

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Meningkatnya pengetahuan dan berkembangnya penelitian tentang berbagai macam penyakit saat ini, mendorong masyarakat untuk mengkonsumsi makanan yang sehat dan bernutrisi. Sumber nutrisi yang berasal dari alam dan makanan yang tidak banyak mengandung kolesterol dan lemak. Masyarakat sadar mengkonsumsi sumber nutrisi yang berasal dari tanaman berupa buah-buahan dan sayur-sayuran yang banyak mengandung vitamin, protein, mineral dan serat-seratan dapat menjaga kesehatan.

Protein bagi tubuh untuk perbaikan semua jaringan di dalam tubuh manusia termasuk darah, enzim, hormon, kulit, rambut, dan kuku. Protein juga untuk melindungi keseimbangan asam dan basa di dalam darah dan jaringan terpelihara. Sedangkan Serat sangat diperlukan manusia terutama untuk pencernaan makanan. Sumber protein yang dikenal selama ini yaitu kedelai. Namun ternyata terdapat sumber nabati yang mempunyai fungsi dan komposisi gizi yang setara dengan kedelai yaitu kecipir. Seperti halnya kedelai, kecipir pun dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku yang kaya akan sumber protein (Wahyuni, 2015). Sedangkan serat makanan merupakan komponen yang hanya terdapat didalam tanaman, tidak terdapat pada hewan (Lubis 2009), salah satu tanaman yang mengandung serat yaitu buah kecipir yang biasanya dikonsumsi untuk lalapan.

Kecipir (*Psophocarpus tetragonolobus* L.) merupakan tanaman tropis yang memiliki banyak fungsi, yakni sebagai bahan pangan atau sayuran bernutrisi prima, tanaman penutup tanah, penyubur tanah, bahan pakan ternak, obat tradisional dan pengendali erosi di lahan kering (Rukmana, 2016). Tanaman kecipir termasuk dalam famili fabaceae. Kecipir terdiri dari empat spesies. Dari keempat spesies tersebut, hanya dua yang telah lama diketahui dapat dimanfaatkan sebagai bahan pangan, yaitu *Psophocarpus tetragonolobus* L. dan *Psophocarpus palustris* DESV (Astawan, 2009).

Kecipir yang dibudidayakan di Indonesia terdiri atas dua jenis, yaitu kecipir berbunga ungu yang polongnya pendek (15-20 cm), dan kecipir berbunga putih dengan ukuran polong yang panjang (30-40 cm) dengan biji relatif kecil. Kecipir yang banyak ditanam di Indonesia adalah yang berpolong pendek dengan jumlah buah yang banyak (Hidayat, 2006).

Kecipir disebut sumber protein yang baik, karena memiliki kandungan protein yang hampir sama dengan kedelai. Protein paling banyak terdapat di bagian polong. Biasanya polong muda kecipir untuk konsumsi lalapan dipanen berumur dua minggu setelah berbunga, karena keterlambatan panen akan menyebabkan serat polong keras dan tidak layak untuk dikonsumsi.

Berdasarkan hal tersebut maka perlu diadakan penelitian untuk mengetahui apakah kandungan protein dan serat dari polong buah kecipir berpengaruh terhadap umur panen yang berbeda untuk konsumsi.

1.2. Batasan Masalah

Batasan masalah dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh umur panen terhadap kandungan protein dan serat kecipir (*Psophocarpus tetragonolobus* L.) untuk konsumsi yang optimal yang dipanen pada umur 3, 6, 9, 12, 15, 18 dan 21 hari setelah bunga mekar.

1.3. Rumusan Masalah

Apakah umur panen yang berbeda berpengaruh terhadap kandungan protein dan serat pada buah kecipir untuk konsumsi yang optimal ?

1.4. Tujuan Penelitian

Mengetahui pengaruh umur panen yang berbeda terhadap kandungan protein dan serat pada buah kecipir untuk konsumsi yang optimal.

1.5. Hipotesis

Diduga umur panen 21 hari setelah berbunga merupakan umur panen untuk konsumsi yang optimal.