

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Defenisi Kekuramgan Vitamin A (KVA)

Kekurangan vitamin A (KVA) merupakan kondisi gangguan kesehatan akibat tidak terpenuhinya kebutuhan vitamin A didalam tubuh. KVA termasuk defisiensi mikronutrien yang paling banyak terjadi pada anak-anak diberbagai belahan dunia, terutama yang tinggal di negara berkembang. Vitamin A tidak dapat dihasilkan oleh tubuh sehingga harus diperoleh melalui asupan pangan harian, baik melalui pangan hewani sebagai sumber preformed vitamin A, maupun pangan nabati sebagai sumber provitamin A (Maryuningsih dkk, 2021).

Vitamin A adalah vitamin yang larut dalam lemak dan punya kemampuan melakukan perjalanan dalam lemak dan terisimpan lebih lama di lemak. Vitamin A memainkan peran penting dalam banyak sistem tubuh. Vitamin A sangat penting untuk kesehatan penglihatan, metabolisme, dan perkembangan sel. Vitamin A juga menjaga kulit dan lapisan paru-paru, usus, dan saluran kemih dalam kondisi prima. Selain itu, membantu sistem kekebalan tubuh melindungi dari infeksi (Torizellia dkk., 2023). Ini merupakan faktor penting dalam menjaga sistem kekebalan dan sistem reproduksi tetap sehat. Tubuh tidak dapat membuat vitamin A sendiri, jadi harus mendapatkannya melalui makanan yang di konsumsi.

1. Bentuk Vitamin A yang berbeda.

a. Preformed Vitamin A

Vitamin A, atau retinol, ditemukan secara alami dalam produk hewani, termasuk daging sapi, unggas, ikan, hati, dan telur. Beberapa sereal dan produk susu juga diperkaya dengan vitamin A.

b. Provitamin A karotenoid

Karotenoid berasal dari sumber tumbuhan dan merupakan pigmen pada sayuran dan buah-buahan yang memberi warna kuning, oranye, dan merah. Setelah makan buah dan sayuran ini, tubuh perlahan-lahan mengubah karotenoid menjadi vitamin A. Jenis karotenoid yang paling umum adalah

beta-karoten.

2. Komplikasi akibat kekurangan vitamin A.

Kekurangan vitamin A dapat menyebabkan banyak komplikasi, termasuk:

- a. Masalah mata : Vitamin A merupakan faktor kunci dalam banyak fungsi mata. Kehilangan penglihatan dan kebutaan dapat terjadi.
- b. Masalah kulit : Kekurangan vitamin A dapat menyebabkan kulit kering, bersisik dan/atau gatal.
- c. Infertilitas : Vitamin A memainkan peran penting dalam sistem reproduksi. Kekurangan vitamin A dapat menyebabkan kesulitan hamil dan kemandulan .
- d. Masalah pertumbuhan : Kekurangan vitamin A dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan yang tertunda pada anak-anak .
- e. Infeksi saluran pernafasan : Kekurangan vitamin A dapat menyebabkan masalah pada sistem kekebalan tubuh. Hal ini dapat menyebabkan infeksi di dada dan tenggorokan.

B. Penanggulangan Kekurangan Vitamin A

Penanggulangan kekurangan Vitamin A memerlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan pemerintah, organisasi non-pemerintah, dan masyarakat. Berbagai strategi telah dikembangkan untuk mengatasi masalah ini, termasuk program pemberian suplemen Vitamin A, diversifikasi makanan, dan peningkatan akses terhadap perawatan kesehatan. Dr. Sienny Agustin, (2022) menyatakan, mencegah kekurangan vitamin A adalah suatu tindakan penting dalam menjaga kesehatan. Dalam upaya pencegahan kekurangan vitamin A, disarankan untuk menjaga pola makan yang seimbang dengan mengonsumsi makanan yang kaya akan vitamin A, seperti produk hewani (contohnya hati, ayam, salmon, telur, keju, dan yogurt) serta buah-buahan dan sayuran (seperti mangga, pepaya, aprikot, wortel, paprika, bayam, dan ubi jalar) (Torizellia,C.,dkk 2018). Selain itu, jika diperlukan, konsultasikan dengan dokter sebelum memutuskan untuk mengonsumsi suplemen vitamin A, karena mengonsumsi suplemen vitamin

A sebaiknya dilakukan dengan pertimbangan yang matang, mengingat asupan berlebihan dapat memiliki risiko kesehatan yang serius. Di Indonesia, sebagai contoh, Kementerian Kesehatan menyelenggarakan program distribusi suplemen vitamin A kepada anak balita setiap bulan Februari dan Agustus untuk mencegah kekurangan vitamin A.

