

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit kardiovaskular atau *Cardiovascular diseases* (CVD) merupakan salah satu penyebab utama kematian global dikalangan orang dewasa yang memiliki gaya hidup yang modern yang berdampak pada kesehatan yang kurang baik. Oleh sebab itu, perlu adanya perubahan pola makan yang seimbang untuk mencegah resiko (CVD). Saat ini peningkatan asupan biji-bijian dan khususnya komponen gandum, seperti serat gandum dan senyawa bioaktif, telah disarankan untuk mempengaruhi penanda risiko CVD termasuk kolesterol darah, glukosa darah dan indeks massa tubuh (IMT), dengan demikian mengurangi risiko penyakit jantung koroner. Penyakit kardiovaskular (CVD) telah menjadi penyebab penting kematian manusia selama beberapa dekade. (Arnett, dkk, 2019).

Jantung koroner merupakan kelainan pada satu atau lebih pembuluh darah koroner dimana terdapat penebalan dalam dinding pembuluh darah disertai adanya plak yang mengganggu aliran darah ke otot jantung yang akibatnya dapat mengganggu fungsi jantung. PJK ditandai dengan nyeri dada atau terasa tidak nyaman di dada atau dada terasa tertekan berat. Ketika sedang mendaki/kerja berat ataupun berjalan terburu-buru pada saat berjalan di jalan datar atau berjalan jauh (Tarawan, dkk, 2020).

Data Kemenkes (2018) menunjukkan prevalensi penyakit jantung berdasarkan diagnosis dokter di Provinsi Lampung pada kelompok umur, usia <1 tahun sebanyak 0,01%, usia 1-4 tahun sebanyak 0,14%, usia 5-14 tahun sebanyak 0,75%, usia 15-24 tahun sebanyak 0,71%, usia 25-34 tahun sebanyak 1,23%, usia 35-44 tahun sebanyak 1,3%, pada usia 45-54 tahun sebanyak 1,56%, usia 55-64 tahun sebanyak 2,85%, usia 65-74 tahun sebanyak 4,51%, dan usia 75 tahun keatas sebanyak 1,66%.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah penyakit jantung di Indonesia yaitu dengan pendekatan inovasi pangan yang tinggi serat yang berguna untuk menurunkan LDL atau kolesterol jahat pada pembuluh darah, salah satu produk pangan yang mudah dikembangkan dan dapat dijadikan camilan alternatif bagi penderita jantung yaitu *cookies* atau kue kering yang berbahan dasar dengan substitusi tepung *oatmeal* dengan tambahan kismis (Utami, dkk, 2020).

Cookies merupakan salah satu jenis kue yang menggunakan proses pemanggangan dari berbagai adonan yang solid dan liquid, dimana biasanya memiliki ukuran yang kecil dan umumnya memiliki rasa yang manis. *Cookies* merupakan jenis produk kue kering golongan pati seri yang banyak diminati masyarakat dengan bentuknya yang kecil dengan tekstur yang ringan dapat dihidangkan sebagai camilan. (Artini Sari, 2019).

Menurut SNI 01-2973-1992, *cookies* merupakan salah satu jenis biskuit yang terbuat dari adonan lunak, berkadar lemak tinggi, relatif renyah bila dipatahkan dan penampang potongannya bertekstur padat. Seiring perkembangan zaman, masyarakat Indonesia mengurangi mengonsumsi *cookies* dikarenakan kadar gluten yang terdapat di dalam tepung terigu pada *cookies* dapat menyebabkan berbagai macam penyakit contohnya adalah obesitas, penuaan dini, gangguan pencernaan dan sebagainya. Bahkan banyak masyarakat Indonesia yang sedang melakukan diet *gluten* agar terhindar dari bahaya *gluten* tersebut. Dalam hal ini maka penulis berinovasi membuat *cookies* rendah *gluten* dengan variasi penambahan tepung *oatmeal* dan menambahkan kismis yang mana kandungan serat pada *cookies* lebih banyak.

Oat (Avena sativa L.) unik di antara semua tanaman sereal karena memiliki banyak nutrisi yang bermanfaat bagi makanan manusia, pakan ternak, perawatan kesehatan, dan kosmetik. Ini adalah tanaman tahunan yang dibudidayakan selama lebih dari 2000 tahun di berbagai belahan dunia dan merupakan salah satu tanaman tertua yang dikenal peradaban manusia. Itu muncul dalam budidaya beberapa ribu tahun lebih lambat dari biji-bijian lain seperti gandum dan jelai. Sereal ini merupakan sumber penting karbohidrat, serat larut makanan, protein seimbang, lipid, senyawa fenolik yang berbeda, vitamin, dan mineral. Pada *oat* terdapat kandungan β -glukan

yang memiliki kemampuan kuat dalam menurunkan kolesterol dan trigliserida, hal ini menyebabkan berkurangnya potensi terjangkit kardiovaskular, seperti hiperkolesterolemia. Hiperkolesterolemia adalah kondisi dimana kadar kolesterol didalam darah melebihi batas normal, terjadinya penyumbatan dan penyempitan pembuluh arteri koroner disebabkan oleh penumpukan zat-zat lemak (seperti kolesterol dan trigliserida) pada pembuluh nadi. (Joyce, dkk, 2019).

