

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Beras adalah salah satu sumber makanan pokok yang biasa dikonsumsi masyarakat, khususnya masyarakat Indonesia. Beras mengandung protein, vitamin (terutama pada bagian aleuron), mineral, air, dan karbohidrat. Beras yang diolah menjadi nasi merupakan makanan pokok masyarakat Indonesia karena sumber karbohidratnya yang sangat tinggi sekitar 80-85%. Pengolahan nasi tergantung pada kondisi beras sebagai bahan utamanya, dan teknik olah yang digunakan antara lain adalah di masak dengan lemak, digoreng dengan sedikit minyak, ditim, dan direbus. Beberapa contoh olahan beras sebagai makanan pokok adalah nasi tim, lontong, nasi uduk, dan nasi goreng. Nasi goreng menjadi primadona dikalangan umum karena praktis pengolahannya dan banyak varian yang dapat disajikan dari menu nasi goreng. Nasi goreng adalah nasi yang diolah dengan teknik digoreng disertai tambahan bumbu-bumbu dapur seperti bawang merah dan bawang putih. Kandungan gizi dalam nasi goreng yang biasa dikonsumsi biasanya didominasi oleh karbohidrat dan lemak, sehingga nasi goreng ini seringkali di jauhi oleh konsumen yang sedang diet. Selain itu, apabila nasi goreng dikonsumsi terlalu banyak tanpa tambahan lauk yang mengandung vitamin, akan membuat kelebihan berat badan karena karbohidrat dan lemak yang tinggi tidak baik untuk tubuh jika tidak diimbangi dengan kandungan gizi lainnya. Umumnya minyak goreng yang digunakan berasal dari minyak sawit (*Crude Palm Oil*). Namun selain itu, masih terdapat jenis minyak goreng sawit yang jarang digunakan sebagai produk pangan

namun memiliki nilai kandungan gizi yang tinggi seperti minyak sawit merah (*Red palm oil/RPO*).

Minyak sawit merah (MSM) adalah fraksi olein dari pemurnian minyak sawit kasar (*Crude Palm Oil/CPO*) yang masih mengandung karotenoid dengan total karoten 550 mg/kg, diantaranya dengan β -karoten 70%. RPO dapat digunakan untuk mencegah/mengurangi masalah kekurangan vitamin A. Maka dari itu RPO dapat ditambahkan diberbagai macam makanan. Pada penelitian Marliyati dkk (2010) penambahan 75 % (7,5 gram) minyak sawit merah pada pembuatan produk mi instan dapat memenuhi kebutuhan vitamin A pada balita per hari. Kekurangan vitamin A disebabkan konsumsi vitamin A atau provitamin A dalam jumlah rendah, gangguan proses penyerapan dalam usus. Kasus ini masih menjadi masalah yang kompleks di negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Kekurangan vitamin A (KVA) umumnya diderita oleh balita, anak-anak, ibu hamil dan menyusui. Kekurangan vitamin A dapat diatasi dengan pemberian vitamin A dosis tinggi, tetapi membutuhkan biaya yang cukup mahal, maka diperlukan pemberian vitamin A dalam bentuk lain yaitu provitamin A (karotenoid). Oleh karena itu, pemanfaatan minyak sawit merah ini sangat cocok digunakan untuk memenuhi kebutuhan provitamin A pada tubuh. Namun, minyak sawit merah tidak dianjurkan untuk minyak goreng, karena karotenoid yang terkandung di dalamnya akan rusak pada suhu penggorengan. Minyak sawit merah lebih dianjurkan sebagai minyak makan untuk menumis, minyak salad, dan bahan fortifikan pada produk pangan berlemak. Salah satunya untuk menumis bumbu nasi goreng yang dapat

digunakan sebagai bumbu praktis dan ekonomis dengan daya tahan simpan yang lebih lama atau umumnya disebut *seasoning*.

Seasoning atau bahan penyedap adalah penguat rasa yang berfungsi untuk menambah rasa nikmat dan menekan rasa yang tidak diinginkan pada suatu bahan makanan. Cita rasa sebaiknya dihasilkan oleh bumbu masak (*seasoning*) yang berbahan dasar bahan-bahan yang alami, karena cita rasa gurih juga dapat diperoleh melalui hidrolisis protein hewani maupun nabati sehingga perlu alternatif lain pengganti penyedap buatan yang dapat dikembangkan agar dapat mengurangi resiko yang ditimbulkan. Penggunaan penyedap rasa yang tinggi oleh masyarakat, maka dari itu pada penelitian ini membuat formulasi *seasoning* yang aman bagi tubuh dengan memanfaatkan minyak sawit merah yang tinggi provitamin sehingga bermanfaat bagi tubuh,

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang Formulasi *Seasoning* Nasi Goreng Diperkaya dengan Minyak Sawit Merah diatas, didapat identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh minyak sawit merah (RPO) terhadap sifat kimia, fisik dan organoleptik nasi goreng?
2. Berapa persentase jumlah minyak sawit merah (RPO) yang menghasilkan nasi goreng yang disukai konsumen?

C. Tujuan

Adapun tujuan penelitian Formulasi *Seasoning* Nasi Goreng Diperkaya dengan Minyak Sawit Merah adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui pengaruh minyak sawit merah (RPO) terhadap sifat kimia, fisik dan organoleptik nasi goreng.
2. Menentukan persentase jumlah minyak sawit merah (RPO) yang menghasilkan nasi goreng yang disukai konsumen.

D. Manfaat

Adapun manfaat dari penelitian ini secara umum diharapkan berhasil membuat *seasoning* nasi goreng dengan penambahan minyak sawit merah yang memiliki mutu baik sesuai dengan SNI.