C. Ubi Jalar Kuning

Ubi jalar kuning, secara botani disebut *Ipomoea batatas*, merupakan salah satu komoditas utama sebagai sumber karbohidrat. Meskipun padi, jagung, dan ubi kayu memiliki posisi sentral, ubi jalar kuning memiliki peran yang tak kalah penting dalam aspek penyediaan bahan pangan, bahan mentah industri, dan juga sebagai bahan pakan ternak (Noviansyah, 2019). Sebagai penyumbang utama karbohidrat, ubi jalar kuning memiliki potensi untuk menggantikan peran bahan pangan utama lainnya. Jika diterapkan dengan baik, ini akan memiliki dampak signifikan dalam usaha untuk memperkaya variasi pangan, serta mendorong perkembangan industri pertanian dengan menghasilkan beragam produk yang mendukung diversifikasi pangan, menunjukkan bahwa konsep ini memiliki potensi yang sangat menggembirakan (Damayati dkk., 2018).



Gambar 1. Ubi Jalar Kuning

Klasifikasi taksonomi ubi jalar menurut (Rukmana, 1997 dalam Silva, 2019)

yaitu :

Kingdom : *Plantae*
Divisi : *Subdivisi*
Spermatophyta : *Angiospermae*
Kelas : *Dicotyledonae*
Ordo : *Convolvulales*

Familia : *Convolvulaceae*
Genus : *Ipomoea*
Spesies : *Ipomoea batatas L*

Ubi jalar merupakan tumbuhan asal Amerika Tengah, yang kemudian diperkenalkan oleh bangsa Spanyol di Filipina dan Maluku. Namun, ubi jalar juga diperkenalkan oleh bangsa Portugis ke Indonesia. Tumbuhan ini memiliki karakteristik sebagai tumbuhan herbal yang tumbuh merambat di dalam tanah dan menghasilkan umbi. Meskipun tumbuh subur di tanah yang kurang produktif, tanah tersebut harus diolah hingga menjadi gembur sebelum ditanami. Waktu panen umbi bisa dilakukan setelah 3-4 bulan, dan secara rata-rata dapat menghasilkan produksi sekitar 30 ton per hektar (Megawadi, 2022).

Ubi jalar kuning termasuk dalam kelompok ubi jalar celembu dengan daging berwarna kuning. Ini merupakan varietas tumbuhan umbi-umbian. Keistimewaan ubi jalar kuning terletak pada kandungan β -karoten yang tinggi, mencapai 900 gram. Selain itu, ubi jalar ini juga mengandung karbohidrat sekitar 32,30 gram, memberikan energi sebanyak 136,00 kalori, serta mengandung lemak sekitar 0,40 gram. Kekayaan vitamin juga terdapat dalam bentuk vitamin A, C, B1, dan B2, sementara kadar protein sebesar 0,5 gram dan mineral seperti zat besi (Fe), fosfor (P), natrium (Na), dan kalsium (Ca) juga terdapat dalam komposisinya. Menurut Nurdjanah & Yuliana (2019). β -karoten pada ubi jalar memiliki manfaat penting bagi kesehatan, termasuk kemampuannya dalam melindungi tubuh dari sekitar 40% risiko penyakit jantung, kanker, stroke, serta menopang daya tahan tubuh (Kahar, M.S. 2022).

Tabel 2 membahas kandungan gizi Ubi Jalar Segar per 100 gram. Informasi ini memberikan gambaran rinci mengenai nilai nutrisi yang terkandung dalam ubi jalar.

