

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sampai saat ini, hipertensi masih menjadi tantangan besar di Indonesia. Hipertensi merupakan masalah kesehatan dengan jumlah yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013. Hasil Riskesdas 2013 yang telah dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI menjelaskan bahwasanya jumlah penyakit hipertensi terlihat semakin meningkat seiring dengan bertambahnya umur. Pada Tabel 1.1 menunjukkan bahwasanya jumlah hipertensi pada perempuan cenderung lebih tinggi daripada laki-laki dan juga Jumlah hipertensi di perkotaan cenderung lebih tinggi daripada pedesaan. Jumlah hipertensi pada kelompok pendidikan lebih rendah dan kelompok tidak bekerja cenderung lebih tinggi, kemungkinan akibat ketidaktahuan tentang pola makan yang baik.

Tabel 1.1 Prevalensi hipertensi menurut karakteristik, Indonesia 2013

Karakteristik	Hipertensi	Karakteristik	Hipertensi
Kelompok Umur (Tahun)		Tamat D1-D3/PT	22.1%
18-24	8.7%	Status Pekerjaan	
25-34	14.7%	Tidak Bekerja	29.2%
35-44	24.8%	Pegawai	20.6%
45-54	35.6%	Wiraswasta	24.7%
55-64	45.9%	Petani/Nelayan/Buruh	25.0%
65-74	57.6%	Lainnya	24.1%
75+	63.8%	Tempat Tinggal	
Jenis Kelamin		Perkotaan	26.1%
Laki-Laki	22.8%	Pedesaan	25.5%
Perempuan	28.8%	Kuintil Indeks Kepemilikan	
Pendidikan		Terbawah	25.5%
Tidak Sekolah	42.0%	Menengah bawah	27.2%
Tidak Tamat SD	34.7%	Menengah	25.9%
Tamat SD	29.7%	Menengah atas	25.1%
Tamat SMP	20.6%	Teratas	25.4%
Tamat SMA	18.6%		

Sumber : Riset Kesehatan Dasar, Kementerian Kesehatan RI 2013

Elastisitas pembuluh darah adalah kunci utama dari terjadinya perubahan tekanan darah yang menjadi penyebab penyakit gagal ginjal, jantung koroner, maupun stroke. Semakin elastis pembuluh darah maka tekanan darah semakin normal karena pembuluh darah menyesuaikan diri terhadap tekanan darah. Kadar natrium yang tinggi dalam darah dapat menyebabkan pengerasan pembuluh darah. Kalium memiliki kemampuan untuk menambah elastisitas pembuluh darah. Oleh karena itu dibutuhkan kalium sebagai penyeimbangannya. Salah satu cara untuk meningkatkan kalium darah adalah dengan memberikan asupan kalium yang terdapat pada makanan seperti pisang.

Pisang mas merupakan salah satu jenis bahan yang mempunyai kandungan kalium yang tinggi. Buah pisang memiliki jenis yang bermacam-macam. Setiap jenis pisang mempunyai kandungan kalium yang berbeda-beda. Termasuk pada daging dan kulit buah pisang juga mempunyai kandungan kalium yang berbeda-beda meskipun jenis pisangnya sama. Daging buah pisang mas mempunyai kandungan kalium sebesar 370,3 mg/100 gram.fresh weight, sementara pada kulitnya mempunyai kandungan kalium sebesar 1239,9 mg/100 gram.fresh weight (Sulaiman *et al.*, 2011).

Selain buah pisang yang sudah dikenal mengandung kalium yang tinggi, jerami juga merupakan salah satu bahan yang mempunyai kandungan kalium yang tinggi. Jerami mempunyai kandungan kalium sebesar 1,5% (Anderson, 2006). Ketersediaan jerami di setiap negara sangatlah banyak. Jerami merupakan salah satu residu pertanian yang paling banyak di dunia. Saat ini jerami tidak memainkan peran yang besar dalam industri makanan. Selain itu, jerami juga mempunyai kandungan selulosa yang tinggi (Bakker *et al.*, 2013).

Larutan basa kalium yang dibuat dari air rendaman abu tanaman secara tradisional telah lama digunakan dalam makanan sebagai bahan pembentuk tekstur pati, misalnya dalam pembuatan mi. Larutan ini disebut sebagai kansui. Beberapa makanan tradisional Jawa ada yang menggunakan air rendaman abu tanaman, misalnya ciwel. Ciwel adalah singkong masak yang ditumbuk sehingga membentuk tekstur halus, kemudian dicampur dengan air rendaman abu, sehingga produk akhir memiliki warna kehitaman, dengan tesktur yang sangat kenyal, dan rasa serta bau yang khas.

Ciwel juga dapat di fortifikasi dengan air abu kulit pisang mas. Ciwel dengan penambahan air abu kulit pisang mas dapat menurunkan tekanan darah (Yahya, 2015).

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dapat diambil dari penelitian ini adalah bagaimana sifat fisik dan kimia pada *black pounded cassava* (ciwel) dengan penambahan air abu kulit pisang mas dan air abu jerami menggunakan waktu perendaman yang berbeda?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sifat fisik dan kimia pada *black pounded cassava* (ciwel) dengan penambahan air abu kulit pisang mas dan air abu jerami menggunakan waktu perendaman yang berbeda.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penganekaragaman olahan singkong.
2. Peningkatan kesehatan masyarakat dan ketahanan pangan Indonesia.
3. Memberikan gambaran umum tentang kandungan mineral kalium dalam olahan singkong dan kulit pisang.