

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Penyakit degeneratif termasuk dalam kategori penyakit tidak menular dimana terjadi penurunan fungsi dari organ tubuh seiring bertambahnya usia. Menurut data RISKESDAS (2018) masalah penyakit tidak menular di Indonesia mengalami peningkatan dibandingkan dengan tahun 2013 dibuktikan dengan prevalensi penyakit diabetes melitus dari 6,9% meningkat menjadi 8,5%, hipertensi 25,8% meningkat menjadi 34,1%, stroke 7% menjadi 10,9% dan gagal ginjal kronik dari 2% meningkat menjadi 3,8% dan juga gangguan kesehatan lainnya seperti gangguan konstipasi atau pencernaan, obesitas dan hipokolesterol. Terjadinya peningkatan prevalensi dari berbagai jenis penyakit degeneratif seiring dengan faktor tingginya prevalensi akibat aktifitas fisik kurang sebesar 33,5% dan kurangnya konsumsi serat pangan yang berasal dari buah dan sayur sebesar 95,5%.

Konsumsi serat pada orang dewasa berjenis laki-laki dengan usia 19-49 tahun serat yang dikonsumsi setiap hari sebesar 36-37 gram kemudian untuk konsumsi serat pada perempuan dengan usia yang sama yaitu 19-49 tahun serat yang dikonsumsi sebesar 30-32 gram. Menurut Kusharto (2006) konsumsi asupan serat semakin lama dianjurkan untuk semakin tinggi dikarenakan banyak manfaat bagi kesehatan dan tubuh.

Menurut Kusumaningtias (2010) Jantung pisang mengandung serat tinggi dan sedikit lemak serta rendah kandungan protein. Kandungan serat yang terdapat di dalam jantung pisang berfungsi untuk memperlancar pencernaan serta dapat membantu mengikat lemak dan kolesterol untuk dibuang bersama kotoran. Jantung pisang dapat menghindarkan kita dari penyakit jantung dan stroke karena dapat memperlancar sirkulasi darah dan bersifat antikoagulan (mencegah penggumpalan darah). Jantung pisang merupakan sumber pangan nabati yang dapat diolah menjadi berbagai produk, seperti nugget jantung pisang, abon jantung pisang, dan dendeng jantung pisang (Panji, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian serat pangan pada jantung pisang kepok adalah 18,44 gram per 100 gram jantung pisang kepok, kadar serat tidak larut pada jantung pisang kepok sebanyak 16,94 gram per 100 gram jantung pisang kepok dan kadar serat larut pada jantung pisang kepok sebanyak 1,54 gram per 100 gram jantung pisang kepok (Achu *et al.*,2015). Riset menunjukkan jantung pisang diawetkan sebagai sayur dehidrasi dengan hasil kadar serat dari berat kering pada jantung pisang segar 17,41 gram per 100 gram bahan. Riset tersebut bertujuan untuk menentukan ketebalan yang paling tepat dan hasil produk yang menarik setelah pengolahan (Wickramarachchi, 2005).

Ikan teri nasi merupakan salah satu bahan pangan yang memiliki nilai gizi yang tinggi dengan kandungan mineral, vitamin, lemak tak jenuh dan protein yang tersusun dalam asam-asam amino esensial yang dibutuhkan oleh tubuh (Zaky dan Indrawati, 2014). Dalam 100 gram ikan teri nasi mengandung 32,5 gram protein dan 1000 mg kalsium (TKPI, 2017). Ikan teri nasi merupakan salah satu hasil potensi perikanan yang sangat melimpah yang bisa didapatkan diperairan Indonesia. Ikan teri nasi merupakan salah satu ikan favorit di masyarakat karena mulai dari kepala, daging hingga tulangnya dapat dikonsumsi (Akmal,2016). Menurut Sijabat (2004) ikan teri menempati posisi penting diantara 55 spesies ikan yang memiliki nilai ekonomis setelah ikan layang, ikan lemuru, ikan tembang dan ikan tongkol. Ikan teri nasi merupakan ikan teri dengan ukuran kecil yang berwarna putih, memiliki bentuk badan yang bulat memanjang.