Tabel 1.
Kandungan gizi Ubi Jalar per 100 gram

No.	Kandungan gizi	Jumlah			
		Ubi Jalar Kuning	Ubi Jalar Ungu	Ubi Jalar Merah	Ubi Jalar Putih
1	Energi (kkal)	102,1	112,1	103,0	112,1
2	Kharbohidrat (g)	24,3	26,3	24,3	26,3
3	Protein (g)	2,1	2,4	1,7	2,4
4	Lemak (g)	0,1	0,1	0,1	0,1
5	Serat (g)	1,5	1,4	3,0	1,4
6	PUFA (g)	0,1	0,1	0,0	0,1
7	Vitamin A (μ g)	191,0	183,0	146,0	0,0
8	Karoten (mg)	0,191	0,183	0,146	0,0
9	Vitamin E (mg)	6,0	6,0	5,0	6,0
10	Vitamin B1 (mg)	0,1	0,1	0,1	0,1
11	Vitamin B2 (mg)	0,1	0,0	0,1	0,0
12	Vitamin B6 (mg)	0,2	0,3	0,2	0,1
13	Total.Asam folat (μ g)	18,0	18,0	23,0	18,0
15	Vitamin C (mg)	14,0	14,0	25,0	14,0
16	Natrium (mg)	4,0	3,0	10,0	3,0
17	Kalium (mg)	324,0	348,0	348,0	348
18	Kalsium (mg)	11,0	9,0	28,0	9,0
19	Magnesium (mg)	27,0	30,0	20,0	30,0
20	Fosfor (mg)	43,0	45,0	55,0	45,0
21	Besi (mg)	0,8	0,9	0,5	0,9
22	Seng (mg)	0,5	0,6	0,3	0,6

Sumber; *Nutrisurvey (2007) dan TKPI (2017)*

Berdasarkan tabel kandungan gizi ubi jalar pe 100 gram, dapat disimpulkan bahwa ubi jalar kuning menjadi pilihan unggul dalam hal kandungan vitamin A dan karoten. Dengan kandungan vitamin A sebesar 191 μ g dan karoten sebanyak 0,191 mg, ubi jalar kuning menawarkan kontribusi nutrisi yang lebih tinggi dibandingkan dengan varian lainnya, seperti ubi jalar ungu, ubi jalar merah, dan ubi jalar putih.

Oleh karena itu, ubi jalar kuning dapat dianggap sebagai pilihan yang sangat baik untuk meningkatkan asupan vitamin A berupa karoten dalam diet harian.

Konsumsi ubi jalar kuning dapat memberikan manfaat tambahan bagi kesehatan, **terutama dalam mendukung kesehatan mata dan sistem kekebalan tubuh.** Disarankan untuk mempertimbangkan integrasi ubi jalar kuning dalam pola makan sehari-hari untuk mendapatkan manfaat gizi yang optimal.

D. Tepung Ubi Jalar Kuning

Tepung ubi jalar kuning adalah serbuk yang terbuat dari ubi jalar kuning yang dikukus dan digiling (Noviansyah, 2019). Tepung ubi jalar kuning dapat digunakan sebagai bahan baku dalam industri makanan dan memiliki daya simpan yang lebih lama. Tepung ubi jalar kuning merupakan produk setengah jadi dari ubi jalar, yang berguna sebagai bahan baku dalam industri makanan. Ubi jalar kuning memiliki kandungan karbohidrat, serat, vitamin C, vitamin A, serta mineral seperti kalium, kalsium, dan magnesium. Di sisi lain, tepung ubi jalar kuning juga memuat pati, protein, dan lemak (Damayati dkk., 2018)

Tepung ubi jalar kuning bisa berfungsi sebagai pengganti tepung terigu saat membuat pancake dan juga memiliki kemampuan sebagai bahan dasar dalam pembuatan beragam jenis hidangan lainnya. Hasil penelitian Noviansyah (2019), menunjukkan bahwa untuk menghasilkan tepung ubi jalar yang baik, maka ubi diproses melalui beberapa tahap yaitu pengupasan, penyawutan, perendaman di dalam larutan bisulfit 0,2%, pengepresan, pengeringan dan penepungan. Untuk memperbaiki warna tepung ubi jalar dapat dilakukan dengan cara ubi di iris dengan ketebalan 2-3 mm, dicelupkan ke dalam larutan sodium metabisulfit, kemudian dicuci 2 kali sebelum dikeringkan.

