

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Lemper

Lemper adalah salah satu dari sekian banyak jajanan tradisional yang terdapat di Pulau Jawa (Setiyawan, 2023). Makanan khas Jawa ini terbuat dari ketan dengan isian daging cincang dan memiliki tekstur yang lengket. Bahan utama untuk pembuatan lempeng adalah beras ketan yang dimasak dengan santan kelapa. Isian lempeng awal mulanya berisikan srundeng yang disebut gebingan. Karena pada saat itu, harga daging mahal. Isian lempeng dimasukkan ke dalam beras ketan yang telah dimasak lalu didapatkan dan dibungkus menggunakan daun pisang (Daniswari, 2023)

Lemper dalam Bahasa Jawa memiliki filosofi yang mendalam, yaitu “le mojo meper amu yen dilem arimu ojo memper”, yang berarti ketika dipuji jangan bangga atau menyombongkan diri. Lemper memiliki tekstur yang lengket yang juga melambangkan persaudaraan yang erat. Masyarakat Jawa meyakini bahwa lempeng merupakan lambang rezeki yang akan melekat, sehingga dalam hajatan makanan ini menjadi lambang rezeki yang akan terus berdatangan. (Daniswari, 2023).

2.2 Nangka Muda

Nangka muda, yang dikenal juga dengan gori atau tewel adalah sisi muda dari buah Nangka yang masih belum masak seutuhnya. Sayur Nangka muda memiliki kandungan serat yang lebih tinggi dan membantu pencernaan agar tetap lancar dan mengurangi resiko sembelit. Kandungan vitamin C yang tinggi dalam Nangka muda membantu memperkuat system kekebalan tubuh, meningkatkan produksi sel darah putih yang penting untuk melawan infeksi dan penyakit. Serat dalam Nangka muda juga membantu mengatur kadar gula darah dan dapat membantu mencegah lonjakan gula darah yang penting bagi penderita diabetes. Kandungan kalium dalam Nangka muda berperan dalam mengontrol tekanan darah dan menjaga Kesehatan jantung. Kalium membantu menetralkan efek natrium dalam tubuh, sehingga mengurangi tekanan darah tinggi dan resiko penyakit jantung.

Nangka muda bisa diolah menjadi berbagai macam hidangan. Di Indonesia, Nangka muda sering digunakan dalam masakan seperti gudeg, sayur lodeh, dan rendang. Selain itu, Nangka muda juga bisa dijadikan alternatif daging dalam hidangan vegetarian atau vegan karena teksturnya mirip dengan daging. Berikut adalah informasi nilai gizi terhadap Nangka muda segar:

Tabel 2.1 Informasi Nilai Gizi Nangka Muda
Per 100gr BDD (berat dapat dimakan)

		% AKG*
Energi	57 kkal	2.65 %
Lemak total	0.40 g	0.60 %
Vitamin A	0 mcg	0 %
Vitamin B1	0.07 mg	7 %
Vitamin B2	0.06 mg	6 %
Vitamin B3	0.70 mg	4.67 %
Vitamin C	9 mg	10 %
Karbohidrat total	11.30 g	3.48 %
Protein	2 g	3.33 %
Serat pangan	8.30 g	27.67 %
Kalsium	45 mg	4.09 %
Fosfor	29 mg	4.14 %
Natrium	1 mg	0.07 %
Kalium	246.50 mg	5.24 %
Tembaga	40 mcg	5 %
Besi	0.50 mg	2.27 %
Seng	0.10 mg	0.77 %
B-Karoten	21 mcg	-
Karoten total		-
Air	85.40 g	-
Abu	0.90 g	

(ahliGiziId, 2018)

2.4 Perebusan

Perebusan merupakan teknik pemasakan bahan pangan dengan menggunakan media air panas. Perebusan memanfaatkan uap panas dari air yang mendidih bertujuan untuk membunuh mikroba dan mematangkan bahan makanan. Pengolahan dengan cara perebusan dapat menurunkan kandungan gizi suatu bahan makanan terutama senyawa yang larut dalam air seperti protein dan perubahan fisik seperti kenampakan, rasa, bau dan tekstur (Yatsin, dkk., 2022). Menurut Sevitadari dkk., (2021), sayuran yang direbus lebih cepat masak daripada sayuran yang dikukus. Hal ini karena terjadinya kontak langsung antara sayuran dengan medium air panas yang digunakan untuk merebus, sehingga suhu pemasakan lebih merata. Pada pada sayuran brokoli tingginya suhu pemasakan akan mempercepat terjadinya perubahan warna, tekstur dan cita rasa sayuran yang dihasilkan.

