

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mayoritas masyarakat Indonesia menjadikan beras sebagai sumber bahan pangan pokok utama yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari (Kabeakan, 2019). Makanan pokok adalah kebutuhan dasar utama bagi setiap manusia, yang mengandung senyawa-senyawa gizi dan memiliki peran penting untuk tubuh, baik komponen gizi makro maupun mikro (Yuliyana, 2021 : Sammulia *et al.*, 2020). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistika BPS (2022), produktivitas beras tahun 2022 untuk konsumsi pangan penduduk mengalami peningkatan sekitar 718,03 ribu ton atau 2,29 persen.

Beras merupakan bahan pangan yang memiliki kaya gizi yang berperan penting bagi tubuh sebagai kelangsungan hidup serta untuk mempertahankan pertumbuhan dan perkembangan, sebagai aktivasi fisik dan kesehatan tubuh (Virahayu & Sulistyowati, 2019 : Li *et al.*, 2022). Beras memiliki sumber senyawa utama yaitu karbohidrat yang berperan penting dalam pembentukan energi dan gizi untuk tubuh (Handayani *et al.*, 2022). Selain itu, beras dalam 100 g juga mengandung komponen seperti 6 – 14 g protein, 0,5 – 1,08 g total lemak, 0,07 – 0,58 mg vitamin B1, 0,4 g serat kasar dan 0,05 g total gula (Fitriyah *et al.*, 2020). Menurut Yuliyana (2021), beras memiliki kandungan vitamin B1 yang berfungsi dalam menyehatkan sel-sel saraf dan sistem pencernaan, serta memiliki kandungan serat yang dapat mencegah konstipasi, selain itu juga beras memiliki kandungan total gula yang berperan sebagai pembentukan energi (Maligan *et al.*, 2019).

Umumnya beras diolah menjadi nasi dengan melalui beberapa tahapan yaitu pencucian dan pemasakan (Hariyanto & Halilah, 2020). Proses pemasakan nasi menggunakan suhu tinggi yang dapat menurunkan senyawa-senyawa yang ada pada nasi seperti protein dan vitamin yang memiliki sifat tidak tahan terhadap panas (Mukti *et al.*, 2018). Proses pencucian adalah proses yang bertujuan untuk menghilangkan residu yang berada di dalam beras dengan menggunakan air. Oleh karena itu, pencucian merupakan proses yang sangat penting untuk dioptimasi dan perlu ditentukan jumlah pencuciannya karena pencucian secara berlebihan dapat mempengaruhi senyawa kimia pada nasi (Sasmitaloka *et al.*, 2022).

Menurut Irmayani *et al* (2014), umumnya kebiasaan ibu rumah tangga mencuci beras sampai air nya bening.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rasyid *et al* (2017), menyatakan bahwa pencucian beras untuk dimasak memiliki pengaruh pada kadar vitamin B1. Hasil penelitian ini menyatakan kadar vitamin B1 tertinggi pada beras putih setelah pencucian adalah pada menit ke 1 dengan hasil 0,0166%, kadar vitamin B1 terendah pada menit ke 3 dengan hasil 0,0108%. Selain itu juga, terdapat penelitian yang dilakukan oleh Yuliyana, (2021) dengan pengaruh waktu perendaman terhadap kadar vitamin B1 dan serat kasar pada nasi beras merah yang menyatakan hasil kadar vitamin B1 tertinggi pada waktu perendaman 20 jam dengan hasil 0,128 mg/100g, sedangkan kadar serat kasar tertinggi pada waktu perendaman 20 jam dengan hasil 8,39%. Nasi putih menurut penelitian yang dilakukan oleh Maligan *et al* (2019), memiliki kandungan total gula sekitar 8,96%, sampel pada penelitian ini dilakukan dengan pengolahan secara modern dengan menambahkan air 2x lipat dari jumlah berasnya pada proses pemasakan.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ini tertarik untuk mengetahui perbedaan kadar vitamin B1, serat kasar dan total gula pada nasi berdasarkan perlakuan frekuensi pencucian beras yang berbeda dengan uji vitamin B1 menggunakan metode spektrofotometri UV-Vis, uji serat kasar menggunakan metode gravimetri, dan uji gula total dengan menggunakan metode anthrone.

1.2 Perumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah :

1. Bagaimana pengaruh frekuensi pencucian beras terhadap kadar vitamin B1 pada nasi?
2. Bagaimana pengaruh frekuensi pencucian beras terhadap kadar serat kasar pada nasi?
3. Bagaimana pengaruh frekuensi pencucian beras terhadap kadar total gula pada nasi?
4. Berapa frekuensi pencucian beras yang efektif untuk menghasilkan vitamin B1, serat kasar, dan total gula pada nasi?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kadar vitamin B1 pada nasi dengan perlakuan frekuensi pencucian beras yang berbeda
2. Untuk mengetahui kadar serat kasar pada nasi dengan perlakuan frekuensi pencucian beras yang berbeda
3. Untuk mengetahui kadar total gula pada nasi dengan perlakuan frekuensi pencucian beras yang berbeda
4. Mengetahui frekuensi pencucian beras yang baik sebelum diolah menjadi nasi

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dilakukannya penelitian ini adalah :

1. Untuk memperoleh data penyusunan skripsi untuk syarat kelulusan di Program Studi Teknologi Pangan Universitas Muhammadiyah Gresik
2. Memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang frekuensi pencucian beras yang baik
3. Memperoleh data status gizi vitamin B1, serat kasar, dan total gula pada nasi akibat perbedaan frekuensi pencucian beras