Berikut disajikan Tabel 3 yang merinci rekomendasi untuk penetapan persyaratan mutu fisik tepung ubi jalar kuning. Data ini membantu memastikan karakteristik fisik yang optimal dalam produk akhir.

Tabel 2.

Rekomendasi Penetapan Persyarat Mutu Fisik Tepung Ubi Jalar Kuning

Parameter	Tepung Ubi Jalar	Sumber
Keadaan		:
1. Bentuk	Serbuk	
2. Bau	Normal	
3. Warna	Normal	
Benda asing	Tidak ada	
Kehalusan(lolos ayakan 80 mesh)	Min 90%	

Ambarsari, dkk (2009) dalam Noviansyah, (2019)

Gambar 2 menampilkan Tepung Ubi Jalar Kuning. Informasi visual ini memberikan ilustrasi langsung tentang penampilan dan karakteristik tepung ubi jalar kuning.



Gambar 2. Tepung Ubi Jalar Kuning

Tepung ubi jalar kuning bisa berfungsi sebagai pengganti tepung terigu saat membuat pancake dan juga memiliki kemampuan sebagai bahan dasar dalam pembuatan beragam jenis hidangan lainnya.

Tabel 4 menyajikan kandungan gizi tepung ubi jalar kuning per 100 gram. Data ini memberikan gambaran rinci mengenai nilai nutrisi yang terkandung dalam tepung ubi jalar kuning.

Tabel 3.

Kandungan Giz Tepung Ubi Jalar Kuning per 100 gram

No.	Kandungan gizi	Jumlah	Satuan
1	Air	65,5	g
2	Protein	2,27	g
3	Karbohidrat	30,6	g
4	Serat	5,56	g
5	Lemak	1,5	g
6	Abu	0,18	g
7	Ca	50	mg
8	Fe	0,9	g
9	Fosfor (P)	49	mg
10	Betakaroten	2900	mg
11	Vitamin A	25,5	mg
12	Vitamin B1	0,06	mg
13	Vitamin C	23	mg
15	Thiamin	0,4	mg
16	Riboflavin	0,05	mg
17	Niacin	0,5	mg
18	Energi	114	kkal

*Sumber :**Ginting,**dkk. 2014**dalam (Noviansyah, 2019).***E. Pancake**

Pancake adalah jenis makanan yang berbentuk bulat, tipis, dan pipih, terbuat dari tepung terigu, telur, gula, dan susu yang dicampur dengan air hingga membentuk adonan kental yang dimasak di atas wajan panas (Naseng dkk., 2021). Pancake sering disajikan dengan topping seperti mentega, sirup, selai, atau buah, dan dapat dimakan sebagai makanan penutup atau camilan (Kurniasari & Wibisono, 2023). Tekstur pancake ditandai dengan munculnya pori-pori di permukaannya, yang terbentuk dari pemuaihan adonan saat dipanaskan. Dalam penelitian (Heluq & Mundiastuti, 2018) , Pancake sangat populer di banyak negara, dan variasi pancake yang berbeda dapat ditemukan di berbagai budaya. Misalnya, di Prancis, pancake dikenal sebagai crepes, sedangkan di Jerman, pancake disebut pfnankuchen. Pancake dapat dibuat dengan berbagai jenis tepung, dan penambahan bahan lain seperti baking powder atau ragi dapat mempengaruhi

tekstur dan ketebalan pancake.

Gambar 3 memperlihatkan Pancake. Melalui representasi visual ini, dapat dilihat secara langsung penampilan dan karakteristik pancake yang menjadi fokus dalam pembahasan ini.



Gambar 3. Pancake

Tabel 5 merinci Standar Mutu Pancake. Data ini memberikan pedoman terkait parameter kualitas yang diinginkan dalam pembuatan pancake.

