

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Mi merupakan salah satu jenis makanan yang banyak digemari masyarakat Indonesia mulai golongan anak-anak sampai orang dewasa bahkan orang tua. Harga mi yang murah membuat makanan ini laris manis. Selain itu mi menjadi salah satu makanan yang rasanya enak dan praktis sehingga mulai menggeser posisi beras sebagai makanan pokok. Kandungan karbohidrat pada mi yang menggunakan tepung terigu cukup tinggi yaitu 82,1 gram per 100 gram membuat orang yang makan akan merasa kenyang (Estiasih dan Jatmiko 2014).

Sejarah mi menunjukkan bahwa negara China adalah negara yang pertama kali membuat mi, yakni pada jaman Dinasti Han. Dari negara China inilah mi mulai menyebar ke Jepang, Korea, Taiwan dan negara-negara di Asia bahkan sampai benua Eropa dan juga Amerika. Hal inilah yang menjadikan mi salah satu makan yang terkenal di dunia. Indonesia merupakan negara kedua untuk konsumsi mi per kapita setelah korea, yaitu 51,9 sajian per kapita (WINA 2015).

Bahan baku pembuatan mi adalah tepung terigu yang bahan utamanya adalah gandum. Indonesia adalah negara yang mengimpor gandum nomor tiga di dunia (Elshinta 2016). Rata-rata volume impor gandum Indonesia adalah diatas 5 juta ton dalam 1 tahun. Apabila harga gandum dunia naik maka akan mengakibatkan harga tepung terigu naik juga yang berimbas pada harga bahan-bahan yang menggunakan terigu, salah satunya adalah mi. Pada tahun 2016 data impor tepung terigu mencapai 28,036 juta ton secara kumulatif dari beberapa negara, yaitu Turkey, Sri Lanka, Ukraina, Singapura dan Philipina (BPS 2016).

Salah satu bahan lokal yang dapat digunakan sebagai pengganti terigu adalah singkong. Singkong (*Manihot esculenta*) memiliki nama lain ketela pohon, kaspe, pohong, atau umbi kayu. Singkong memiliki kandungan karbohidrat yang sangat tinggi dibandingkan jenis umbi lainnya. Masyarakat Indonesia sering mengolah singkong ini dengan cara direbus dan dibakar. Adapun sebagian masyarakat juga memanfaatkan singkong dengan membuat olahan seperti utri, lanting, dan juga gembus. Metode perkembangbiakan dari singkong sangatlah mudah, yakni dengan

cara stek batang. Singkong juga sangat mudah tumbuh di Indonesia karena struktur tanah yang mendukung dan juga musim yang ada.

Pengolahan singkong sebagai bahan baku dalam pembuatan mi memerlukan perlakuan khusus. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan memodifikasi singkong dengan proses difermentasi. Tujuan dari proses fermentasi ini adalah membuat tekstur dari tepung singkong yang dihasilkan menjadi lebih elastis dan lengket. Pada tepung singkong ini tidak dihasilkan gluten yang merupakan sifat elastis pada tepung gandum. Masyarakat sering menggunakan tepung terigu yang mengandung gluten dalam pembuatan mi. Sehingga proses fermentasi dalam pembuatan tepung krekel ini adalah salah satu upaya untuk mendapatkan elastisitas dan juga kelengketan pada mi yang akan dihasilkan.

Tepung krekel merupakan produk turunan dari tepung singkong menggunakan prinsip modifikasi sel singkong yang mendapatkan perlakuan fermentasi. Tepung krekel ini merupakan salah satu tepung yang merupakan salah satu produk unggulan wilayah Kebumen Jawa Tengah. Potensi singkong di wilayah ini adalah yang terbesar dibandingkan jenis umbi yang lain (BPS 2016).

Penelitian ini mengkaji tentang *satiety power* atau tingkat kekenyangan setelah mengkonsumsi mi krekel. Menurut Salmenkallio *et al.* (2009) *Satiety power* adalah perasaan hilangnya rasa lapar setelah mengkonsumsi makanan sehingga mencegah kesempatan untuk makan dalam waktu tertentu. Proses kenyang dimediasi oleh *ventromedial* inti hipotalamus. Berbagai hormon menyampaikan rasa kenyang ke otak, diantaranya *cholecystokinin*, Sedangkan hormon *ghrelin* yang berada di dalam lambung akan meningkat jika perut kosong. Hal ini menyebabkan bahwa kenyang mengacu pada perasaan psikologis berupa kepuasan. (Salmenkallio *et al.* 2009). *Satiety power* atau tingkat kekenyangan ini sangat bermanfaat bagi seseorang yang sangat memperhatikan dalam manajemen berat badan, program diet dan juga kesehatan (diabetes).

Satiety power terdiri dari 5 variabel penilaian yaitu kekenyangan, rasa penuh diperut, keinginan makan, banyak makanan yang ingin dimakan, dan rasa lapar (Bimantara 2014). Faktor yang mendasari penelitian ini adalah menciptakan inovasi

produk makanan yang dapat memberikan kepuasan kepada manusia yang memakannya karena akan merasa kenyang dalam jangka waktu tertentu.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana *satiety power* mi instan krekel terhadap lima variabel penilaian yaitu tingkat kekenyangan, tingkat rasa penuh diperut, tingkat keinginan makan, tingkat banyak makanan yang ingin dimakan, dan tingkat rasa lapar dengan pembanding mi komersial.

1.3. Tujuan

Mengetahui *satiety power* mi instan krekel dari lima variabel penilaian yaitu tingkat kekenyangan, tingkat rasa penuh diperut, tingkat keinginan makan, tingkat banyak makanan yang ingin dimakan, dan tingkat rasa lapar dengan pembanding mi komersial.

1.4. Manfaat

1. Memberikan inovasi makanan yang memiliki efek mengenyangkan dan juga baik bagi masyarakat yang sedang menjalankan manajemen berat badan (diet).
2. Mampu meningkatkan nilai tambah dari singkong.

1.5. Hipotesis

Panelis akan merasa kenyang setelah mengkonsumsi mi instan singkong krekel.