. Sifat kimia yang diuji yaitu kadar air, kadar lemak, kadar abu, kadar protein, kadar karohidrat.
5. Sifat Organoleptik yang diuji yaitu uji sensoris dan tingkat kesukaan.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui pengaruh formulasi tepung tempe dan tepung terigu terhadap sifat kimia *nugget* jamur tiram.
2. Mengetahui pengaruh formulasi tepung tempe dan tepung terigu terhadap sifat organoleptik *nugget* jamur tiram.

1.5 Manfaat Penilaian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan minat anak – anak terhadap sayuran sehingga anak – anak memiliki gizi seimbang dan terhindar dari resiko obesitas,dan menjadi alternatif makanan *nugget* yang terbuat dari daging sehingga orang yang tidak mengkonsumsi daging dapat mengkonsumsi *nugget* dari bahan lain seperti terbuat dari jamur tiram putih ,dan juga mensejahterakan petani jamur tiram karena semakin tinggi minat masyarakat terhadap jamur tiram putih maka semakin tinggi juga nilai jual dari jamur tiram.