

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Petai merupakan tanaman tahunan yang tumbuh subur pada daerah yang beriklim tropis. Petai (*Parkia speciosa* Hassk.), disebut pula *twisted cluster bean*, *stink bean*, peteh, *yongchaak*, *sataw*, atau *sator* (Elidar, 2017). Petai merupakan komoditi hortikultura penting di Indonesia. Produksi petai di Indonesia mencapai 306.651 ton pada tahun 2018, jumlah tersebut lebih banyak dari tahun sebelumnya yang hanya mencapai 213.361 ton. Pulau Jawa merupakan daerah yang paling banyak memproduksi petai, diikuti oleh Sumatera dan Kalimantan (BPS, 2018). Peningkatan jumlah produksi petai terus meningkat dari tahun ke tahun seiring dengan meningkatnya jumlah penduduk, pendapatan dan permintaan masyarakat.

Ketersediaan petai cukup banyak dan dapat dengan mudah ditemukan ketika musim panen tiba, petai banyak dijual di pasar tradisional maupun modern. Petai biasanya dijual langsung dalam bentuk buah atau sudah dikupas dalam keadaan segar. Di Indonesia, bagian petai yang dikonsumsi adalah bijinya, meskipun di negara lain terkadang kulit petai diolah menjadi makanan (Rianti, 2018).

Masyarakat Indonesia banyak yang menyukai petai karena mempunyai cita rasa yang khas, akan tetapi terdapat pula masyarakat yang tidak menyukai petai karena aromanya yang sangat tajam khas petai. Dibalik

aromanya yang sangat tajam biji petai mempunyai banyak manfaat bagi kesehatan, namun belum banyak dari masyarakat yang mengetahuinya. Petai merupakan sumber energi potensial, dengan mengkonsumsi dua porsi petai memberi tenaga cukup untuk melakukan pekerjaan berat selama 90 menit. Petai merupakan salah satu tumbuhan obat yang telah diketahui memiliki khasiat sebagai antioksidan, baik pada biji maupun kulit bagian luar dan dalamnya (Verawaty & Novel, 2018).

Biji petai mengandung zat gizi yang cukup tinggi, antara lain: karbohidrat, protein, lemak, vitamin C, vitamin B, dan vitamin E (Rianti, 2018). Biji petai juga kaya akan mineral penting yaitu kalsium, fosfor, magnesium, mangan dan kalium (Mohamed, 1987). Petai merupakan makanan yang kaya akan kalium, dalam 100 gram petai segar mengandung 221 mg kalium (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan UC Davis Medical Center 2007 makanan dikatakan tinggi kalium apabila kadar kalium >200 mg/100 gram (Aqliyah, 2015). Kalium sendiri dipercaya dapat menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Hasil penelitian Kusumastuty (2016) menyebutkan bahwa semakin tinggi asupan kalium maka akan semakin rendah tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi.

Pangan olahan adalah makanan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu dengan atau tanpa bahan tambahan (BPOM, 2018). Beberapa metode pengolahan dengan melibatkan panas yang umum dilakukan dapat dilakukan adalah metode merebus (*boiling*) dan menggoreng (*frying*). Di tingkat rumah tangga, proses pemasakan dengan

menggoreng dan merebus termasuk paling sering dilakukan. Menurut Rossel (2001) menggoreng adalah salah satu teknik olahan cepat dan praktis menggunakan media minyak atau lemak yang bertujuan untuk membuat bahan pangan menjadi matang dan siap dikonsumsi. Merebus adalah proses pemasakan dengan air mendidih sekitar 100°C, dimana air sebagai media penghantar panas (Aisyah, 2015).

Alasan dilakukan pengolahan pada petai dikarenakan kebiasaan masyarakat Indonesia dalam mengkonsumsi petai, masyarakat Indonesia biasa mengkonsumsi petai dalam bentuk segar maupun melalui proses pengolahan terlebih dahulu seperti rebus, bakar, atau goreng, untuk lalap makan. Selain itu, petai juga dapat dijumpai dalam berbagai masakan sebagai bahan campuran (Elidar, 2017).

Pengolahan pangan bertujuan untuk memperoleh rasa yang lebih enak, aroma yang lebih baik, tekstur yang lebih lunak, untuk membunuh mikrobia dan menginaktifkan semua enzim. Penggunaan panas dalam proses pemasakan sangat berpengaruh pada nilai gizi bahan pangan tersebut (Winarno, 2004; Sumiati, 2008; Sundari, 2015).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fajri & Sulasmi (2014) tentang penggorengan terhadap zat gizi kacang tanah menyebutkan bahwa perlakuan penggorengan menyebabkan kadar protein turun dan kadar lemak naik pada tempe kacang tanah yang digoreng. Astiana (2015) mengungkapkan bahwa penggorengan bahan pangan dapat menurunkan kadar air, kadar protein dan karbohidrat sedangkan proses

penggorengan dapat meningkatkan kadar lemak dan kadar abu. Sedangkan pada proses perebusan dapat menurunkan nilai gizi karena bahan pangan yang langsung terkena air rebusan akan menurunkan zat gizi terutama vitamin-vitamin larut air (seperti vitamin B kompleks dan vitamin C) dan juga protein (Sundari, 2015). Proses pengolahan juga memberikan penurunan kandungan mineral kalsium, magnesium, fosfor, kalium dan seng dalam bahan pangan (Salamah, 2012).

Pada kehidupan sehari-hari, masyarakat mengolah petai khususnya metode rebus dan goreng dengan berbagai kebiasaan yang berbeda beda antara lain; diolah biji petainya saja tanpa kulit biji maupun kulit buah, biji petai diolah beserta kulit bijinya, dan yang paling banyak dijumpai peneliti yaitu biji petai yang diolah beserta kulit buah dan kulit biji. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengolahan biji petai dengan cara memasak utuh petai beserta kulit buah dan kulit biji, sampai proses pemasakan selesai kulit petai kemudian dikupas dari biji petai.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang analisis kandungan zat gizi pada berbagai olahan petai (*Parkia speciosa* Hassk.) sebagai alternatif makanan sumber energi potensial untuk mendukung berbagai aktivitas dan sebagai alternatif penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan kandungan zat gizi pada petai segar dan berbagai olahan petai metode rebus dan goreng guna memberikan alternatif perbaikan gizi pada masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka dirumuskanlah masalah dalam penelitian ini yaitu “bagaimanakah analisis kandungan zat gizi pada berbagai olahan petai (*Parkia speciosa* Hassk.)”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk analisis kandungan protein, lemak, karbohidrat dan kalium pada berbagai olahan petai (*Parkia speciosa* Hassk.)

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan kandungan protein, lemak, karbohidrat dan kalium yang terdapat pada petai (*Parkia speciosa* Hassk.) segar
- b. Mendeskripsikan kandungan protein, lemak, karbohidrat dan kalium yang terdapat pada petai (*Parkia speciosa* Hassk.) yang diolah dengan metode merebus (*boiling*)
- c. Mendeskripsikan kandungan protein, lemak, karbohidrat dan kalium yang terdapat pada petai (*Parkia speciosa* Hassk.) yang diolah dengan metode menggoreng (*frying*)

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu memberi informasi kepada masyarakat mengenai kandungan zat gizi pada berbagai olahan petai (*Parkia speciosa* Hassk.)

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan analisis kandungan zat gizi pada berbagai olahan petai (*Parkia speciosa* Hassk.).