Berdasarkan penelitian Utami, dkk (2020), hasil uji mutu sensoris/uji organoleptik *oatmeal cookies* sesuai dengan kriteria yang diinginkan yaitu berwarna coklat muda, beraroma khas butter, berasa manis, dan bertekstur yang renyah. Kandungan kalori yang terdapat pada *oatmeal cookies* sebesar 150kkal pertakaran saji dan *cookies* yang paling disukai pada penelitian ini sebesar 60% penambahan tepung *oatmeal*.

Kismis (*Vitis vinifera L.*) merupakan anggur yang dikeringkan dan mengandung nutrisi yang esensial. Selain bermanfaat, kismis juga memiliki rasa manis sehingga populer untuk dijadikan makanan sehari-hari karena mudah didapatkan, tersedia dalam kemasan praktis dan harganya terjangkau (Carughi, 2008). Kismis memiliki indeks glikemik yaitu 64 sehingga kismis dikategorikan sebagai makanan dengan indeks glikemik sedang (Atkinson, dkk, 2008). Mengonsumsi kismis sebelum berolahraga terbukti memiliki manfaat yang setara dengan Sports Jelly Beans dalam hal mempertahankan performa individu saat berolahraga. Oleh karena itu, kismis lebih unggul dari Sports Jelly Beans karena alami, lebih murah dan mudah didapatkan (Rietschier, dkk, 2011).

Pada hasil penelitian dari Utami, dkk (2020) menghasilkan produk *cookies* gandum dengan penambahan *oatmeal*. Peneliti melakukan pengembangan produk *cookies*. Pada penelitian ini dikembangkan produk *cookies* dengan bahan utama tepung terigu dan dengan substitusi tepung *oatmeal*. Selain penggunaan tepung terigu dan tepung *oatmeal*, pada proses pembuatannya juga ditambahkan kismis. Peneliti melakukan modifikasi terhadap resep *cookies* yaitu menambahkan tepung terigu dengan tepung oat dan menambahkan kismis sebagai *topping* untuk meningkatkan

kandungan serat pada *cookies* serta mengurangi indeks glikemik pada penderita penyakit jantung.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Kajian Pembuatan *Cookies* Kismis Substitusi Tepung *Oatmeal* Sebagai Alternatif Cemilan Pada Pasien Jantung”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas diketahui bahwa data Kemenkes (2018) menunjukkan prevalensi penyakit jantung berdasarkan diagnosis dokter di Provinsi Lampung pada kelompok umur, usia <1 tahun sebanyak 0,01%, usia 1-4 tahun sebanyak 0,14%, usia 5-14 tahun sebanyak 0,75%, usia 15-24 tahun sebanyak 0,71%, usia 25-34 tahun sebanyak 1,23%, usia 35-44 tahun sebanyak 1,3%, pada usia 45-54 tahun sebanyak 1,56%, usia 55-64 tahun sebanyak 2,85%, usia 65-74 tahun sebanyak 4,51%, dan usia 75 tahun keatas sebanyak 1,66%. *Health food* disini mengacu pada produk makanan yang rendah lemak, rendah gula dan tinggi serat. maka dibuat makanan cemilan yang praktis yang kaya akan serat yaitu *cookies* kismis berbahan dasar tepung terigu dengan substitusi tepung *oatmeal* dan ada potongan kismis pada *cookies*. Rumusan masalah yang akan dikaji pada penelitian ini adalah berapa perbandingan yang tepat antara tepung terigu dan tepung *oatmeal* agar menghasilkan produk yang disukai dan dapat dijadikan alternatif cemilan untuk penderita jantung.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketahui karakteristik *Cookies* Kismis Berbahan Dasar Tepung Terigu dengan substitusi Tepung *Oatmeal*.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat kesukaan produk secara organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur dan penerimaan keseluruhan) produk akhir *cookies* kismis berbahan dasar tepung terigu dengan substitusi tepung *oatmeal*.

- b. Diketahui kandungan zat gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat dan serat) menggunakan TKPI dalam *cookies* kismis yang paling disukai.
- c. Diketahui *food cost* dan harga jual *cookies* kismis berbahan dasar tepung terigu dengan substitusi tepung *oatmeal*.
- d. Diketahui kadar serat dengan cara uji serat menggunakan metode *cured fiber*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan, referensi dan pengembangan terkait uji organoleptik produk *cookies* kismis dengan substitusi tepung *oatmeal* sebagai alternatif cemilan pada penderita jantung

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini dapat dijadikan referensi serta pengembangan penelitian selanjutnya serta dapat memberi manfaat positif kepada pembaca.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui "Kajian Pembuatan *Cookies* Kismis Substitusi Tepung *Oatmeal* Sebagai Alternatif Cemilan Pada Penderita Jantung". Panelis pada penelitian ini adalah yang berusia 19 - 21 tahun di Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang. Variabel pada penelitian ini yaitu melakukan analisis uji organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur dan penerimaan keseluruhan).

Pembuatan *cookies* kismis dengan substitusi tepung *oatmeal* menghitung kandungan energi, protein, lemak, karbohidrat, serat menggunakan TKPI 2019 dan analisis serat *cookies* kismis dengan substitusi tepung *oatmeal* sebagai alternatif cemilan tinggi serat untuk penderita jantung yang paling disukai berdasarkan uji *Cured Fiber*. Penelitian ini dilakukan di laboratorium cita rasa Poltekkes Tanjungkarang dan laboratorium analisis di Universitas Lampung pada bulan Mei – Juni 2023.