

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi kejadian hipertensi di Indonesia sebanyak 29,2%. Sementara itu, prevalensi hipertensi di Jawa Barat mencapai 32,6%. Prevalensi tersebut diperoleh berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk. Menurut WHO (2023), hipertensi merupakan kondisi tekanan darah pada arteri meningkat melebihi ambang batas normal. Faktor penyebab hipertensi dapat disebabkan oleh asupan makan.

Gaya hidup di zaman modern ini membuat manusia cenderung menyukai hal-hal yang instan. Akibatnya, mereka menjadi malas beraktivitas dan cenderung mengonsumsi makanan cepat saji, yang dimana memiliki kandungan tinggi natrium (Aswad dan Ratnawati, 2019). Pola makan merupakan perilaku penting yang perlu diterapkan, karena sangat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan berpengaruh terhadap asupan gizi sehingga akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat (Kadir, 2019).

Upaya pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai macam cara salah satunya dengan menjaga kebiasaan makan. Mengonsumsi makanan yang tinggi kalium dan serat dapat menjadi salah satu alternatif dalam pencegahan hipertensi. Bahan makanan yang mengandung kalium dan serat yang cukup tinggi yaitu ubi ungu (*Lpomoea Batatas L*). Kalium merupakan zat gizi mikro yang dapat membantu mencegah hipertensi (Serang dan Suriyanti, 2022). Berdasarkan Kemenkes RI (2020), dalam 100 gram ubi ungu yaitu mengandung 320,7 gram kalium dan 0,6 gram serat.

Selain ubi ungu, beberapa jenis buah juga memiliki kandungan kalium dan serat yang cukup tinggi. Salah satunya yaitu pisang. Dari beberapa jenis pisang yang ada di Indonesia, pisang uli merupakan salah satu jenis pisang yang mengandung kalium cukup tinggi (Kurniawan *et al.*,

2022). Berdasarkan Kemenkes RI (2020), dalam 100 gram pisang uli memiliki kandungan kalium sebanyak 650,3 mg dan serat 1,4 gram.

Kandungan kalium dan serat pada kedua bahan tersebut dapat dijadikan alternatif sebagai makanan selingan yang tentunya disukai oleh masyarakat dan juga memiliki kandungan gizi yang memiliki manfaat bagi tubuh. *Cake* menjadi salah satu produk pangan yang memiliki daya terima baik di masyarakat (Oktoviyanti dan Ekawatiningsih, 2024). Menurut Budi (2019), perlu adanya pemanfaatan bahan dasar *cake* yang bersumber dari bahan baku lokal.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aisyah (2023) mengenai ‘Analisis Kandungan Gizi dan Daya Terima *Cake* Substitusi *Puree* Ubi Jalar Kuning dan Labu Kuning Tinggi Kalium dan Beta-karoten Sebagai Diversifikasi Pangan’, diketahui bahwa dalam 100 gram *cake* dengan penambahan *puree* ubi jalar kuning sebanyak 30%, memiliki kandungan kalium sebanyak 184,04 mg. Hal tersebut menunjukkan, ubi jalar kuning yang dijadikan *cake* masih memiliki kandungan kalium yang cukup tinggi. Kemudian, sejalan dengan hal tersebut, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sabina *et al.*, (2024) mengenai ‘Pengaruh Pemberian Bolu Pisang Ambon Terhadap Perubahan Tekanan Darah Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Soropia Kabupaten Konawe’, diketahui pada 8 dari 16 responden dengan rata-rata tekanan darah sebelum intervensi 146,25/83,75 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah sesudah intervensi yaitu 126,25/77,5 mmHg. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon yang dilakukan pada penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pengobatan nonfarmakologi dengan pemberian bolu pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi setelah menjalani perlakuan selama 7 hari berturut-turut dan diberikan pada waktu yang sama dan jumlah yang sama yaitu 2 iris/hari atau setara dengan 100 gram sebelum sarapan pagi.

Oleh karena itu, untuk mencegah adanya peningkatan prevalensi hipertensi, maka peneliti ingin melakukan inovasi *snack* berupa *cake* substitusi tepung ubi ungu dan penambahan tepung pisang uli sebagai *snack* pencegah hipertensi. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan

informasi mengenai karakteristik organoleptik, seperti warna, aroma, tekstur, dan rasa, serta kandungan gizi yang meliputi energi, protein, lemak, karbohidrat, kalium, dan serat pada produk cake yang dibuat dengan substitusi tepung ubi ungu dan penambahan tepung pisang uli, yang ditujukan sebagai camilan fungsional untuk membantu mencegah hipertensi pada individu berusia di atas 18 tahun.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang tersebut, peneliti berupaya mengembangkan produk cake berbahan dasar tepung ubi ungu yang diperkaya dengan tepung pisang uli, dengan tujuan sebagai camilan fungsional untuk membantu mencegah hipertensi. Dengan demikian, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana sifat organoleptik dan kandungan gizi *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menentukan gambaran sifat organoleptik dan kandungan gizi *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kesukaan warna *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- b. Mengetahui tingkat kesukaan aroma *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- c. Mengetahui tingkat kesukaan tekstur *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.

- d. Mengetahui tingkat kesukaan rasa *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- e. Mengetahui kandungan energi *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- f. Mengetahui kandungan protein *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- g. Mengetahui kandungan lemak *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- h. Mengetahui kandungan karbohidrat *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- i. Mengetahui kandungan kalium *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- j. Mengetahui kandungan serat *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.
- k. Mengetahui biaya produksi *cake* substitusi tepung ubi ungu dengan penambahan tepung pisang uli (*Musa x paradisiaca L.AAB*) sebagai *snack* pencegah hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam penerapan ilmu teknologi pangan dan gizi khusus dalam pembuatan *cake* substitusi tepung ubi ungu dan penambahan tepung pisang uli sebagai *snack* pencegah hipertensi.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat memberikan informasi bagi Civitas Prodi

Diploma Tiga Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dan bisa dimanfaatkan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dibidang teknologi pangan dan gizi.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi dalam pengembangan inovasi di bidang teknologi pangan dan gizi, khususnya melalui pembuatan cake berbahan substitusi tepung ubi ungu yang diperkaya dengan tepung pisang uli sebagai alternatif camilan untuk pencegahan hipertensi.