

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Produksi pepaya di Indonesia cenderung meningkat dari tahun ke tahun hingga mencapai 643.451 ton pada tahun 2006 (Deptan,2009), laju peningkatan sekitar 14% dari produksi tahun sebelumnya yang hanya mencapai 548.651 ton. Pemanfaatan buah pepaya ini belum maksimal, karena selama ini buah pepaya hanya dikonsumsi sebagai buah segar atau sebagai penambahan dalam jus atau selai.

Pepaya dikenal oleh sebagian masyarakat Indonesia sebagai bahan pangan yang dapat membantu mengatasi konstipasi karena pepaya mengandung komponen yang bersifat laksatif, untuk menstimulasi aksi usus dalam mengeluarkan kotoran dari tubuh, yaitu serat pangan. Ada 2 jenis serat yaitu serat pangan dan serat kasar. Serat pangan adalah bagian dari makanan yang tidak dapat dicerna oleh enzim manusia, sehingga tidak digolongkan sebagai sumber zat gizi. Serat pangan sering dibedakan atas kelarutannya dalam air. Serat pangan total (TDF atau *Total Dietary Fiber*) terdiri dari komponen serat makanan larut air (*Soluble Dietary Fiber* atau SDF) dan serat makanan yang tidak larut air (*Insoluble Dietary Fiber* atau IDF). Serat kasar merupakan serat tumbuhan yang tidak larut dalam air (Yuliani *et al.*, 2010).

Jumlah serat makanan yang harus dikonsumsi oleh orang dewasa adalah 20-35 gram/hari atau 10-15 gram/1000 kkal menu. Hasil dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa serat mempunyai efek yang berperan dalam pencegahan dan penatalaksanaan beberapa penyakit, misalnya konstipasi atau susah buang

air besar dan kanker kolon. Prevalensi kanker kolon menduduki peringkat tiga tertinggi, yaitu sebanyak 9,8%. Salah satu penelitian yang dilakukan di Jakarta pada tahun 2011, menyatakan bahwa prevalensi konstipasi pada wanita usia 18–55 tahun mencapai 81% sehingga dapat dikatakan bahwa prevalensinya sangat tinggi (Bardosono *et al.*, 2011).

Konsumsi sayur dan buah di Indonesia masih sangat kurang dari Angka Kecukupan Gizi (AKG), yaitu minimal 25 gram serat per hari. Menurut Balitbangkes (2008) pada data Riskesdas 2007 menunjukkan bahwa prevalensi nasional kurangnya konsumsi sayur dan buah pada penduduk usia >10 tahun mencapai angka 93,6%. Dalam 100 gram buah pepaya mengandung serat sebanyak 1,8 gram yang dapat memenuhi 7% dari angka kecukupan yang dianjurkan per hari, (DKBM, 2005), hal tersebut merupakan peluang yang sangat potensial bagi pengembangan dalam bidang pangan dan gizi yaitu substitusi pangan yang memanfaatkan pepaya untuk menghasilkan produk olahan yang berkualitas cukup tinggi bagi jenis makanan yang banyak digemari oleh masyarakat luas.

Salah satu jenis makanan yang banyak digemari oleh masyarakat adalah mie. Ada banyak jenis – jenis mie yaitu mie basah, mie kering dan mie instant. Mie yang akan dibuat dalam penelitian ini adalah mie basah. Mie basah merupakan salah satu bahan pangan yang cukup potensial sebagai pengganti sumber karbohidrat, namun rendah akan kandungan serat yaitu hanya 0,4 g per 100 g bahan (DKBM, 2005). Prevalensi konsumsi mie menurut hasil survey Susenas tahun 2004 sebagai salah satu pangan sumber karbohidrat selain nasi sekitar 29,4%. Angka tersebut cukup tinggi jika dibandingkan dengan sumber

karbohidrat lain seperti umbi-umbian dan jagung yang hanya mencapai 17,8% dan 3,2%.

Adanya potensi dari kedua bahan tersebut, timbullah upaya untuk mensubstitusikan pepaya ke dalam mie, karena mie merupakan salah satu produk makanan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendorong substitusi pangan dalam upaya pemenuhan kebutuhan serat pangan yang saat ini konsumsinya masih rendah di Indonesia, sehingga dapat membantu menurunkan prevalensi konstipasi dan kanker kolon.

1.2 Rumusan Masalah

- 1.2.1 Apakah substitusi tepung pepaya dalam pembuatan mie basah dapat meningkatkan serat kasar mie basah?
- 1.2.2 Apakah substitusi tepung pepaya dalam pembuatan mie basah dapat memenuhi daya putus mie basah?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

- 1.3.1.1 Menganalisis kandungan serat kasar dan daya putus mie basah yang disubstitusi dengan tepung pepaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Menganalisis dan memperoleh komposisi substitusi tepung pepaya yang paling baik dalam hal peningkatan kandungan serat kasar mie basah.
- 1.3.2.2 Menganalisis dan memperoleh komposisi substitusi tepung pepaya yang paling baik dalam hal pemenuhan daya putus produk mie basah.

1.3.2.3 Memperoleh taraf perlakuan terbaik substitusi tepung pepaya dalam hal peningkatan kadar serat kasar dan pemenuhan daya putus produk mie basah.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

Dapat memberikan informasi yang berkaitan dengan diversifikasi pangan dan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya mengenai pengaruh substitusi tepung pepaya pada pembuatan mie basah terhadap mutu mie basah, khususnya mutu organoleptik dan mutu mikrobiologi yang belum diteliti pada penelitian ini.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai usaha diversifikasi pangan dalam upaya pemenuhan kebutuhan serat pangan yang saat ini konsumsinya masih rendah di Indonesia, sehingga dapat membantu menurunkan prevalensi konstipasi dan mencegah penyakit yang berhubungan dengan saluran pencernaan salah satunya adalah kanker kolon.