

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masyarakat Indonesia suka dan sering mengonsumsi makanan selingan namun masyarakat pada umumnya hanya mementingkan rasa yang enak saja tanpa memperhatikan kandungan gizi dalam makanan selingan tersebut, sehingga sumbangan zat gizi dari makanan selingan masih sangat rendah untuk memenuhi kebutuhan zat gizi masyarakat. Oleh karena itu dibutuhkan makanan selingan yang bukan hanya enak saja namun juga bergizi dan sehat (Afiska dkk., 2021).

Sumatera Utara memiliki olahan pangan lokal yang jika dilihat dari nilai gizinya sangat baik, bentuk olahan tersebut adalah dadih susu kerbau atau dalam bahasa batak dikenal dali ni horbo. Dadih susu kerbau atau biasa disingkat dadih merupakan olahan dari susu kerbau yang banyak dijumpai di khususnya daerah Toba Samosir dan Tapanuli. Dadih adalah air susu kerbau yang telah diolah dengan cara dimasak hingga berbentuk seperti tahu. Tradisi mengolah susu kerbau menjadi dali sudah dimulai oleh leluhur orang batak semenjak adanya komunitas batak (Diana, 2021).

Susu kerbau merupakan salah satu sumber protein hewani yang sangat baik karena memiliki zat gizi yang hampir sempurna. Susu kerbau mengandung lebih banyak kalori daripada susu sapi (100 kalori yang berasal dari 100 gr susu kerbau, sementara 70 kalori dari 100 gr susu sapi). Susu kerbau mengandung sedikit kolesterol yaitu 275 mg per 100 g lemak dibandingkan dengan susu sapi yaitu 280 mg per 100 g lemak. Susu Kerbau baik untuk kesehatan tulang, kesehatan gigi, kardiovaskular dan menambah berat badan (Diana, 2021).

Kandungan gizi dadih susu kerbau berdasarkan penelitian Diana, 2021 yang dilakukan di laboratorium Universitas Sumatera Utara, hasil pengujian Dali ni horbo diperoleh kadar protein sebesar 6,20 %, kadar lemak 12,17 % dan kadar karbohidrat 12,15%. Kadar tersebut dapat digunakan dalam pemenuhan kebutuhan gizi yang diperlukan Masyarakat pada setiap daur kehidupannya terutama pada kelompok rentan gizi seperti balita dan anak. Kandungan lemak dan protein sangat baik untuk menambah massa otot

sedangkan kandungan protein sangat baik untuk menambah tinggi badan anak.

Ketersediaan pangan lokal seperti dadih susu kerbau memiliki prospek menjanjikan untuk dikembangkan. Di daerah toba masyarakat biasanya hanya mengonsumsi dali dengan cara dimasak arsik dengan menggunakan bumbu tradisional dengan tambahan sedikit andaliman. Karena itu diversifikasi pangan melalui aneka olahan pangan fungsional merupakan salah satu upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi dan menjaga tubuh agar tetap sehat. Ketersediaan aneka olahan makanan selingan yang tidak hanya enak namun mengandung gizi dan bermanfaat bagi kesehatan memanfaatkan sumber pangan lokal adalah langkah yang bijak dalam menyediakan kebutuhan sehari-hari (Solikhah dkk., 2023)

Salah satu pangan yang biasa dikonsumsi oleh masyarakat adalah puding. Puding merupakan salah satu jenis makanan selingan atau biasa dijadikan sebagai hidangan penutup (dessert). Pada umumnya puding digemari oleh semua kalangan karena teksturnya yang lembut dan rasanya manis. Dalam pengolahannya, puding dapat dikombinasikan dengan berbagai bahan lainnya seperti buah-buahan, kacang-kacangan, sayur dan juga susu (Indani & Kamal, 2018). Salah satu buah yang dapat dikombinasikan dalam pembuatan puding adalah buah harimonting.

Harimonting (*Rhodomyrtus tomentosa*) adalah salah satu tanaman liar yang melimpah di hutan Sumatera Utara khususnya daerah Tapanuli. Buah harimonting memiliki kulit yang tebal, namun ketika buah sudah tua kulit buah menjadi lunak dan dapat dimakan bersama dengan pulp atau bagian dalam buahnya yang terdiri dari daging buah dan biji. Buah harimonting yang sudah tua dapat dimakan langsung atau dibuat jus, atau dibuat selai, dodol, pie, tart, atau salad (Sinaga dkk., 2019). Bagi suku Batak Toba harimonting merupakan salah satu dari 10 tanaman hutan yang telah dimanfaatkan sebagai sumber makanan. Namun pemanfaatannya sangat terbatas, hanya dikonsumsi para pengembala kerbau atau saat mencari kayu di hutan (Manurung et al., 2021).

