

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu minuman probiotik yang dapat membantu proses pencernaan adalah yogurt, karena mengandung bakteri pelindung usus diantaranya bakteri *streptococcus thermophilus* dan *lactobacilus bulgaricus* (Rulianah, Sarosa and Hadiwiyatno, 2013). Ekstrak metanol aseton yang terdapat pada bakteri di yogurt dapat merusak bakteri patogen diantaranya *salmonella*, *shigella*, *eschericia coli* dan *pseudomonas ssp.* penyebab penyakit pada manusia (Usmiati, 2009).

Yogurt yang beredar dimasyarakat masih kurang variatif, varian rasa pada yogurt hanya diberikan berdasarkan penambahan essen buah serta warna yang didapatkan berasal dari pewarna makanan. Untuk menambah penganekaragaman pada yogurt baik pada rasa maupun warna dapat dibuat dengan bahan dasar pangan fungsional. Salah satu pangan fungsional yang mudah ditemui serta kaya akan zat gizi yaitu labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnese*).

Labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnese*) sangat mudah dijumpai dan persebarannya terbilang sudah merata, hampir diseluruh kepulauan di Indonesia terdapat tanaman labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnese*). Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa produksi pada tahun 2018 mencapai 369.846 ton dan Jumlah produksi labu kuning di Pulau Jawa sebanyak 214.941 ton.

Labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnese*) memiliki zat gizi yang beragam mulai dari karbohidrat, lemak, betakaroten, inulin, kalsium, fosfor, zat besi vitamin A, vitamin C dan sebagainya (KEMENKES RI, 2018). Labu kuning kaya akan serat, berdasarkan penelitian terdapat serat sebesar 6,07% (Dhiyas and Rustanti, 2016). Menurut (Sudarman, 2013) buah pada labu kuning mengandung inulin dan serat pangan yang dibutuhkan untuk pemeliharaan kesehatan, khususnya saluran pencernaan. Inulin dari labu kuning dapat berperan sebagai prebiotik, penambahan inulin mampu meningkatkan pertumbuhan *L. acidophilus*, *L. bulgaricus*, *S. thermophilus* secara signifikan selama fermentasi (Setiarto *et al.*, 2016). Menurut Rantika dan Rusdiana, (2018) makanan tinggi serat penting bagi kesehatan tubuh, serat larut telah dikaitkan dengan penurunan kolesterol dalam darah dan penurunan penyerapan glukosa usus, sementara serat tidak larut telah dikaitkan dengan penyerapan air dan pengaruh regulasi usus.

Pemanfaatan labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnes*) sebagai olahan pangan fungsional masih sangat terbatas. Produk yang dihasilkan dengan bahan dasar antara lain seperti: roti, dodol, keripik, kolak, brownies, kue kering (Kristianingsih, 2010; Arisandi, 2012; Ranonto and Razak, 2015).

Yogurt dapat mengurangi gangguan pencernaan yang disebabkan oleh intoleransi laktosa (Usmiati and Abubakar., 2017) sehingga cocok untuk diminum oleh anak-anak maupun dewasa yang menderita intoleransi laktosa, karena kandungan laktosa yang rendah. Namun yogurt yang tersebar dipasaran. Dengan

beragamnya zat gizi yang terkandung dalam labu kuning dan susu maka dapat dimodifikasi berupa minuman fungsional yaitu yogurt labu kuning

Yogurt tawar atau yogurt plain memiliki rasa asam yang menonjol dengan aroma yang khas yaitu aroma produk fermentasi, tidak semua orang menyukai yogurt plain, sehingga yogurt perlu ditambah dengan bahan pemanis (Sumarmono, 2018), oleh karena itu penambahan madu sebagai pemanis alami adalah solusi yang dapat dicoba untuk menambahkan rasa manis pada yoghurt. Selain sebagai penambah rasa manis madu juga dapat dijadikan sebagai sumber energi bagi bakteri asam laktat dikarenakan salah satu oligosakarida yang dapat digunakan sebagai sumber prebiotik (Nofrianti et al 2013). Kandungan pada madu adalah fruktosa 41%, glukosa 35%, sukrosa 1,9% vitamin A, B1, B2, B3, B4, B5, B6, C, D, E, K (Finarsih, 2014). Dalam penelitian (Yulianawatia and Isworo, 2012) dalam pembuatan yogurt labu kuning perlu ditambahkan sumber gula lain untuk mencukupi kebutuhan mikroba. Hasil penelitian (Nofrianti et al 2013) bahwa pemberian konsentrasi madu dalam yoghurt jagung memberikan pengaruh terhadap tingkat total asam laktat, kadar protein, dan tingkat organoleptiknya.

Berdasarkan uraian diatas untuk menambah keanekaragaman produk minuman berbahan dasar pangan lokal yang dapat memperkaya zat gizi salah satunya adalah sebagai susu fermentasi atau dikenal dengan yogurt. Maka penulis ingin mengalisis kandungan kandungan gizi pada yogurt labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnes*).

B. Rumusan Masalah

Bagaimana kandungan energi dan serat pada yogurt dengan penambahan labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnes*).

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis kandungan gizi pada yogurt labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnes*)

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis kandungan energi dalam yogurt labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnes*).
- b. Menganalisis kandungan serat yogurt labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnes*).

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menambah variasi informasi pengolahan pangan lokal labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnes*) yang dapat menambah nilai jual pangan lokal.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai tambahan informasi bagi mahasiswa mengenai kandungan zat gizi yogurt labu kuning (*Cucurbita Moschata Duchnes*)

3. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk melakukan pengembangan pangan lokal berbahan dasar labu kuning dan madu dalam mendukung pengembangan pangan produk lokal