

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

WHO (2021) menyebutkan 26,4% penduduk dunia menderita hipertensi, dan kemungkinan meningkat menjadi 29,2% ditahun 2025. Prevalensi hipertensi Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi didunia sebesar 25% terhadap total penduduk. Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan Kemenkes (2019), prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% Prevalensi ini lebih tinggi dibandingkan prevalensi pada tahun 2013 sebesar 25,8%.

Jawa Barat menempati urutan kedua dengan prevalensi tertinggi di Indonesia yaitu 39,6%. Kota/Kab dengan prevalensi tertinggi di Jawa Barat yaitu Kabupaten Sumedang 12,74%, Kota Depok 10,9%, Kota Cirebon 8,57%. Berdasarkan data pengendalian penyakit tidak menular usia >15 tahun di Dinas Kesehatan Kota Cirebon (2020), terjadi peningkatan kasus baru hipertensi di Kota Cirebon sebesar 26,67% pada tahun 2020.

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi dibagi 2 yaitu faktor yang tidak dapat dibuat seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat dibuat seperti obesitas, merokok, kurang aktivitas fisik, konsumsi natrium berlebih, konsumsi alkohol dan stress. Penyebab timbulnya hipertensi tidak hanya disebabkan oleh satu faktor saja, namun diperlukan peran faktor risiko tersebut secara bersama-sama (common underlying risk factor) (Kemenkes, 2013).

Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018, memperoleh sebanyak 95,5% penduduk Indonesia memiliki proporsi konsumsi buah dan sayur yang <5 porsi per hari. Terpenuhinya asupan vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayuran dan buah-buahan secara optimal pada setiap individu sangat diperlukan oleh tubuh. Pemenuhan asupan mineral dapat dilakukan dengan mengkonsumsi Buah Strawberry dan Mentimun yang kaya akan kalium dan magnesium yang baik untuk menurunkan tekanan darah (Astusti et al. 2015). Strawberry dan mentimun dapat diolah sebagai jenis makanan basah dalam bentuk puding. Puding merupakan salah satu hidangan penutup yang terbuat dari berbagai bahan makanan yang terdiri dari agar-agar, susu, gula dan air yang diolah dengan cara direbus (Misnaiyah et al, 2018).

Penelitian mengenai pemanfaatan mentimun dalam penurunan tekanan darah pernah dilakukan, salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Ririn Anggraini dan Dira Fitris Anwar bahwa terdapat pengaruh pemberian Puding Mentimun dalam penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia (Ririn dan Dira, 2022). Namun, pengembangan pada pengolahan puding yang dilakukan dengan mengkombinasikan dari buah strawberry dan mentimun dalam olahan puding, belum pernah dilakukan dan dikembangkan.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik melakukan penelitian terkait “Penilaian Organoleptik dan Estimasi Kandungan Gizi Puding Berbahan Dasar Buah Strawberry (*Fragaria x ananassa*) dan Mentimun

(*Cucumis sativus* L) Sebagai Salah Satu Jajanan Untuk Penderita Hipertensi”.

B. Rumusan Masalah

Penyakit hipertensi mengalami peningkatan tekanan darah yang dipengaruhi oleh intake garam yang tinggi dalam pola makan. Kandungan nitrat dan kalium yang terdapat di dalam buah strawberry (*Fragaria x ananassa*) yang kaya akan provitamin A dan C, kalsium, fosfor, zat besi, natrium, kalium, dan magnesium serta asam elagik yang merupakan senyawa antitoksik dan anti radikal bebas, anti karsiogenik yang baik bagi kesehatan tubuh.

Mentimun dan strawberry dapat diformulasikan sebagai bahan baku pembuatan puding. Uraian diatas dapat diajukan sebagai pertanyaan peneliti, “bagaimana penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi puding berbahan dasar strawberry (*Fragaria x ananassa*) dan Mentimun (*Cucumis sativus* L) sebagai salah satu jajanan untuk penderita hipertensi?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui formulasi puding berbahan dasar strawberry (*Fragaria x ananassa*) dan Mentimun (*Cucumis sativus* L.) yang paling disukai dari segi organoleptik dan kandungan gizi sebagai kudapan bagi penderita hipertensi.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui formulasi terpilih melalui penilaian organoleptik berdasarkan parameter aroma pada produk puding.
- b. Untuk mengetahui formulasi terpilih melalui penilaian organoleptik berdasarkan parameter rasa pada produk puding.
- c. Untuk mengetahui formulasi terpilih melalui penilaian organoleptik berdasarkan parameter warna pada produk puding.
- d. Untuk mengetahui formulasi terpilih melalui penilaian organoleptik berdasarkan parameter tekstur pada produk puding.
- e. Untuk mengetahui formulasi terpilih melalui penilaian organoleptik berdasarkan parameter keseluruhan pada produk puding.
- f. Untuk mengetahui nilai gizi produk puding berbahan strawberry dan mentimun sebagai kudapan penderita hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk :

1. Masyarakat

Sebagai salah satu pilihan tentang bahan pangan dengan variasi produk dari buah strawberry dan mentimun yang dijadikan kudapan sehat.

2. Bagi Industri Pangan

Peluang bagi industri pangan untuk pengembangan modifikasi pangan yang berguna tinggi dengan bahan baku yang ekonomis.

3. Institusi Pendidikan

Menjadi referensi peneliti selanjutnya dan dapat menambah pemberdayaan pustaka di Program Studi DIII Gizi Cirebon.

4. Penulis

Peneliti dapat membuat formulasi buah strawberry dan buat bit yang dijadikan produk olahan puding sebagai salah satu pilihan kudapan untuk penderita hipertensi. Hasil penelitian diharapkan menjadi pemanfaatan teknologi pangan khususnya dalam pembuatan olahan puding.