

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di era globalisasi saat ini, telah terjadi kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Namun di sisi lain dampak dari kemajuan tersebut, dapat mengakibatkan perubahan perilaku konsumsi yang tidak sehat dan meningkatkan keterpaparan yang dapat membahayakan kesehatan masyarakat, sehingga memicu timbulnya penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif disebabkan adanya kerusakan sel akibat antioksidan tidak dapat menetralkan radikal bebas, sehingga terjadi penurunan fungsi organ tubuh. Penyakit degeneratif ditandai adanya kondisi stress oksidatif, dimana stress oksidatif adalah suatu kondisi yang terjadi karena ketidakseimbangan jumlah radikal bebas dengan sistem pertahanan antioksidan di dalam tubuh (Alifariki dkk, 2019).

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) (2018), terjadinya penyakit degeneratif seperti stroke, diabetes melitus, hipertensi, dan kanker mengalami peningkatan dibandingkan pada data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013. Prevalensi stroke dari 7% menjadi 10,9%, diabetes melitus dari 1,5% menjadi 2,0%, hipertensi dari 25,8% menjadi 34,1%, dan kanker naik dari 1,4% menjadi 1,8%. Menurut Zhaluku, dkk. (2016), bahwa suatu senyawa yang mampu menstabilkan atau menonaktifkan radikal bebas sebelum menyerang sel, memiliki fungsi preventif, dan proteksi terhadap penyakit degeneratif adalah antioksidan.

Menurut Yuslianti (2018), Antioksidan merupakan senyawa yang dapat menunda ataupun mencegah terjadinya reaksi oksidatif dari radikal bebas (autooksidasi). Antioksidan, selain dapat mencegah autooksidasi, juga dapat

menekan proliferasi (perbanyak sel kanker) (Gardjito, dkk. 2018). Radikal bebas yang berlebih menyebabkan antioksidan yang ada di dalam tubuh (antioksidan endogen) membutuhkan pasokan antioksidan dari luar tubuh (antioksidan eksogen) untuk mempertahankan fungsi seluler yang optimal. Menurut asalnya antioksidan eksogen terbagi menjadi dua, yakni dari bahan kimia (antioksidan sintetik) dan antioksidan dari alam sekitar (antioksidan alami) (Yuslianti, 2018). Sumber antioksidan alami berasal dari bahan mineral, hewan, dan yang melimpah berasal dari tumbuhan. Salah satu tumbuhan yang mengandung sumber antioksidan yakni buah jambu biji merah.

Jambu biji merah merupakan buah yang banyak dijumpai di Indonesia. Manfaat dari buah jambu biji merah diantaranya sebagai zat antioksidan, antiinflamasi (antibengkak), antimikroba, antibakter, dan antidiare. Jambu biji merah mengandung senyawa fenolat dan juga ditemukan efek farmakologi seperti, asam asiatat, asam kaleat, asam alegat, dan antikanker (Sadewo, 2012). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Febrianti, dkk. (2016) bahwa, berdasarkan dari uji aktivitas penangkapan radikal DPPH dengan metode ES50 (Effective Scavenging), nilai buah jambu biji merah sebesar 559,600 mg/dl sedangkan buah pepaya 594,617 mg/dl. Berdasarkan metode tersebut, semakin rendah nilai ES50 menunjukkan tingginya aktivitas penangkapan radikal bebas, maka jambu biji merah memiliki aktivitas antioksidan lebih tinggi daripada buah pepaya. Buah jambu biji merah dapat dikonsumsi secara mentah maupun dalam bentuk olahan. Salah satu olahan yang dapat dikombinasikan dengan jambu biji merah yaitu puding.

Puding merupakan salah satu hidangan penutup yang umumnya memiliki rasa manis dan memiliki tekstur yang lembut. Secara umum puding berbahan dasar berupa agar-agar, susu, coklat, tepung maizena, dan tepung tapioka. Pada masa milenial ini puding memiliki banyak varian yang bermacam-macam, selain rasa, bentuk puding juga kian beragam, seperti halnya puding lumut. Puding lumut merupakan salah satu varian puding yang memiliki lapisan berbentuk seperti lumut, yang diharapkan dapat menarik perhatian konsumen untuk

mengonsumsi puding lumut tersebut. Lapisan lumut terbentuk akibat adanya penambahan telur dan santan, sehingga tercipta gumpalan berbentuk lumut di dalam puding.

Penelitian puding lumut dengan penambahan sari jambu biji merah diharapkan dapat memberikan tambahan variasi makanan fungsional dalam kehidupan sehari-hari. Puding lumut dengan penambahan sari jambu biji merah sebagai makanan selingan yang diharapkan mampu mencegah ataupun menghambat timbulnya penyakit degeneratif.

1.2 Rumusan Masalah

Prevalensi penyakit degeneratif terus mengalami peningkatan. Berbagai studi penelitian jambu biji merah telah dilakukan untuk mengidentifikasi aktivitas antioksidan. Penelitian pada sari jambu biji merah sebagai makanan selingan sumber antioksidan dalam bentuk produk puding lumut masih belum ada. Dengan demikian rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana uji sifat fisik, uji organoleptik, penentuan perlakuan terbaik, analisis kimia (aktivitas antioksidan), informasi nilai gizi, dan takaran saji dari pembuatan puding lumut sari jambu biji merah?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Umum

Mengkaji pembuatan puding lumut sari jambu merah sebagai makanan selingan untuk pencegah penyakit degeneratif.

1.3.2 Khusus

1.3.2.1 Menguji sifat fisik (kekerasan) olahan pangan puding lumut sari jambu biji merah.

1.3.2.2 Menguji sifat organoleptik (mutu hedonik dan hedonik) pada puding lumut sari jambu biji merah.

1.3.2.3 Menentukan perlakuan terbaik pada puding lumut sari jambu biji merah.

1.3.2.4 Menguji aktivitas antioksidan yang terdapat dalam puding lumut sari jambu biji merah sebagai makanan selingan untuk pencegah penyakit degeneratif dari perlakuan terbaik.

- 1.3.2.5 Menganalisis komposisi gizi (energi, karbohidrat, protein, lemak, air, dan abu) puding lumut jambu sari biji merah dari perlakuan terbaik.
- 1.3.2.6 Membuat takaran saji puding lumut jambu biji merah sebagai makanan selingan untuk pencegah penyakit degeneratif.
- 1.3.2.7 Membandingkan kualitas puding lumut sari jambu biji merah dengan SNI 01-3552-1994

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan baru, ketrampilan, serta menganalisa mutu dalam pembuatan puding lumut sari jambu biji merah sebagai makanan selingan untuk pencegah penyakit degeneratif.

1.4.2 Bagi Bidang Gizi

Sebagai tambahan informasi di bidang kesehatan khususnya ahli gizi mengenai pengembangan produk makanan fungsional, serta dapat digunakan alternatif makanan selingan untuk pencegah penyakit degeneratif.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bahwa puding lumut jambu biji merah dapat digunakan alternatif makanan selingan untuk pencegah penyakit degeneratif.