

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu jenis penyakit yang serius dalam penanganannya. Prevalensi hipertensi atau tekanan darah di Indonesia cukup tinggi. Selain itu, akibat yang ditimbulkannya menjadi masalah kesehatan masyarakat. Hipertensi, merupakan salah satu faktor risiko yang paling berpengaruh terhadap kejadian penyakit jantung dan pembuluh darah. Hipertensi sering tidak menunjukkan gejala, sehingga baru disadari bila telah menyebabkan gangguan organ seperti gangguan fungsi jantung atau stroke. Tidak jarang hipertensi ditemukan secara tidak sengaja pada waktu pemeriksaan kesehatan rutin atau datang dengan keluhan lain. (1)

Seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik  $\geq$  140 mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq$  90 mmHg. Hipertensi juga sering dianggap dengan penyakit silent killer, karena hipertensi sering tidak menimbulkan tanda dan gejala bahkan sampai difase komplikasi sekalipun.(2)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mohammad Lutfi,dkk menunjukkan bahwa mayoritas diet tinggi serat lansia yaitu Cukup sebanyak 36 lansia dengan prosentase (72 %). Kondisi alam yang masih membudaya dimasyarakat Madura menyebabkan hipertensi masih enggan untuk mengkonsumsi makanan diet tinggi serat dan merubah pola makan.(3)

Diet tinggi serat untuk penderita hipertensi sangat penting karena jika asupan serat rendah dapat mengurangi ekskresi lemak dan asam empedu melalui feses dan diserap kembali dalam aliran darah. Akibatnya, kolesterol beredar semakin banyak di aliran darah dan menumpuk di pembuluh darah dan menghambat aliran darah hal ini memiliki efek meningkatkan tekanan darah.(5)

Serat terdiri dari 2 macam, yaitu serat kasar (Crude Fiber) dan serat makanan (Dietary Fiber) sangat dibutuhkan oleh tubuh. Serat kasar banyak terdapat pada sayuran dan buah-buahan, sedangkan serat makanan terdapat pada makanan selain buah dan sayuran, seperti beras, kentang, singkong, dan kacang hijau.

Pangan nabati merupakan salah satu pilihan untuk menjadi sumber serat tinggi. Salah satunya adalah kacang hijau kandungan serat Kacang hijau dalam 100 gram mengandung serat sebesar 7,6 g.(6) Supaya bisa digunakan kedalam berbagai jenis makanan kacang hijau diolah menjadi tepung.

Selain kacang hijau, alternative pilihan sumber serat tinggi adalah sayuran. Salah satunya adalah daun kelor yang dijadikan tepung. . Kandungan serat per 100 gram yang terdapat dalam tepung daun kelor 19,2 gram.(7)

Pemanfaatan bahan baku tepung kacang hijau dan tepung daun kelor secara luas belum banyak dilakukan di Indonesia. Untuk itu, perlu penganekaragaman jenis makanan yang terbuat dari tepung kacang hijau dan tepung daun kelor salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah pada pembuatan cookies.

Cookies merupakan salah satu jenis makanan ringan yang banyak diminati masyarakat. Banyak orang mengenal cookies, baik anak-anak, untuk kaum muda dan dewasa. Selain diminati banyak orang cookies adalah salah satu makanan ringan yang praktis dan memiliki umur simpan yang lama. Cookies adalah kue yang terbuat dari bahan dasar tepung terigu, gula halus, telur, vanili, margarin, tepung maizena, baking powder dan susu bubuk. Namun masyarakat mulai menggunakan sumber lain untuk pembuatan cookies, seperti kacang-kacangan dan sayuran salah satunya yaitu kacang hijau yang diolah menjadi tepung dan daun kelor yang diolah menjadi tepung karena bahan tersebut bersifat fungsional dengan ditambahkan tepung kacang hijau dan tepung daun kelor dalam cookies dapat memberikan

efek positif bagi kesehatan para penderita hipertensi karena kedua bahan tersebut sebagai sumber gizi terutama serat yang tinggi.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimana pengaruh Formulasi Tepung Kacang Hijau (*Vigna radiata* (L.) Wilczek) Dan Tepung Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) terhadap mutu cookies Sebagai Alternatif Makanan Selingan Tinggi Serat Terhadap Penderita Hipertensi?"

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Membuat produk makanan sumber serat yaitu cookies berbasis tepung kacang hijau dan tepung daun kelor sebagai makanan selingan untuk hipertensi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mendapatkan data formulasi produk cookies tepung kacang hijau dan tepung daun kelor yang sesuai dengan kadar serat yang dibutuhkan.
- b. Memperoleh sifat organoleptik pada produk cookies berbahan dasar tepung kacang hijau dan tepung daun kelor.
- c. Menganalisis kadar serat produk cookies berbahan dasar tepung kacang hijau dan tepung daun kelor.
- d. Mengetahui nilai gizi cookies berbahan dasar tepung kacang hijau dan tepung daun kelor.
- e. Menganalisis biaya produk cookies berbahan dasar tepung kacang hijau dan tepung daun kelor.

## **1.4 Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini dalam bidang Gizi Pangan mengenai pengaruh kandungan serat pada produk cookies yang akan dijadikan makanan selingan untuk hipertensi, serta dapat mengetahui daya terima terhadap cookies tepung kacang hijau.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Bagi Peneliti**

Menambah dan memperluas wawasan mengenai kualitas cookies tepung kacang hijau dengan penambahan tepung daun kelor secara organoleptic dan nilai zat gizi yang terkandung. Penelitian ini adalah aplikasi dari ilmu yang telah dipelajari selama kuliah di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung, yaitu mata kuliah Teknologi Pangan mengenai pembuatan cookies (produk pangan olahan), mata kuliah statistic untuk mengolah dan menginterpretasikan data hasil penelitian, mata kuliah ilmu komunikasi untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan baik kepada sampel.

### **1.5.2 Manfaat Bagi Responden**

Hasil penelitian ini berguna sebagai informasi tambahan dan sebagai salah satu produk pangan fungsional untuk hipertensi yang dapat dijadikan sebagai makanan tambahan.

### **1.5.3 Manfaat Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung**

Memberikan informasi tambahan dan melengkapi perbendaharaan bacaan mengenai produk pangan olahan yang dapat dijadikan alternative konsumsi makanan sumber serat.