2.5 Pengukusan

Teknik mengukus adalah teknik memasak makanan dengan menggunakan uap air yang mendidih. Menurut (Gardjito, dkk 2016) mengukus adalah teknik pengolahan makanan dengan mengandalkan uap air yang mendidih yang menggunakan dandang. Menurut (Fitriana dkk., 2024) dilakukan penelitian *organoleptic* terhadap sayuran brokoli yang direbus dan dikukus selama 10 menit. Tekstur sayur brokoli yang dikukus selama 10 menit memiliki tekstur yang sangat lembek dan memiliki rasa yang tidak enak.

2.6 Organoleptik

Organoleptik merupakan salah satu komponen yang sangat penting dalam menganalisis kualitas dan mutu produk. Objek yang diukur atau dinilai sebenarnya adalah reaksi psikologis (reaksi mental) berupa kesadaran seseorang setelah diberi rangsangan, maka disebut juga penilaian sensorik. Rangsangan yang dapat diindra dapat bersifat mekanis (tekanan, tusukan), bersifat fisis (dingin, panas, sinar, warna), dan sifat kimia (bau, aroma, rasa) (Arziah. Dkk., 2022). Pengujian organoleptik/sensori adalah metode pengujian yang menggunakan indera manusia sebagai alat utama untuk menilai mutu suatu produk, meliputi spesifikasi mutu kenampakan, bau, rasa dan konsistensi/tekstur serta beberapa faktor lain yang

diperlukan untuk menilai mutu produk tersebut. Pengujian organoleptik/sensori berperan penting sebagai pendeteksian awal dalam menilai mutu untuk mengetahui penyimpangan dan perubahan dalam produk (Badan Standardisasi Nasional, 2006).

2.7 Uji Hedonik

Uji hedonik adalah uji tingkat kesukaan seseorang terhadap suatu produk yang dikonsumsi sehingga dikenal juga dengan uji sensorik (Susanti et al., 2021). Dalam melakukan uji hedonik, seorang panelis (orang yang menilai) memberikan penilaian tingkat kesukaan berdasarkan pengamatan dengan menggunakan panca indera. Oleh karena itu metode dominan yang digunakan dalam uji hedonik adalah secara indrawi atau organoleptik (Tiyani dkk., 2020).

2.8 Panelis Tidak Terlatih

Panelis adalah sebutan bagi orang-orang yang terlibat dalam rangkaian uji coba produk dan berlaku sebagai alat atau instrumen dalam uji coba organoleptik (Arziah dkk., 2022). Panelis tidak terlatih adalah sekelompok orang-orang yang berkemampuan rata-rata yang tidak terlatih secara formal, tetapi memiliki kemampuan untuk membedakan dan mengkomunikasikan reaksi dari penilaian organoleptik yang diujikan (Ayustaningwarno, 2014).

2.9 Prosedur Uji Organoleptik

Langkah pertama dalam prosedur uji organoleptik adalah pemilihan panelis. Pemilihan panelis yang dipilih secara acak dari populasi konsumen di daerah penelitian. Langkah kedua adalah persiapan sampel yang disiapkan dengan cara yang sama, dengan ukuran, suhu, dan wadah yang seragam. Langkah berikutnya adalah mencakup ruangan uji yang terbebas dari bau yang mengganggu dan memiliki pencahayaan yang cukup. Langkah terakhir adalah mempersiapkan lembar penilaian yang sederhana, mencakup skala kesukaan (suka, netral, tidak suka) dan skala deskriptif (warna, aroma, rasa, dan tekstur) (Arbi, 2009).

2.10 Syarat Sampel Uji Organoleptik

Syarat sampel uji organoleptik meliputi keseragaman penampilan baik dalam hal warna, bentuk, ukuran, dan tekstur. Sampel juga harus disajikan pada suhu dimana produk tersebut biasanya dikonsumsi. Suhu yang terlalu tinggi atau rendah dapat memengaruhi kepekaan indera perasa dan aroma. Sampel harus disajikan dalam ukuran seragam. Dapat disajikan dalam bentuk kubus, segi empat, atau sesuai dengan bentuk aslinya (Arbi, 2009).