

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Industri kegiatan pariwisata yang memiliki beberapa jenis pelayanan, salah satunya merupakan jasa dalam menyediakan makanan dan minuman seperti restoran, *cafe*, *coffee shop*, dan sejenisnya (Utama, 2015). Makanan sangat dibutuhkan setiap saat untuk memenuhi kebutuhan pokok jasmani manusia dan juga mengutamakan pengolahan yang baik dan benar agar memiliki manfaat bagi tubuh (Nazara, 2019). Setiap makanan yang dikonsumsi harus mementingkan dalam pengolahan yang baik dan benar agar dapat memberikan manfaat dan kesehatan bagi tubuh. Pada umumnya, fungsi dari suatu makanan merupakan hal yang sangat penting untuk memenuhi keberlangsungan hidup manusia. Namun, di masa sekarang, makanan tidak lagi hanya sebagai pemenuhan kebutuhan, melainkan sebagai gaya hidup masyarakat, dimana pada zaman ini banyak hidangan makanan khas dari suatu mancanegara yang memiliki perkembangan yang pesat di Indonesia serta memiliki variasi yang berbeda-beda dalam bentuk, rasa, tekstur, dan sebagainya.

Keuntungan dari mengkonsumsi makanan yang memiliki kandungan yang sehat dan bergizi dengan menjaga dan mengatur pola makanan yang sehat agar terhindar dari penyakit yang mematikan dan juga menjaga kesehatan tubuh. Pada zaman ini, manusia mulai sangat memedulikan kesehatan diri sendiri dari makanan yang dikonsumsinya. Melalui tren pola konsumsi masyarakat seperti vegetarian, gaya diet, dan menghindari produk mengandung

alergen yaitu seperti bebas gluten (*gluten free*), dan sebagainya. Seiring dengan perkembangan zaman yang terus berkembang di kalangan lingkungan masyarakat.

Gluten merupakan campuran amorf yang memiliki bentuk tidak beraturan dan protein yang memiliki kandungan dengan pati di dalam endosperma, sebagai contoh gandum memiliki kandungan gluten yang paling tinggi, selain itu ada sereal, jelai (*barley*), gandum hitam (*rye*), *triciatile*, dan lainnya (Fajrianti, 2021). Gluten digunakan dalam pembuatan roti, kue, dan minuman. Selain itu, kandungan pada gluten di dalam tepung dapat mencapai 80% dari total sumber protein, yang terdiri dari dua jenis yaitu *gliadin* dan *glutenin*, serta gluten memiliki peran dalam memberikan tekstur kenyal dan elastis pada makanan (Fajrianti, 2021). Jenis makanan yang memiliki kandungan gluten yaitu mie, sereal, pasta, kecap, roti, biskuit, dan sebagainya.

Lalu yang dimaksud dengan produk *gluten free* adalah produk yang tidak mengandung protein yang dapat menggantikan elastisitas sehingga membangun struktur dalam suatu produk (Rybicka, 2018). Pada umumnya *gluten free* dibuat untuk para konsumen yang memiliki riwayat penyakit diabetes atau yang memiliki alergi dengan gluten. Jenis makanan yang tidak memiliki kandungan gluten yaitu kentang, singkong, jagung, kacang-kacangan, keju, quinoa, ubi jalar, yoghurt, beras, dan sebagainya. Tepung atau gluten yang biasanya sering ditemui dan sering dikonsumsi oleh masyarakat di dalam pengolahan sereal, roti dan pasta. Disampaikan oleh (Samantha, 2017), kandungan gluten pada roti memiliki fungsi untuk menangkap gas yang dihasilkan dari proses fermentasi dan banyaknya jenis tepung yang tidak memiliki gluten seperti tepung jagung, tepung beras, tepung kedelai, tepung

kentang, dan tepung singkong atau *Modified Cassava Flour* (MOCAF).

