

Inovasi Pangan Lokal Onde-onde Berbahan Dasar Ubi Jalar Ungu

Ayu Dwi Utami

Ilmu Teknologi Pangan

Ayudwi1120@gmail.com

ABSTRAK

Ubi jalar merupakan tanaman semusim (berumur pendek) dan tergolong kedalam tanaman jenis ubi-ubian. Setelah satu kali berproduksi, tanaman ini akan mati. Ubi jalar sebagai komoditi pertanian penghasil karbohidrat sudah tidak diragukan lagi keberadaannya dikalangan masyarakat. Bahkan ubi jalar dijadikan sebagai cadangan pangan bila produksi padi dan jagung tidak tercukupi. Ubi jalar dapat memenuhi kebutuhan gizi kesehatan tubuh dikarenakan kandungan gizinya yang lengkap. Sehingga ubi jalar dapat dijadikan inovasi bahan baku pembuatan onde-onde. Selain itu inovasi ini juga bertujuan agar onde-onde ini juga memiliki keunikan tersendiri. Onde-onde merupakan makanan tradisional yang terbuat dari tepung terigu ataupun tepung ketan yang digoreng atau direbus dan permukaannya ditaburi/dibalur dengan biji wijen. Makanan tradisional ini berasal dari Mojokerto, Jawa Timur, sehingga Mojokerto dijuluki sebagai “kota onde-onde”.

Kata kunci: Onde-onde, Pangan lokal, Ubi jalar,

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara yang memiliki produk pangan lokal sangat melimpah. Produk pangan lokal sangat erat kaitannya dengan budaya masyarakat setempat. Di era globalisasi saat ini, permintaan produk pangan oleh konsumen terus mengalami peningkatan. Konsumen tidak hanya menuntut produk pangan bermutu, bergizi, aman, dan lezat, namun juga sesuai selera atau bahkan dapat membangkitkan efek gengsi atau berkelas bagi yang mengonsumsinya. Oleh karena itu, inovasi atau kreasi terhadap produk pangan tidak hanya terfokus pada mutu, gizi, dan keamanan semata. Namun, aspek selera konsumen (preferensi) juga patut dipertimbangkan (Novalinda dan Asni, 2013, hlm. 1).

Tabel 1.1 Komposisi nilai gizi berbagai pangan alternatif

Komoditas	Pati (%)	Protein (%)	Lemak (%)	Serat (%)	Gula (%)	Abu (%)	Amilose
Jagung	54,1-62,3	11,9-13,6	5,3-8,4	2,6-3,5	2,8-9,3	1,9-2,1	24
Pokem	74,36,16	11,36	2,69	1,36		0,75	
Ubi kayu	34,7-37,9	0,8-1,2	0,3	0,8	0,4	0,3-0,5	
Ubi jalar	91,42-93,45	3,71-6,74	0,26-1,42			0,68-1,69	
Sagu	78-80	0,2-0,32	0,1-0,13	3,69-5,96		0,06-0,43	24-30
Pisang	23	1	0,3	2,6	12		
Sukun	28,2	1,3	0,3			0,9	
Talas	19-24,5	1,12-2,5	0,1-0,2	1,46		0,87	
Kimpul	34,2	1,2	0,4	1,5		1	16,29
Ubi kelapa	52,25	6,66	0,09	4,76		3,56	12,14
Suweg	39,36	6,22	1,64	4,74		3,81	7,57
Gadung	18	1,81	0,16	0,93		0,69	10,24
Gumbili	42,16	6,11	0,89	2,29		2,87	9,8
Garut	84,69	2,2	0,1	0,6		1,3	31,35
Ganyong	18,8-34,3	1-1,4	0,1-0,8	0,6-4,14		0,7-1,4	

Sumber: Novalinda dan Asni, 2013

Onde-onde adalah makanan tradisional yang terbuat dari tepung terigu atau tepung ketan yang digoreng atau direbus serta permukaannya ditaburi dengan biji wijen. Mojokerto, Jawa Timur merupakan kota asal makanan khas ini sehingga Mojokerto dijuluki sebagai “kota onde-onde”. Onde-onde memiliki macam-macam variasi, yang paling dikenal adalah onde-onde yang terbuat dari tepung ketan dan di dalamnya diisi bubuk kacang hijau. Variasi yang lain hanya dibuat dari tepung terigu dan diberi warna pada permukaannya seperti putih, merah, atau hijau yang dikenal sebagai onde-onde gandum (Anugerah, 2017, hlm.107)

Ubi jalar merupakan tanaman semusim (berumur pendek) dan tergolong dalam tanaman jenis ubi-ubian. Setelah berproduksi satu kali tanaman ini akan mati. Ubi jalar sebagai bahan pangan penghasil karbohidrat sudah tidak diragukan lagi keberadaannya di kalangan masyarakat. Bahkan ubi jalar dijadikan sebagai cadangan pangan bila produksi padi dan jagung tidak tercukupi. Dilihat dari kandungan gizinya yang lengkap, ubi jalar dapat memenuhi kebutuhan gizi kesehatan tubuh. Zat-zat yang terkandung didalamnya dapat menghasilkan energi, mencegah berbagai penyakit, membangun sel-sel tubuh, dan meningkatkan metabolisme tubuh (Juanda dan Cahyono, 2000, hlm.9).