Tabel 4.
Standar Mutu Pancake

Kriteria uji	Satuan	Persyaratan
Keadaan :		Tidak Berjamur
Kenampakan	- - -	Normal
Bau		Normal
Rasa		Normal
Air	% b/b	Maks. 40
Abu	% b/b	Maks. 3,0
NaCl	% b/b	Maks. 2,5
Gula	% b/b	Min. 8,0
Lemak	% b/b	Maks. 3,0
Serangga/ belatung	-	Tidak boleh ada
Cemaran logam		
Raksa (Hg)	mg/kg	Maks. 0,05
Timbal (Pb)	mg/kg	Maks. 1,0
Tembaga (Cu)	mg/kg	Maks. 10,0
Seng (Zn)	mg/kg	Maks. 40,0
Cemaran arsen (As)	mg/kg	Maks. 0,5
Cemaran mikroba		
Angka lempeng total	Koloni/g	Maks. 10 6
E.coli	APM/g	< 3
Kapang	Koloni/g	Maks. 104

Sumber : BSN, (1996) dalam penelitian (Ali, 2022)

F. Pembuatan *Pancake*

Bahan pembuat *pancake* terdiri dari tepung terigu, susu cair, telur, margarine, gula pasir, dan baking powder. Berikut ini akan dijabarkan lebih detail mengenai bahan-bahan tersebut.

1. Tepung Terigu

Tepung terigu adalah serbuk halus yang berasal dari biji gandum yang telah digiling. Biasanya digunakan untuk pembuatan roti, kue, mie, dan produk makanan lainnya. Tepung terigu mengandung banyak pati, yaitu jenis karbohidrat kompleks yang tidak larut dalam air (Raihan & Makkiyah, 2023). Selain itu, terigu juga mengandung protein dalam bentuk gluten yang berperan dalam menentukan kekenyalan makanan yang terbuat dari gandum (SNI, 2009). Informasi tentang standar kualitas tepung terigu dapat ditemukan dalam Tabel.

Tepung terigu sering dianggap sebagai alternatif produk setengah jadi yang sangat disarankan, karena mudah digunakan, dapat diperkaya dengan nutrisi tambahan (fortifikasi), dan dapat dengan cepat diolah sesuai dengan kebutuhan masyarakat modern yang cenderung praktis (Agustini & Salim, 2022).

2. Susu Cair

Menurut Standar Nasional Indonesia (SNI) tahun 2014, susu segar adalah cairan yang berasal dari sapi atau kambing yang dalam keadaan sehat dan bersih, diperoleh melalui proses pemerahan yang benar, dan tidak mengalami pengurangan, penambahan, atau pengolahan pada komposisi alaminya.

Susu dianggap sebagai makanan yang hampir sempurna karena kandungan gizinya yang lengkap. Selain air, susu juga mengandung protein, karbohidrat, lemak, mineral, enzim, serta vitamin A, C, dan D. Keunggulan nutrisi susu ini berasal dari interaksi molekul-molekul di dalamnya, dengan minimal 3,25% kandungan padat dan minimal 8,25% lemak dalam bentuk bubuk. Susu memiliki umur simpan sekitar 6 bulan hingga satu tahun pada suhu kamar. Komposisi susu dapat sangat bervariasi, tergantung pada berbagai faktor seperti jenis hewan, waktu pemerahan, jenis pakan, usia sapi, dan lainnya (Purnama dkk., 2019).

3. Telur

Telur ayam adalah salah satu bahan yang digunakan dalam resep pancake. Menurut Khoir., dkk (2022) telur berperan penting dalam pembuatan kue, termasuk pancake, karena menciptakan struktur dan stabilitas adonan. Penggunaan telur utuh, kuning telur saja, dan putih telur saja juga berbeda efeknya dalam membuat kue. Berikut adalah peran telur dalam pembuatan kue, termasuk pancake :

Telur utuh: Mengandung lemak dan protein, telur yang digunakan secara utuh bertindak sebagai lem atau bahan pengikat yang menyatukan adonan bahkan memberikan kelembapan pada kue dan makanan yang dipanggang. Telur utuh memberikan struktur lembut pada kue. Telur juga menambahkan cita rasa, warna, dan aroma pada makanan.