Tepung MOCAF merupakan tepung dari bahan singkong yang sudah melewati proses modifikasi dan karakteristik dari tepung ini sama seperti dengan tepung terigu (Philia *et al.*, 2020). Tepung MOCAF berwarna putih, memiliki tekstur yang lembut, dan tidak memiliki bau singkong, sehingga dapat menggantikan tepung terigu. Proses dari pembuatan tepung MOCAF yaitu kupas kulit singkong, cuci sampai bersih, iris tipis-tipis, selanjutnya rendam singkong di air rendaman yang memiliki kandungan bakteri asam laktat, kemudian cuci singkong dan tiriskan, lalu keringkan di oven dengan suhu 50 °C selama 24 jam, kemudian haluskan menjadi tepung dan diayak (Edam, 2017). Sumber karbohidrat (pati) pada tepung MOCAF lebih tinggi dibandingkan dengan tepung terigu, tetapi sumber protein lebih sedikit (Apriandy, 2019). Berikut adalah tabel dari perbedaan kandungan pada tepung terigu dengan tepung MOCAF,

TABEL 1
Kandungan Tepung MOCAF dan Tepung Terigu

Komposisi	MOCAF (%)	Terigu (%)
Air	6,9	12
Abu	0,4	1,3
Pati	87,3	60-68
Lemak	0,4	1,5-2
Protein	1,2	8-13
Serat	3,4	2-2,5

Sumber: Apriandy (2019)

Biasanya tepung MOCAF dikonsumsi oleh penderita *celiac disease* atau biasa disebut *gluten intolerance* yaitu merupakan penyakit pada pencernaan yang disebabkan oleh intoleransi terhadap kandungan gluten atau sejenis dengan protein, yang menyebabkan gangguan pada usus halus dan penyerapan nutrisi yang masuk ke dalam tubuh manusia dan juga penyakit ini merupakan penyakit dari keturunan dan bersifat permanen dalam jangka panjang (Goi, 2017). Gejala dari penyakit celiac yang berhubungan dengan saluran pencernaan seperti diare, *steatorrhea*, dan malabsorpsi serta gejala lainnya di luar sistem pencernaan seperti osteoporosis, anemia, gejala neurologi, dan lainnya (Oktadiana *et al.*, 2017). Berdasarkan hal tersebut, maka penyakit celiac dapat diatasi dengan pengobatan yang ketat dengan cara menjauhi makanan yang memiliki kandungan tepung atau gluten.

Dalam penelitian yang telah diadakan oleh (Gluten Free Food Market, 2021) mengatakan bahwa target market konsumen makanan *gluten free* pada tahun 2021-2026 akan mencapai 3447.3 juta US *dollar*, karena pada tahun 2020 sudah mencapai 3291.9 juta US *dollar*. Jenis makanan yang paling diminati oleh masyarakat yaitu makanan manis, olahan roti, makanan siap saji, dan lainnya. Serta hidangan pasta juga termasuk diantaranya. Pasta merupakan jenis makanan khas yang berasal dari negara Italia. Pasta merupakan olahan makanan yang banyak dikonsumsi dan digunakan pada masakan khas Italia, yang terdiri dari campuran tepung terigu, minyak, telur, air, serta garam hingga menjadi suatu adonan yang dapat dibentuk menjadi berbagai macam bentuk dan ukuran (Wijaya, 2020). Adonan pasta juga dapat diolah dengan varian rasa yang gurih dan campuran isi. Pasta dapat diolah dengan cara digoreng atau direbus dan dapat dijadikan sebagai hidangan setelah dimasak. Pasta memiliki

berbagai macam bentuk dan ukuran. Pasta memiliki lebih dari 650 jenis bentuk di negara asal Italia dan hampir setiap tahun tercipta bentuk pasta yang baru (Asyah, 2019). Setiap jenis pasta memiliki bentuk yang unik. Jenis pasta yang populer di Indonesia adalah *spaghetti*, *macaroni*, dan *lasagna*. Namun, ada banyak jenis pasta lainnya, seperti *linguine*, *fettuccine*, *capellini*, *bucatini*, *ravioli*, *tortellini*, *fusilli*, *farfalle*, *vermicelli*, *canelloni*, *conchiglie*, *gnocchi*, *penne*, *ziti*, *orecchiette*, *angel hair*, dan sebagainya (Khoir, 2019).