METODE PENELITIAN

Dalam menyusun hasil penelitian ini digunakan dua metode yaitu metode pengumpulan data dan metode penulisan data. Pengumpulan dan pengolahan data merupakan kegiatan yang sangat penting untuk dilakukan. Dalam pengumpulan data menggunakan metode observasi dan metode *library research*. Observasi merupakan suatu kegiatan mengamati suatu objek atau permasalahan secara cermat. Metode observasi yang digunakan adalah observasi partisipasi, yaitu observasi dengan peneliti/penulis ikut terlibat secara langsung dalam proses pembuatan onde-onde ubi jalar ungu. Sedangkan *library research* adalah kegiatan pengumpulan data dengan cara mempelajari dan memahami buku-buku di perpustakaan atau sumber lainnya seperti buku teks, surat kabar, jurnal, majalah dan bahan dokumentasi lainnya. Metode yang digunakan dalam penulisan data yaitu metode kualitatif dan kuantitatif, dengan menggunakan data berupa kata-kata dan data hitungan yang bersifat rasional. Metode ini merupakan metode yang sesuai untuk mengumpulkan, mengolah dan menyajikan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Inovasi pengganti bahan baku onde-onde dengan menggunakan ubi jalar ungu mempunyai tujuan agar makanan khas ini memiliki keunikan tersendiri serta memanfaatkan ubi jalar ungu secara optimal karena ketersediaannya tersebar merata baik di pedesaan maupun di perkotaan. Pembuatan onde-onde ubi jalar ungu menggunakan alat-alat berupa Kompor, penggorengan, baskom, pengocok adonan, ulekan /blender, dan loyang. Untuk membuat kulit onde-onde bahan-bahan yang diperlukan yaitu pasta ubi jalar ungu (umbi kukus yang dihaluskan) 2 kg, tepung tapioka 250 g, tepung ketan 500 g, gula 200 g, wijen ½ kg, dan air hangat 300 ml. Untuk membuat isi diperlukan bahan-bahan berupa, kacang hijau (kupas kulit) ½ kg, gula pasir 350 g, dan garam ½ sdt.

Adapun cara pembuatan onde-onde ubi jalar ungu yaitu untuk pembuatan isi diantaranya perendaman kacang hijau kupas ± 60 menit, pengukusan hingga matang dan haluskan, penambahan gula pasir dan garam aduk dengan rata, dan bentuk adonan menjadi bola-bola kecil. Kemudian untuk pembuatan kulitnya yaitu

pemasukkan semua bahan, penambahan air secukupnya, dan pengulenan hingga adonan kalis. Terakhir langkah-langkah pembuatan onde-onde ubi jalar ungu yaitu pembentukan adonan kulit, pipihkan dan isi dengan bola-bola kacang hijau, bentuk menjadi bulatan, ukuran bulatan sesuai selera. Kemudian lumuri dengan wijen, goreng dengan api kecil dan sesekali dibalik agar matangnya merata. Setelah itu jika sudah mengapung di atas minyak, angkat dan tiriskan. Onde-onde ubi jalar ungu sudah bisa untuk dihidangkan (Novalinda dan Asni, 2013, hlm. 16).

Gambar 1.1 Onde-onde ubi jalar ungu



Sumber: Novalinda dan Asni, 2013

KESIMPULAN

Ubi jalar mengandung gizi yang lengkap sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi kesehatan tubuh. Zat-zat yang terkandung di dalamnya dapat menghasilkan energi, mencegah berbagai penyakit, membangun sel-sel tubuh dan meningkatkan metabolisme tubuh. Oleh karena itu ubi jalar dapat dijadikan inovasi pengganti bahan baku pembuatan onde-onde. Selain itu, agar onde-onde ini juga memiliki keunikan tersendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Novalinda, D., Asni, N.2013. *Teknologi Pengolahan Pangan Lokal*. Balai Pengkajian Teknologi Pertanian: Jambi
- Anugerah, A.W.2017. Pengaruh Kualitas Produk Dan Harga Terhadap Keputusan Pembelian Onde-Ondebo Liem^{jr} Yanik Mojokerto. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga*.Vol 1(1): 107-111
- Juanda, D., Cahyono, B. 2000. *Ubi Jalar (Budidaya Dan Analisis Usaha Tani)*. Kanisius: Yogyakarta