Kuning telur: Terdiri dari lemak dan protein, kuning telur berperan sebagai pengemulsi pada makanan, yaitu menggabungkan cairan dan lemak menjadi satu adonan yang baik. Kuning telur juga memberikan rasa dan warna keemasan yang menarik saat dipanggang. Kuning telur berperan mengentalkan campuran, menciptakan tekstur gel kenyal.

Putih telur: Putih telur bisa digunakan begitu saja sebagai krim atau bahan utama saat membuat meringue. Karena putih telur tidak mengandung lemak, kue yang dipanggang dengan putih telur akan lebih ringan dan renyah.

Dalam resep pancake, telur ayam digunakan sebagai salah satu bahan dasar bersama dengan tepung terigu, gula, dan susu (Joy, 2019). Adonan pancake dibuat dengan mencampurkan bahan-bahan tersebut dengan air hingga membentuk adonan kental yang digoreng di atas wajan datar yang diolesi sedikit minyak (Nuraini, 2022). Pancake biasanya dimakan dengan tambahan mentega dan sirup maple, selai, atau madu.

4. Margarin

Margarin adalah bahan makanan yang mengandung emulsi air dalam lemak dan sering digunakan dalam pembuatan produk roti seperti kue dan pancake (Prasastono dkk., 2022). Penggunaannya bertujuan untuk meningkatkan aerasi,

memberikan tekstur yang lembut, meningkatkan rasa, serta memperpanjang masa simpan produk roti. Dalam proses pembuatan pancake, margarin dilelehkan dan dicampur bersama tepung terigu, telur, susu, gula, garam, dan baking powder menggunakan alat pengaduk balon (Putra & Salihat, 2021). Campuran pancake kemudian dituangkan ke dalam wajan teflon berdiameter kecil dan dimasak hingga mengembang dan sedikit mengeras. Margarin dan mentega digunakan dengan cara yang serupa dalam proses memanggang dan berperan sebagai lemak yang membantu menjaga kesegaran pancake atau kue lebih lama (Firmansyah.,dkk 2020).

5. Gula Pasir

Gula pada pembuatan pancake memiliki beberapa fungsi selain sebagai pemanis (Ali.,dkk 2020). Berikut adalah beberapa fungsi gula dalam pembuatan pancake;

- a. Memberikan kelembaban dan tekstur pada pancake. Sifat higroskopis gula menarik dan mempertahankan kelembaban pada adonan pancake. Hal ini membantu meningkatkan masa simpan pancake karena mencegah pancake mengering terlalu cepat.
- b. Membantu pembentukan lapisan pada pancake. Lapisan dari gula tersebut bisa menambahkan sedikit kerenyahan dan juga menambah sedikit tekstur pada pancake.
- c. Bertindak sebagai pelunak pada adonan pancake. Berbeda dengan protein dan pati dalam resep yang bertindak sebagai penguat dan pembangun struktur, gula bertindak sebagai pelunak. Ketika mulai larut dan menyerap air dalam adonan, gula dapat menunda pembentukan gluten dan pembangunan struktur, membuat pancake menjadi lebih empuk.
- d. Membantu pembentukan kantong udara pada adonan krim. Dalam pembuatan krim, gula yang dicampur mentega membuat udara masuk ke dalam campuran ini. Sehingga kantong udara kecil terbentuk untuk mengembangkan adonan saat dipanggang.

Dalam pembuatan pancake, gula yang digunakan adalah gula pasir. Gula pasir

terbuat dari sari tebu yang dikristalkan dan bisa digunakan secara universal (Firmansyah.,dkk 2020).

6. Baking Powder

Baking powder digunakan dalam pembuatan pancake untuk memicu proses pengembangan adonan. Campuran garam asam dan basa dalam baking powder bereaksi dengan cairan dalam

adonan pancake, menghasilkan gas karbon dioksida. Gas ini membentuk gelembung udara dalam adonan, membuat pancake mengembang dan menjadi lebih ringan saat dipanggang. Sebagai akibatnya, pancake menjadi lembut dan berongga. Baking powder juga berperan dalam menciptakan tekstur dan kelembutan pancake (Mubarok, 2020).