Pasta dalam bahasa Italia yaitu "*pasta alimentare*" atau pasta dengan bahan makanan dan bentuk seperti mie disebut "*pastasciutta*", yang artinya adonan bahan makanan yang terbentuk menjadi berbagai jenis ukuran seperti *spaghetti*, *fettuccine*, *linguine* dan lainnya (Safitri, 2021). Dalam arti yang luas, pasta bisa diartikan sebagai semua adonan seperti roti atau kue. Dalam bahasa Inggris, pasta memiliki arti sebagai hidangan masakan dengan menggunakan bahan utama pasta yang dicampuri bumbu dan saus. Sajian pasta pertama pada zaman dahulu yaitu pasta dimasak dengan menggunakan keju parmesan. Namun seiring berjalannya waktu, pasta dimasak menggunakan bumbu yang menghasilkan cita rasa pedas, manis, dan gurih seperti *bolognese*, *carbonara*, *aglio olio*, *pesto*, dan sebagainya.

Secara umum pasta terbentuk dari bahan dasar tepung terigu yang mempunyai jenis kandungan gluten. Gluten terdiri dari sumber protein yang ditemukan dalam bentuk biji-bijian. Dari berbagai macam jenis biji-bijian, gandum yang merupakan jenis makanan yang mengandung gluten paling sering digunakan dan dikonsumsi oleh masyarakat. Namun seiring berjalannya waktu, tepung terigu dapat digantikan dengan bahan lain yaitu tepung bebas gluten (*gluten free*). Makanan *gluten free* untuk orang yang memiliki penderita

penyakit seperti *celiac*, sensitif gluten, alergi gandum, iritasi usus, dan sebagainya. Bagi mereka, mengganti kandungan gluten menjadi salah satu solusinya. Banyak juga penelitian-penelitian yang telah mencari pengganti penggunaan tepung bebas gluten untuk menghindari hal tersebut (Rybicka, 2018).

Penggunaan tepung singkong sebagai pembuatan adonan dasar pasta dapat menggantikan tepung terigu, karena tepung singkong hampir sama dengan tepung terigu pada umumnya. Penggunaan tepung singkong pada pembuatan adonan dasar pasta karena memiliki beberapa manfaat yang baik bagi tubuh manusia yaitu sebagai sumber karbohidrat dengan kalori lebih banyak dari tepung terigu, serta tepung singkong memiliki sumber serat yang baik untuk melancarkan pencernaan, sumber protein, vitamin K sebagai pertumbuhan tulang, vitamin B kompleks, mineral penting, dan mencukupi asupan magnesium dan tembaga (Asmoro, 2021).

Bahan dasar pasta adalah tepung terigu, air, minyak, dan telur. Pasta merupakan makanan yang cukup populer di Indonesia dan digemari oleh anak-anak sampai dengan orang dewasa dan dapat dinikmati kapan saja. Pasta yang awal mulanya sebagai masakan khas Italia, namun sekarang masyarakat Indonesia dapat mengkonsumsinya dari perkembangan zaman. Data konsumsi pasta dan mie mentah serta produk sejenisnya sebanyak 80 gram per orang dalam satu hari. Konsumsi pasta dan mie kering serta produk sejenisnya sebanyak 25 gram per orang dalam satu hari. Konsumsi pasta, mie pra- masak dan produk sejenis lainnya sebanyak 115 gram per orang dalam satu hari (Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 30 Tahun 2018 Tentang Angka Konsumsi Pangan).

