

Accepted: 10/6/2025, revised: 16/6/2025, published: 26/6/2025

TINGKAT KESUKAAN PRODUK MIE CUP INSTAN SEHAT DENGAN VARIAN SAYURAN KERING

Haris Suseno Aji^{1)*}

¹⁾ Program Studi Bisnis Jasa Makanan, Politeknik Surabaya

*Penulis korespondensi, email: haris_suseno@ymail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pembuatan mie cup instan sehat dengan penambahan sayuran kering, kandungan gizinya sebagai alternatif mie instan komersial, serta tingkat kesukaan panelis terhadap aspek organoleptik (rasa, aroma, tekstur, dan warna). Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan 25 panelis yang mengisi kuesioner uji hedonik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mie cup instan komersial lebih disukai dalam hal rasa, tetapi mie cup sehat dengan sayuran kering mendapat skor tinggi pada atribut warna dan aroma. Uji Mann-Whitney menunjukkan terdapat perbedaan signifikan pada rasa dan aroma, namun tidak signifikan pada tekstur.

Kata kunci: mie cup, mie instan, sayuran kering, uji hedonik

ABSTRACT

This research aims to determine the process of making healthy instant cup noodles with the addition of dried vegetables, to analyze their nutritional content as an alternative to commercial instant noodles, and to assess the preference level of panelists regarding organoleptic aspects (taste, aroma, texture, and color). This study employed a quantitative method with 25 panelists who filled out a hedonic test questionnaire. The results showed that commercial instant noodles were more preferred in terms of taste, while healthy cup noodles with dried vegetables scored higher in color and aroma attributes. The Mann-Whitney test indicated significant differences in taste and aroma, but no significant difference in texture.

Keywords: cup noodles, dried vegetables, hedonic test, instant noodles

PENDAHULUAN

Mie instan merupakan salah satu produk pangan praktis yang digemari masyarakat Indonesia dari berbagai kalangan usia. Menurut data Asosiasi Mi Instan Dunia (WINA), Indonesia menempati peringkat kedua sebagai negara dengan konsumsi mie instan terbanyak di dunia. Hal ini menunjukkan bahwa mie instan telah menjadi bagian dari pola makan sehari-hari.

Namun, konsumsi mie instan yang berlebihan dapat berdampak pada kesehatan karena kandungan natrium yang tinggi, rendahnya serat, serta minimnya kandungan vitamin dan mineral. Oleh karena itu, diperlukan inovasi mie instan yang lebih sehat, salah satunya adalah mie cup dengan tambahan sayuran kering (wortel, daun bawang jagung manis). Penambahan sayuran kering diharapkan dapat meningkatkan nilai gizi serta memperbaiki Kualitas sensori produk

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- 1) proses pembuatan mie *cup* instan sehat dengan penambahan sayuran kering,
- 2) kandungan gizi sayuran kering dalam produk mie *cup* sehat, dan
- 3) tingkat kesukaan konsumen terhadap mie *cup* sehat dibandingkan dengan mie *cup* komersial.

MATERI DAN METODE

Materi Penelitian

Bahan yang digunakan yaitu mie komersial (mie *cup* instan yang beredar di pasaran), sebagai kontrol dan mie sehat (eksperimen) yakni mie basah kering dengan tambahan sayuran kering (wortel 10 g, bawang daun 5 g dan seledry 7 g per *cup*).

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain eksperimental. Mie komersial dan mie hasil eksperimen diuji oleh panelis. Panelis yang digunakan berjumlah 25 orang (20 panelis terlatih dan 5 panelis ahli). Profil panelis adalah berumur antara 18 – 40 tahun, terdiri atas mahasiswa dan dosen, 18 panelis (18) orang perempuan dan 7 panelis (18%) orang laki-laki. Uji organoleptik dilakukan menggunakan uji hedonik (kesukaan) dengan menggunakan skala 1 – 4 (1 = sangat tidak suka, 2 = tidak suka, 3 = suka, 4 = sangat suka). Atribut organoleptik yang diuji meliputi: rasa, aroma, tekstur, dan warna.

Hipotesis empirik dalam penelitian ini adalah:

H0: tidak ada perbedaan tingkat kesukaan pada mie *cup* sehat dan mie *cup* komersial.

H1: ada perbedaan tingkat kesukaan pada aspek organoleptik (rasa, aroma, tekstur, warna).

Hipotesis diuji secara statistik dengan menggunakan Uji Mann-Whitney pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$ atau $p < 0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Skor rata-rata untuk kedua macam mie yang diteliti dalam penelitian ini, berkisar pada skala 3. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Mann-Whitney, untuk masing-masing atribut ada signifikan dan ada yang tidak signifikan. Data secara lengkap dapat dilihat pada Tabel 1.

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa skor rata-rata berkisar pada skala 3 untuk semua atribut baik mie komersial maupun mie sehat hasil eksperimen, yang meliputi rasa, aroma, tekstur, maupun warna disukai oleh panelis. Namun secara statistik, untuk aroma dan warna, mie sehat hasil eksperimen secara signifikan ($p < 0,05$) lebih disukai oleh panelis; sedangkan rasa, panelis lebih menyukai ($p < 0,05$) mie komersial. Sementara itu, untuk tekstur baik mie komersial maupun mie hasil eksperimen, tidak berbeda secara nyata ($p > 0,05$), artinya sama-sama disukai.

Tabel 1. Hasil Penilaian Panelis dan Hasil Uji Statistik Mie Komersial dan Mie Hasil Eksperimen

Atribut	Skor rata-rata		Hasil uji statistik*	Deskripsi
	Mie Komersial	Mie Sehat + Sayuran Kering		
Rasa	3,6	2,9	Sig 0,001 < 0,05	Signifikan, komersial lebih disukai
Aroma	3,2	3,4	Sig 0,040 < 0,05	Signifikan, mie sehat lebih disukai
Tekstur	3,1	3,0	Sig 0,120 > 0,05	Tidak signifikan
Warna	3,0	3,5	Sig 0,020 < 0,05	Signifikan, mie sehat lebih disukai

*Hasil Uji Mann-Whitney, pada taraf signifikansi $p < 0,05$.

Berdasarkan hasil tersebut, menunjukkan bahwa mie sehat hasil eksperimen yakni dengan penambahan sayuran kering memberikan keunggulan dari segi aroma dan warna karena kandungan sayuran yang memberikan kesan segar. Rasa mie komersial yang lebih disukai karena panelis sudah terbiasa dengan cita rasa bumbu instan yang kuat.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

- 1) Mie *cup* sehat dengan penambahan sayuran kering berhasil dibuat dan diuji melalui uji organoleptik.

- 2) Panelis lebih menyukai mie komersial dari segi rasa, namun mie sehat lebih unggul pada atribut aroma dan warna rasa.

Saran

- 1) Perlu pengembangan resep bumbu yang lebih sesuai dengan selera konsumen agar mie sehat dapat bersaing dengan mie komersial.
- 2) Variasi sayuran kering lain seperti brokoli atau seledry dapat ditambahkan untuk meningkatkan kandungan gizi dan daya tarik visual.
- 3) Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan terkait umur simpan dan kandungan gizi secara laboratorium.

DAFTAR RUJUKAN

- Asosiasi Mi Instan Dunia (WINA). 2023. Annual Report on Instant Noodles Consumption.
- Nurhalima, L. 2019. Teknologi Pengolahan Pangan Instan. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Hardani, H., dkk. 2020. Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu.
- Putri, A. 2022. Analisis Tingkat Kesukaan Mie Instan dengan Penambahan Sayuran Kering. Jurnal Teknologi Pangan, 7(2), 45–53.