

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Otak-otak merupakan makanan tradisional yang terbuat dari ikan dan rempah-rempah, telah lama juga sudah menjadi makanan favorit masyarakat Indonesia. Namun dengan berkembangnya zaman dan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya variasi kuliner yang lebih sehat dan bergizi, kebutuhan untuk berinovasi dalam pembuatan otak-otak semakin mendesak. Salah satu inovasi yang menarik adalah penggunaan ubi sebagai bahan dasar sebagai bahan dasar pengganti tepung tapioka.

Selain itu ubi jalar mengandung banyak kalsium, yang diperlukan untuk pertumbuhan tulang dan gigi. Karbohidrat ubi jalar memiliki indeks glikemik rendah (LGI,54), sehingga sangat baik untuk penderita diabetes karena tidak meningkatkan gula darah secara signifikan, berbeda dengan karbohidrat dengan indeks glikemik tinggi seperti beras dan jagung. Sebagian besar serat ubi jalar adalah serat larut, yang membantu menyerap lemak dan kolesterol yang berlebihan dalam darah dan menjaga tingkat kolesterol dan lemak yang terkendali. Sekarang, serat oligosakarida alami ubi jalar adalah komoditas penting untuk memperkaya produk pangan olahan, seperti susu. Oligosakarida membantu buang angin dan mencegah sembelit. Meskipun demikian, dapat menyebabkan kembung.

Menurut Ayeleso et al. (2016) jalar adalah produk pertanian kedua yang banyak diproduksi di Lampung, sehingga mudah didapatkan di pasar-pasar. Selaian ubi yang memiliki daging berwarna putih varian ubi jalar juga ada yang berwarna kuning dan ungu, yang memiliki khasiat kesehatan seperti anti cancer dan antioksidan. Inovasi ini tidak hanya memberikan alternatif bagi mereka yang mengurangi kadar gula, tetapi juga meningkatkan nilai gizi pada makanan tersebut. Menurut Ginting et al. (2014) menyatakan ubi jalar kuning merupakan jenis umbi-umbian yang memiliki daging berwarna kuning selain itu juga ubi jalar kuning memiliki kandungan betakaroten, antioksidan, dan anthocyanin yang bermanfaat bagi kesehatan. Betakaroten yang terkandung dalam ubi jalar kuning dapat mengurangi 40% upaya terkena penyakit jantung, memberi proteksi terhadap pencegahan kanker, penuaan dini, stroke, katarak dan gangguan pada otot. Dengan menggunakan ubi, tekstur otak-otak menjadi lebih lembut namun tetap gurih, menarik konsumen yang menginginkan makanan sehat namun lezat.

Selain manfaat kesehatan, penggunaan ubi sebagai bahan baku juga dapat mendukung perekonomian lokal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Putri et al. (2023). Ubi jalar merupakan salah satu produk yang berpotensi karena nilai ekonominya tinggi dan dilihat dari sisi lainnya memiliki banyak keunggulan. Imelda & Purwandani (2017) menyatakan saat ini bahan pangan tidak hanya digunakan untuk memenuhi kebutuhan dasar tubuh, seperti lapar dan asupan zat gizi, tetapi juga digunakan untuk memenuhi kebutuhan sekunder, seperti rasa, tersier, seperti melakukan fungsi fisiologis tertentu bagi tubuh.

Menurut Isma et al. (2023) Ubi jalar dapat digunakan sebagai bahan dasar berbagai jenis produk. Inovasi otak-otak berbahan ubi jalar merupakan upaya kreatif untuk menciptakan variasi makanan tradisional yang lebih sehat dan bernutrisi. Penggantian tepung dengan ubi jalar dalam pembuatan otak-otak menawarkan sejumlah manfaat kesehatan yang signifikan. Terlalu banyak mengonsumsi tepung dalam makanan sehari-hari tidak baik bagi tubuh kita. Konsumsi berlebihan olahan makanan dari tepung dapat menyebabkan kenaikan berat badan, mengingat tepung seringkali memiliki kandungan kalori yang tinggi.

Selain itu, makanan berbasis tepung cenderung memiliki indeks glikemik yang tinggi, yang dapat memicu lonjakan gula darah yang drastis. Hal ini, dalam jangka panjang, dapat meningkatkan risiko penyakit metabolik seperti diabetes tipe 2. Penggunaan ubi jalar sebagai pengganti tepung dalam pembuatan otak-otak memberikan alternatif yang lebih sehat karena ubi jalar mengandung karbohidrat dengan indeks glikemik rendah, yang memberikan energi yang lebih stabil dan membantu mengontrol gula darah. Selain itu, ubi jalar kaya akan serat yang membantu pencernaan dan membuat anda merasa kenyang lebih lama, yang dapat membantu mengontrol berat badan.

Ubi jalar juga kaya akan vitamin dan mineral, termasuk beta-karoten, yang berfungsi sebagai antioksidan dan mendukung kesehatan mata serta sistem kekebalan tubuh. Dengan mengadopsi inovasi ini, otak-otak tidak hanya menjadi lebih sehat tetapi juga tetap lezat dan dapat dinikmati oleh berbagai kalangan, termasuk mereka yang ingin menjaga pola makan sehat. Inovasi otak-otak berbahan ubi jalar juga mendukung diversifikasi pangan dan dapat menjadi langkah positif dalam mempromosikan bahan-bahan lokal yang lebih sehat dan bergizi tinggi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah yang diangkat dari masalah ini adalah:

- 1) Apa dampak dari inovasi ini terhadap promosi bahan pangan local dan pola makan sehat di kalangan konsumen ?
- 2) Bagaimana strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran dan penerimaan konsumen terhadap otak-otak berbahan ubi jalar ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penulis mengangkat judul Inovasi otak-otak berbahan dasar ubi adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk mengetahui bagaimana substitusi tepung menjadi ubi jalar dapat meningkatkan nilai gizi pada makanan otak-otak.
- 2) Mendorong pemanfaatan bahan pangan lokal yang lebih bergizi dan ramah lingkungan melalui inovasi otak-otak.

1.4 Kegunaan Penelitian

Kegunaan dari penelitian jika tercapai, hasil penelitian akan memiliki manfaat teoritis dan praktis.

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Inovasi otak-otak berbahan dasar ubi menawarkan manfaat signifikan dalam diversifikasi sumber pangan dengan memanfaatkan bahan lokal yang sering dianggap remeh. Ini meningkatkan nilai gizi produk dengan karbohidrat kompleks dan vitamin, mendukung keberlanjutan lingkungan karena ubi tumbuh dengan cepat di berbagai kondisi, serta mendorong pengembangan ekonomi lokal dengan membuka peluang bagi petani ubi. Selain itu, inovasi ini dapat menjadi studi kasus berharga dalam teknologi pangan dan membantu mengatasi masalah ketahanan pangan global dengan menyediakan alternatif yang lebih terjangkau dan bergizi.

1.4.2 Kegunaan Praktis

Inovasi otak-otak berbahan dasar ubi memiliki implikasi praktis yang luas di berbagai bidang, seperti alternatif pangan sehat, inovasi kuliner, pemberdayaan ekonomi local, keberlanjutan dan pengurangan limbah, Pendidikan kuliner. Secara keseluruhan, inovasi otak-otak berbahan dasar ubi menawarkan manfaat yang luas dalam hal Kesehatan, ekonomi, keberlanjutan, dan edukasi, menjadikannya pilihan berharga untuk berbagai kepentingan dan kebutuhan.