Pasta memiliki berbagai bentuk dan variasi. Jenis pasta terbagi menjadi pasta kering (*dried pasta*), pasta segar (*fresh pasta*) dan pasta beku (*frozen pasta*), terdapat banyak jenis pasta yang sering ditemukan dan dikonsumsi, dari masing-masing pasta yang memiliki detail, jenis dan nama tersendiri yang memiliki pengaruh dalam mengolah jenis pasta tersebut (Rahayu *et al.*, 2014). Dalam rancangan buku resep ini, pasta yang akan dibuat adalah jenis pasta segar (*fresh pasta*) dalam bentuk *spaghetti* dan *fettuccine*. Pengolahan pasta segar lebih sulit dibandingkan dengan pengolahan pasta kering karena memiliki kandungan air yang tinggi sehingga pasta segar tidak dapat bertahan lama jika disimpan (Mellani, 2020). Memasak pasta segar juga membutuhkan waktu yang singkat karena teksturnya sangat mudah menjadi lunak (*overcooking*). *Spaghetti* memiliki bentuk yang bulat dan panjang sedangkan *fettuccine* memiliki bentuk yang pipih dan panjang. Alasannya menggunakan jenis *spaghetti* dan *fettuccine* yaitu pembuatannya cukup mudah dan memiliki bentuk seperti mie yang banyak disukai orang-orang.

Rancangan buku resep ini memberikan pengetahuan tentang tepung singkong dan penyakit celiac serta informasi berupa langkah-langkah yang mudah dalam membuat aneka pasta dengan bahan dasar tepung singkong, sehingga para pembaca dapat memahami resep yang ditulis dengan mudah. Buku resep ini akan dilengkapi dengan pemilihan desain dan warna yang cerah dan juga modern yang membuat sebuah buku resep ini memiliki nilai tambah estetika. Buku resep juga dilengkapi dengan gambar hasil akhir dari masing-masing resep masakan sebagai referensi supaya memberikan kemudahan untuk para pembaca. Buku resep ini memberikan informasi perkiraan waktu dalam memasak dan juga jumlah porsi yang dihasilkan dari setiap masing-masing

resep masakan.

Ciri khas dari buku resep ini membuat adonan dasar pasta dari bahan dasar tepung singkong, sehingga setiap resep masakan dapat dikonsumsi oleh penderita penyakit yang disebabkan oleh gluten. Target pembaca pada rancangan buku resep ini ialah untuk semua kalangan masyarakat, termasuk orang-orang yang memiliki penderita penyakit terhadap gluten dan juga orang-orang yang ingin mengurangi konsumsi terhadap gluten.

Dari uraian di atas, latar belakang pembuatan rancangan buku resep kreasi pasta dengan bahan tepung singkong. Kelebihan dari tepung singkong sebagai pembuatan adonan dasar pasta yakni mengandung sumber karbohidrat yang lebih banyak daripada tepung terigu sehingga kenyang yang lebih tahan lama, cocok untuk dikonsumsi bagi orang yang mengalami penderita penyakit terhadap gluten, serta bagi orang yang sedang menjalani diet. Pemilihan dalam pembuatan adonan dasar pasta dengan menggunakan bahan dari tepung singkong dikarenakan penggunaan tepung singkong relatif mudah dalam membuat adonan dasar pasta yang dibandingkan dengan tepung lainnya. Tepung dari singkong sesuai dengan rasa dan tekstur pada pasta, sehingga diharapkan masyarakat dapat memilih alternatif lain dari sumber karbohidrat selain gandum dan beras.

B. Tujuan Pembuatan Rancangan Buku Resep

Tepung singkong atau yang bisa disebut tepung MOCAF dapat dimanfaatkan menjadi substitusi tepung terigu yang biasa kita gunakan sehari-hari untuk makanan. Dikhususkan untuk para pembaca yang sedang menjalani *dietary* atau memiliki alergi terhadap gluten. Maka penulis ingin mencoba

metode pengolahan mie yang sudah sering dilakukan dengan pasta. Dan memberikan beberapa resep olahan pasta tepung singkong agar para pembaca dapat mencoba varian rasa saus yang berbeda dengan sehat namun nikmat.

Menurut kesimpulan latar belakang di atas, maka tujuan utama dalam pembuatan rancangan buku resep ini, yaitu:

1. Memperkenalkan panduan resep kreasi aneka masakan pasta bebas gluten dengan bahan dasar tepung singkong dan cara yang baik untuk mengolahnya.
2. Memberikan pengetahuan dan informasi tentang manfaat dari tepung singkong dan penyakit celiac.