G. Resep Pancake original

Berikut ini adalah resep pancake Original menurut (Nasution & Angkat, 2023 : Modifikasi)

1. Bahan:

- a. 100 gram tepung terigu
- b. 150 ml susu cair
- c. 1 butir telur
- d. 20 gram gula pasir
- e. 15 gram margarine
- f. 1/2 sendok teh baking powder

2. Alat:

- a. Timbangan digital
- b. Balloon whisk
- c. Kompor
- d. Teflon
- e. Mangkok
- f. Spatula
- g. Sendok
- h. Piring

3. Cara Membuat:

- a. Cairkan margarin hingga mencapai konsistensi cair.
- b. Campur tepung terigu, telur, susu, gula pasir, baking powder, dan garam dalam sebuah mangkuk besar dengan menggunakan mikser hingga merata.
- c. Tuang margarin yang telah cair ke dalam campuran adonan.
- d. Teflon dengan diameter kecil panaskan di atas kompor.
- e. Adonan dituangkan ke dalam teflon dan kemudian ditutup sebentar.
- f. Pancake dibalik jika adonannya sudah mulai berpori dan sedikit mengeras di pinggirnya.
- g. Setelah matang, pancake dapat disajikan.

H. Penilaian Organoleptik

Penilaian organoleptik merupakan proses evaluasi sifat-sifat indrawi suatu bahan pangan, yang mencakup tahapan menerima bahan, mengenali bahan, mengklarifikasi sifat-sifat bahan, mengingat kembali bahan-bahan yang diamati, dan menguraikan kembali sifat indrawi (Gusnadi dkk., 2021). Uji organoleptik dilakukan oleh panelis yang mengamati, menguji, dan menilai bahan pangan berdasarkan pengalaman indrawi mereka. Menurut Khalisa dkk., (2021), pengujian organoleptik melibatkan pengumpulan data dan keterangan dengan menggunakan indera tubuh sebagai alat penerima.

Dalam penilaian organoleptik, terdapat beberapa faktor yang perlu diperhatikan, di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Warna:

Warna adalah komponen penting dalam menentukan kualitas dan penerimaan suatu bahan pangan. Warna yang sedap dipandang merupakan faktor penting dalam penentuan mutu bahan pangan. Perubahan warna pada bahan pangan dapat terjadi selama proses pengolahan atau pemanasan. Sebagai contoh, pemanasan dapat mengubah warna makanan, seperti ketika protein pada bahan pangan menghasilkan warna coklat (Lamusu, 2019).

2. Aroma:

Aroma adalah bau yang dihasilkan oleh reaksi kimia yang tercium oleh indera penciuman ketika makanan masuk ke dalam mulut. Aroma sangat penting dalam menentukan cita rasa dan kelezatan bahan makanan. Seseorang yang mencicipi makanan baru akan pertama-tama memperhatikan aroma sebelum mencoba rasanya (Alif dkk., 2019).

3. Tekstur:

Tekstur makanan dipengaruhi oleh kandungan air, lemak, protein, dan karbohidrat. Tekstur makanan dapat dirasakan melalui penggunaan mulut (ketika digigit, dikunyah, dan ditelan) atau dengan meraba makanan menggunakan jari. Tekstur dapat bervariasi, seperti kebasahan, kering, keras, halus, kasar, dan berminyak (Asrawaty, 2018).

4. Rasa:

Rasa merupakan faktor terpenting dalam penentuan penerimaan konsumen terhadap suatu makanan atau produk pangan. Meskipun parameter lain memiliki nilai baik, jika rasa makanan tidak enak atau tidak disukai, produk tersebut cenderung ditolak. Manusia mengenal empat rasa dasar: asin, asam, manis, dan pahit. Rasa lainnya merupakan perpaduan dari rasa-rasa dasar tersebut (Alif dkk., 2019). Perbedaan dalam persepsi rasa dapat disebabkan oleh perbedaan sensitivitas indra perasa seseorang atau karena kurangnya pengetahuan tentang rasa tertentu