Buah harimonting merupakan buah yang cukup tinggi nilai nutrisinya, dengan kandungan serat, vitamin dan mineral yang tinggi, namun kandungan lemak dan gula yang rendah. Kandungan vitamin C buah karamunting sekitar 5,62 mg/150 g buah dan kandungan vitamin E atau α -tokoferol pada buah

harimonting sekitar 3,89 mg/150 g buah (38,90-51,87% RDI) lebih tinggi dibandingkan kandungan vitamin E dalam buah mangga dan alpukat. Kandungan flavonoid total dalam buah karamunting sebesar $5,21 \pm 0,20$ mg RE/g berat kering. Ini menunjukkan kandungan senyawa-senyawa fenolik dalam buah karamunting setara dengan beberapa beberapa jenis buah-buahan beri yang lain, bahkan kandungan flavonoidnya 20 kali lebih besar dibandingkan dengan cranberry (Sinaga dkk., 2019).

Dalam hal ini peneliti tertarik membuat puding berbahan dasar dadih susu kerbau dengan penambahan ekstrak buah harimonting untuk memperkaya kandungan zat gizi dalam puding tersebut. Selain itu, penambahan ekstrak buah harimonting akan membuat puding semakin menarik dari segi warna, aroma serta rasa. Penambahan ekstrak buah harimonting juga diharapkan dapat melengkapi zat gizi seperti vitamin, mineral dan juga serat dalam puding tersebut. Sehingga diharapkan puding dadih susu kerbau dengan penambahan ekstrak buah harimonting bisa menjadi salah satu pilihan snack dengan kandungan antioksidan yang baik untuk kesehatan.

Penambahan ekstrak buah harimonting dalam pembuatan puding dalih susu kerbau tentu akan menambah kandungan zat gizi puding, termasuk kandungan Vitamin A, C, dan E pada puding. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul **“Analisis Kandungan Vitamin A, C, Dan E Pada Puding Dadih Susu Kerbau (*Bubalus bubalis*) Dengan Penambahan Ekstrak Buah Harimonting (*Rhodomyrtus tomentosa*)”**.

Hasil yang diperoleh dari uji pendahuluan yang dilakukan pada 11 November 2023 di laboratorium uji organoleptik jurusan gizi dengan 35 orang panelis menunjukkan puding dadih susu kerbau dengan penambahan ekstrak buah harimonting yang paling disukai dengan perlakuan yaitu :

- a. Perlakuan A, dadih susu kerbau 100 gr dan ekstrak buah harimonting 60 gr
- b. Perlakuan C, dadih susu kerbau 100 gr dan ekstrak buah harimonting 80 gr
- c. Perlakuan D, dadih susu kerbau 100 gr dan ekstrak buah harimonting 100 gr

Hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 29 Januari 2024 di laboratorium uji organoleptik jurusan gizi dengan 35 orang panelis menunjukkan

puding dadih susu kerbau dengan penambahan ekstrak buah harimonting sebanyak 60 gr adalah yang paling disukai oleh panelis.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana analisis kandungan vitamin A, C, dan E pada puding dadih susu kerbau (*Bubalus bubalis*) dengan penambahan ekstrak buah harimonting (*Rhodomyrtus tomentosa*)?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hasil analisis kandungan vitamin A, C, dan E pada puding dadih susu kerbau (*Bubalus bubalis*) dengan penambahan ekstrak buah harimonting (*Rhodomyrtus tomentosa*).

2. Tujuan Khusus

1. Menganalisis kandungan vitamin A pada puding dadih susu kerbau (*Bubalus bubalis*) dengan penambahan ekstrak buah harimonting (*Rhodomyrtus tomentosa*)
2. Menganalisis kandungan vitamin C pada puding dadih susu kerbau (*Bubalus bubalis*) dengan penambahan ekstrak buah harimonting (*Rhodomyrtus tomentosa*)
3. Menganalisis kandungan vitamin E pada puding dadih susu kerbau (*Bubalus bubalis*) dengan penambahan ekstrak buah harimonting (*Rhodomyrtus tomentosa*)

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan serta dapat mengembangkan wawasan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah dan melakukan penelitian.

2. Bagi Masyarakat

- a. Sebagai bentuk pengembangan pangan lokal
- b. Mendapatkan informasi tentang kandungan zat gizi vitamin A, C, dan E dalam puding dadih susu kerbau dengan penambahan buah harimonting (*Rhodomyrtus tomentosa*)