

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Suatu kondisi medis kronis dimana tekanan darah meningkat melebihi batas normal disebut hipertensi. Seseorang tidak akan mengetahui apakah tekanan darahnya meningkat secara bertahap atau tiba-tiba sampai mereka memeriksanya, karena itu hipertensi juga dikenal sebagai pembunuh tersembunyi. Diagnosis hipertensi dapat diketahui apabila tekanan darah sistolik mencapai (TDS)  $\geq 140$  mmHg dan atau tekanan darah diastolik mencapai (TDD)  $\geq 90$  mmHg (Machsus *et al.*, 2020).

Kejadian hipertensi di seluruh dunia, mengalami peningkatan sebesar 5,1% yaitu sebesar 31% jumlah penduduk dewasa menderita hipertensi atau setara dengan 1,3 milyar penduduk dunia. Hal tersebut jika dibandingkan dengan prevalensi global tahun 2000-2010, maka kejadian hipertensi di seluruh dunia mengalami peningkatan yang lebih besar. Sebaliknya, prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 34,1% menurut Riset Data Kesehatan Dasar (Riskesdas), naik dari 25,8% menurut Riskesdas pada tahun 2013. Di Indonesia, diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi yang terjadi (Tri *et al.*, 2019).

Adapun faktor yang dapat menyebabkan hipertensi antara lain yaitu, usia, jenis kelamin, riwayat dari keluarga, genetik (faktor risiko yang tidak dapat diubah atau dikendalikan), merokok, obesitas, aktifitas fisik yang kurang, stress, penggunaan estrogen, dan salah satu penyebab terjadinya hipertensi adalah konsumsi garam yang berlebih. Faktor penyebab lainnya adalah konsumsi makanan yang asin, konsumsi kafein dan monosodium glutamat (yang ada pada vetsin, kecap, dan pasta udang.) (Purwono *et al.*, 2020).

Pola hidup sehat menjadi salah satu bentuk pencegahan terhadap penyakit hipertensi, yaitu dengan melakukan aktifitas fisik seperti olahraga yang dapat menurunkan berat badan, mengurangi konsumsi garam, mengurangi konsumsi alkohol, serta berhenti merokok. Dalam upaya penurunan tekanan darah dapat dilakukan dengan pengaturan gaya hidup

yaitu mengurangi konsumsi garam dan obat anti-hipertensi, hal itu bisa diganti dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat tanin (Machsus *et al.*, 2020).

Jewawut merupakan sumber karbohidrat yang baik, mengandung banyak vitamin dan mineral, tinggi serat, dan mengandung antioksidan. Tepung jewawut lebih mudah diolah dan memiliki umur simpan yang lebih lama saat diolah. Jewawut merupakan salah satu bahan makanan jenis sereal yang memiliki tanin yang dapat menurunkan tekanan darah dan banyak mengandung zat besi. Dalam 100 g jewawut segar mengandung 5,3 mg zat besi. (Rauf *et al.*, 2020).

Ikan merupakan bahan pangan yang bergizi tinggi dan masih banyak masyarakat Indonesia yang mengonsumsi ikan.. Salah satu jenis ikan yang masih sering dikonsumsi oleh masyarakat adalah ikan teri (Hidayati, 2019). Minat masyarakat terhadap ikan teri masih cukup tinggi, hal itu karena ikan teri mudah untuk dimasak dan harga yang relatif murah. Ikan teri merupakan salah satu ikan yang mudah diperoleh dengan harga terjangkau dan mengandung potensi zat besi. Salah satu jenis penanganan ikan teri adalah dengan mengolahnya menjadi tepung. Tepung ikan teri mengandung 18,6 miligram zat besi per 100 gramnya. (Rauf *et al.*, 2020).

Pie merupakan wadah adonan kue pendek yang asin, kering, dan renyah, dapat diisi dengan berbagai macam topping manis dan asin. Pie merupakan makanan ringan khas benua Eropa yang terdiri dari alas berbentuk mangkuk dengan isian ditengahnya. Isian pie dapat divariasikan sesuai dengan yang diinginkan. Biasanya pie terbuat dari tepung terigu, namun pada penelitian kali ini akan dibuat pie dengan menggunakan tepung jewawut sebagai bentuk untuk meningkatkan pemanfaatan jewawut (Andriyani, 2022). Pie juga merupakan produk yang cukup menguntungkan, yaitu karena pembuatannya yang cukup mudah dan sederhana dan cukup dikenal oleh banyak orang. Kelemahan pie sendiri yaitu masih ditemukannya *product defect* saat proses pengendalian kualitas dilakukan, yaitu seperti produk yang gosong atau remuk (Andriani *et al.*, 2018)

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan mengenai “Bagaimana sifat organoleptik dan estimasi kandungan gizi *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui “sifat organoleptik dan estimasi kandungan gizi pada *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi”

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui tingkat kesukaan warna *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi
- b. Untuk mengetahui tingkat kesukaan aroma *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi
- c. Untuk mengetahui tingkat kesukaan rasa *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi
- d. Untuk mengetahui tingkat kesukaan tekstur *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi
- e. Untuk mengetahui estimasi kandungan zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein dan lemak) dan zat gizi mikro (natrium dan kalsium) *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi
- f. Menentukan estimasi harga pokok produksi pada *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan penulis terutam dalam penerapan Ilmu Teknologi Pangan dan Gizi. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan pengalaman bagi penulis dalam pengembangan produk pangan lokal

### **2. Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi institusi mengenai inovasi produk pangan dan dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dengan penelitian sejenis serta dapat menjadi referensi mengenai uji organoleptik dan kandungan zat gizi produk pangan.

### **3. Bagi Masyarakat**

Penelitian diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pengemngan produk baru dalam Teknologi Pangan dan Gizi untuk mengetahui manfaat *pie* tepung jewawut dengan penambahan tepung ikan teri sebagai pangan alternatif antihipertensi.