

BAB I

PENDAHULUAN

Beras merupakan makanan pokok masyarakat Indonesia, terutama masyarakat yang hidup di wilayah Indonesia Barat dan Tengah. Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional pada tahun 2012 menunjukkan bahwa konsumsi beras rata-rata per kapita di Indonesia sebanyak 1,673 kg per minggu (Subdirektorat Statistik Perdagangan Dalam Negeri, 2015). Problematika ketergantungan masyarakat terhadap beras, yang kemudian diolah menjadi nasi, sulit untuk diselesaikan bahkan dengan hadirnya jenis pangan lain seperti mie yang cukup disukai, namun keberadaannya tetap tidak dapat menggantikan kedudukan nasi pada pola makan masyarakat. Beberapa orang tetap mengonsumsi nasi dengan mie sebagai lauknya, walaupun keduanya merupakan sumber karbohidrat. Nasi menjadi pangan yang tidak dapat dipisahkan dari pola hidup masyarakat Indonesia.

Indonesia merupakan negara yang terletak pada pertemuan dua lempeng pegunungan dunia sehingga risiko terjadinya bencana alam di Indonesia tergolong cukup tinggi. Terjadinya bencana dapat memutus jalur distribusi berbagai kebutuhan primer masyarakat, terutama pangan. Keberadaan pangan darurat yang sesuai dengan selera dan kebiasaan masyarakat menjadi sangat penting untuk menjaga kesehatan masyarakat korban bencana atau masyarakat yang sedang dalam kondisi tidak normal. Sebagian besar pangan darurat berjenis *foodbar* dan kue kering, sementara masyarakat Indonesia tidak terbiasa mengonsumsi kedua jenis pangan tersebut dalam jumlah yang banyak. Kebutuhan gizi harian

masyarakat tersebut tidak dapat dipenuhi dengan hanya mengonsumsi sedikit makanan yang tidak biasa mereka konsumsi sebagai makanan pokok. Nasi instan dengan penambahan sari kedelai dan kaldu ayam diharapkan dapat menjadi pangan darurat yang mampu memenuhi selera dan kebutuhan gizi masyarakat. Nasi instan sebagai makanan pokok dapat dikombinasikan dengan lauk instan lain yang sudah banyak didistribusikan secara luas seperti sosis dan abon. Selain sebagai pangan darurat, nasi instan juga dapat dikonsumsi oleh masyarakat perkotaan yang sibuk dan tidak memiliki banyak waktu untuk makan.

Nasi instan merupakan nasi yang dapat langsung dikonsumsi setelah diseduh dengan air panas selama beberapa menit. Karakteristik nasi instan yang baik ialah praktis, memiliki waktu rehidrasi yang singkat dan memiliki tekstur serta mutu hedonik yang sesuai dengan selera masyarakat. Penelitian terdahulu mengenai nasi instan menunjukkan bahwa waktu rehidrasi terbaik yang diperoleh adalah 4 menit dengan rendemen 80% untuk nasi instan dengan perlakuan perendaman di dalam Natrium Sitrat 5% selama 2 jam dan dimasak dengan *rice cooker* (Luna *et al.*, 2015). Penelitian sebelumnya mengenai penambahan sari kedelai pada nasi instan dapat menghasilkan nasi instan dengan kadar protein yang cukup tinggi yaitu 9,18% namun masih memiliki kadar lemak yang rendah (1,1%) dan mutu hedonik rasa, aroma dan kerenyahan yang netral (Pamungkas *et al.*, 2013). Penambahan sari kedelai dapat meningkatkan kadar protein nasi instan seperti yang terdapat pada penelitian sebelumnya, sementara penambahan kaldu ayam diharapkan dapat meningkatkan kadar lemak nasi instan. Selain untuk menambah kandungan lemak pada nasi instan yang dihasilkan, penambahan kaldu

juga dapat meningkatkan cita rasa nasi instan karena lemak berperan dalam penambahan kalori serta perbaikan tekstur dan cita rasa bahan pangan (Winarno, 2003).

Penelitian ini bertujuan untuk menguji potensi nasi instan sebagai pangan darurat dan menguji pengaruh perbedaan rasio penambahan sari kedelai dan kaldu ayam terhadap densitas kamba, rasio dan waktu rehidrasi, kadar protein dan lemak serta mutu hedonik nasi instan. Manfaat dari penelitian ini adalah memberikan informasi sejauh mana potensi nasi instan untuk dikembangkan sebagai pangan darurat. Informasi mengenai pengaruh rasio penambahan sari kedelai dan kaldu ayam terhadap densitas kamba, rasio dan waktu rehidrasi, kadar protein dan lemak serta mutu hedonik nasi instan juga dapat diketahui dari penelitian ini.