Sementara itu abon merupakan salah satu produk pangan yang cukup populer dan disukai oleh berbagai kalangan sebagai pengganti lauk hewani dan nabati karena dapat langsung dikonsumsi serta masa simpannya yang lebih awet. Kandungan gizi abon tergantung dari bahan baku yang digunakan, umumnya sumber gizi yang cukup baik karena terbuat dari daging atau ikan. Dalam SNI 01-3707-1995 disebutkan bahwa abon yang ada saat ini umumnya berbahan baku dari daging sapi dan daging ayam.

Namun saat ini telah banyak juga dilakukan penelitian pembuatan abon dengan penambahan bahan pangan nabati seperti yang dilakukan oleh Santosa (2010) dan Sammeng dkk (2021). Menurut sammeng,dkk (2023) penambahan

teri nasi pada pembuatan abon jantung pisang kepok dapat menjadikan sumber protein yang mana terdapat pada syarat mutu abon yaitu kandungan protein minimal sebanyak 15%. Dan untuk bahan campuran abon jantung pisang kepok sendiri menggunakan ikan teri nasi yang basah.

Oleh karena itu perlu dilakukan inovasi dalam pembuatan makanan fungsional tinggi serat dengan menambahkan jantung pisang pada pembuatan abon jantung pisang dengan penambahan ikan teri nasi. Jantung pisang memiliki kandungan serat yang tinggi untuk memberikan perasaan kenyang yang lebih lama. Salah satu bentuk pengolahan jantung pisang yaitu menjadi abon jantung pisang kepok dengan penambahan ikan teri nasi dengan proporsi jantung pisang sebagai makanan fungsional yang bergizi, sehat, dan menarik bagi masyarakat.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini:

1. Bagaimana kandungan serat pada abon jantung pisang dengan proporsi ikan terinasi sebagai makanan fungsional tinggi serat?
2. Bagaimana sifat organoleptik (warna, rasa, aroma dan tekstur) yang terdiri dari uji mutu hedonik dan uji hedonik pada abon jantung pisang kepok dengan proporsi ikan teri nasi sebagai makanan fungsional tinggi serat?
3. Bagaimana perlakuan terbaik abon jantung pisang kepok yang diproporsi dengan ikan teri nasi.
4. Bagaimana komposisi gizi abon pada perlakuan terbaik per 100 gram?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengkajian abon jantung pisang kepok yang disubstitusi dengan ikan teri nasisebagai makanan fungsional tinggi serat.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui pengaruh kadar serat abon jantung pisang kepok yang

diproporsidengan ikan teri nasi.

2. Menguji sifat organoleptik abon jantung pisang kepok yang diproporsi dengan ikan teri nasi.
3. Menentukan perlakuan terbaik abon jantung pisang kepok yang diproporsi dengan ikan teri nasi.
4. Menentukan Komposisi gizi abon jantung pisang kepok yang di proporsi dengan ikan teri nasi.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Bidang Gizi**

Sebagai tambahan informasi bagi ahli gizi bahwa abon jantung pisang kepok dengan proporsi ikan teri nasi memiliki komposisi gizi yang cukup baik sebagai makanan tinggi serat.

### **1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai tambahan informasi ilmiah tentang abon jantung pisang kepok dengan proporsi ikan teri nasi memiliki komposisi serat yang tinggi.

#### 1.4.3 Bagi Masyarakat

Sebagai tambahan informasi bagi masyarakat bahwa abon jantung pisang kepok dengan proporsi ikan teri nasi memiliki komposisi gizi yang lengkap dan dapat menambah keanekaragaman pangan yaitu memperoleh pangan yang berkualitas tinggi.

#### 1.4.4 Bagi Peneliti

Sebagai tambahan pengetahuan dan pengalaman dalam membuat produk dan meneliti secara langsung komposisi zat gizi dari produk yang dibuat, dan juga sebagai tambahan pengetahuan bagi peneliti untuk memberikan pemanfaatan alternatif baru tentang makanan tinggi serat.