

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pangan merupakan kebutuhan dasar yang sangat penting bagi kehidupan setiap insan baik secara fisiologis, psikologis, sosial maupun antropologis. Pangan selalu terkait dengan upaya manusia untuk mempertahankan hidupnya. Keamanan pangan merupakan masalah kompleks sebagai hasil status gizi. Hal ini saling berkaitan, dimana pangan yang tidak aman akan mempengaruhi kesehatan manusia yang pada akhirnya menimbulkan masalah terhadap status gizi (Soewarno, 2001). Dalam mengkonsumsi pangan, harus memperhatikan kandungan gizi yang terdapat dalam makanan yang dikonsumsi serta memperhatikan proses pengolahan makanan agar kandungan gizinya tidak hilang pada saat pengolahan. Pangan yang aman adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati yang memiliki elemen yang terdapat dalam makanan dan dapat dimanfaatkan secara langsung oleh tubuh kita seperti halnya karbohidrat, protein, lemak dan vitamin.

Di kehidupan sehari-hari kita selalu melakukan aktifitas misalnya berjalan, bekerja, olahraga dan sebagainya. Sedangkan untuk melakukan aktifitas tersebut kita memerlukan energi (Poedjiadi, 1994). Karbohidrat memegang peranan penting dalam alam karena merupakan sumber energi utama bagi manusia. Sumber karbohidrat berasal dari padi-padian atau sereal, umbi-umbian, kacang-kacangan kering dan gula (Almatsier, 2003).

Sayur umbi-umbian relatif lebih banyak mengandung karbohidrat daripada sayur daun-daunan. Kentang merupakan sumber karbohidrat yang berasal dari umbi-umbian. Kentang dipakai sebagai makanan pokok diberbagai negara, juga Indonesia. Kandungan karbohidrat pada kentang mencapai sekitar 18%, protein 2,4% dan lemak 0,1 persen, total energi yang diperoleh 100 gr kentang adalah sekitar 80 kkal (Dinar, 2010).

Selain dari gizinya yang sangat banyak, kentang juga mempunyai rasa yang enak sehingga banyak disukai oleh masyarakat. Selain itu kentang mudah di dapatkan dengan harga yang relatif murah sehingga terjangkau oleh masyarakat. Pada umumnya masyarakat sering mengkonsumsi kentang dengan berbagai olahan, seperti dikukus, digoreng, atau dibuat jajanan yang tahan lama.

Dalam proses pengolahannya masyarakat tidak memperhatikan cara pengolahannya serta suhu yang di gunakan dalam proses pengolahan tersebut. Penanganan bahan pangan sering menyebabkan terjadinya perubahan nilai gizinya, yang sebagian besar tidak diinginkan (Palupi, 2007)

Proses pengolahan, biasanya dilakukan dengan penggorengan dan pengukusan. Bahan pangan yang digoreng terlalu lama akan menyebabkan terjadinya perubahan sifat fisik kimia pada bahan pangan dan minyak goreng, (Palupi, 2007). Kandungan karbohidrat pada kentang dapat menurun karena terjadinya proses gelatinisasi yang tidak sempurna yang dapat menghambat penyerapan karbohidrat pati pada kentang . Sedangkan proses pengolahan bahan pangan yang dikukus akan menaikkan kandungan karbohidrat karena mengalami proses gelatinisasi yang sempurna yang dapat mempercepat penyerapan

karbohidrat pati kentang dan meningkatkan daya cerna bahan pangan sehingga meningkatkan zat-zat gizi yang terkandung di dalamnya (Winarno, 2004)

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk membandingkan kadar karbohidrat pada kentang yang diolah dengan cara pengukusan dan penggorengan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Apakah ada perbedaan kadar karbohidrat pada kentang yang diolah dengan cara pengukusan dan penggorengan ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum :

Menentukan kadar karbohidrat pada kentang yang di olah dengan cara pengukusan dan kadar karbohidrat pada kentang yang di olah dengan cara penggorengan.

1.3.2 Tujuan Khusus :

Membandingkan kadar karbohidrat pada kentang yang di olah dengan cara pengukusan dan penggorengan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Mengaplikasikan ilmu laboratorium dalam kehidupan sehari-hari yang berhubungan dengan pemeriksaan kimia makanan terutama pemeriksaan kadar karbohidrat pada makanan.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Menginformasikan pada masyarakat bahwa proses pengolahan kentang harus memperhatikan cara pengolahan agar kandungan karbohidrat pada kentang tidak hilang atau berkurang.

1.4.3 Bagi Produsen

Sebagai bahan informasi tentang proses pengolahan bagi penjual kentang kukus maupun kentang goreng agar sesuai dengan cara pengolahan makanan yang baik.