

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Garam merupakan salah satu kebutuhan pelengkap pangan yang dibutuhkan oleh masyarakat. Berbagai industri memerlukan garam untuk dijadikan sebagai pengawet maupun campuran bahan (Hoiriyah, 2019). Pembuatan garam biasanya dengan memanfaatkan air laut sebagai bahan pokok menggunakan sinar matahari. Air laut dialirkan dan diuapkan yang kemudian dikristalkan akan membentuk gumpalan garam. Produksi garam ini sebagian besar dilakukan oleh petani garam kecil yang membuat produktivitas sangat rendah (Kurniawan *et al.*, 2019).

Padatan kristal garam terbentuk dari kumpulan senyawa yang sebagian besar adalah natrium klorida (NaCl). Secara umum garam konsumsi dikelompokkan menjadi 2, yaitu garam dapur dan garam diet. Garam dapur harus memiliki kadar NaCl minimal 94%, sedangkan garam diet kadar NaCl maksimal 60%. Natrium klorida yang terkandung dalam garam dapat membantu untuk mengatur tekanan darah pada tubuh manusia. Mengonsumsi garam dengan jumlah yang sesuai akan memberikan manfaat yaitu dapat mengatur keseimbangan cairan tubuh dan dapat menjaga pH darah dalam tubuh. Efek samping mengonsumsi garam secara berlebihan dapat menimbulkan penyakit hipertensi (Redjeki *et al.*, 2020). Asupan garam secara berlebihan akan meningkatkan volume darah dan beban kerja jantung juga akan meningkat. Hal tersebut akan membahayakan bagi tubuh manusia, oleh karena itu garam sehat menjadi salah satu solusi untuk mengatasi masalah tersebut (Mamahit *et al.*, 2017).

Garam sehat merupakan garam yang berfungsi untuk bahan tambahan dalam makanan dan dapat memberikan manfaat kesehatan bagi tubuh. Garam diet biasa disebut juga dengan garam sehat. Garam sehat memiliki kadar NaCl maksimal 60% akan lebih bermanfaat jika dibandingkan dengan garam dapur (Redjeki *et al.*, 2020). Menurut SNI 8208:2016, syarat mutu garam sehat yaitu mengandung kadar air maksimal 0,5%, Kalium Klorida (KCl) maksimal 40%, dan kadar iodium KIO_3 minimal 30 mg/kg (BSN, 2016). Penelitian tentang garam sehat ini sebelumnya telah

dilakukan oleh Kurniawan *et al.* (2019) dan Manteu *et al.* (2021) dengan sampel rumput laut hijau dan rumput laut coklat. Rumput laut mengandung sifat antioksidan yang tinggi dan kadar natrium yang rendah. Adanya senyawa fenolik berperan dalam antioksidan dengan menangkap radikal bebas. Penelitian lain garam sehat juga telah dilakukan oleh Ardhanawinata *et al.* (2020) dengan menggunakan sampel daun lindur. Penelitian daun lindur diketahui bahwa mengandung potensi mineral garam untuk dijadikan garam sehat. Daun lindur juga mengandung senyawa bioaktif yang bersifat antimikroba. Penelitian tentang garam sehat juga dilakukan oleh Marwiyah pada Liputan6.com (2019) dengan menggunakan sampel pelepah nipah. Pelepah nipah mengandung protein yang tinggi dan serta memiliki senyawa anti kanker yang layak dikonsumsi. Bahan lain yang berpotensi untuk dijadikan garam sehat adalah tanaman alur.

Tanaman alur (*Suaeda maritima*) adalah salah satu jenis tanaman yang hidup di lahan lumpur rawa-rawa di daerah pesisir pantai. Bentuk fisik dari tanaman alur ini hampir sama dengan tanaman rerumputan dan juga tanaman paku-pakuan (Kusmana *et al.* 2013). Tanaman alur (*Suaeda maritima*) biasanya dimanfaatkan oleh masyarakat dengan dijadikan sayur dalam sebuah masakan. Tanaman ini mengandung antioksidan dan juga mengandung vitamin A yang tinggi (Oueslati *et al.*, 2012). Potensi kandungan yang terdapat dalam tanaman alur memungkinkan untuk dijadikan sebagai garam sehat. Kelemahan dari tanaman alur (*Suaeda maritima*) yaitu memiliki bau yang amis yang masih tersisa ketika diolah menjadi suatu produk. Bau amis tersebut akan menurunkan mutu dan nilai jual pada produk yang akan dihasilkan. Salah satu cara untuk menurunkan bau amis pada suatu bahan adalah dengan cara *blanching* (Kurniawan *et al.*, 2019).

Blanching merupakan proses pemanasan dengan waktu yang singkat. Proses ini bertujuan untuk melunakkan jaringan pada bahan dan dapat mengurangi mikroorganisme yang tidak diharapkan pada bahan tersebut. Proses *blanching* dapat mempermudah proses penguapan dan dapat mempercantik tampilan bahan. Bahan yang sudah mengalami proses *blanching* akan menghasilkan warna yang tajam dan juga dapat menghilangkan bau yang tidak diinginkan (Damayanti dan Komang 2018). Penelitian ini menggunakan Perbedaan waktu *blanching* untuk mengetahui karakteristik kendala bau amis terhadap garam sehat tanaman alur (*Suaeda maritima*). Pengolahan tanaman ini masih sangat terbatas, dikarenakan

masyarakat masih kurang pengetahuan dalam mengolahnya. Potensi tanaman alur (*Suaeda maritima*) yang dijadikan sebagai garam sehat diharapkan akan meningkatkan nilai tambah dan mampu memberikan manfaat kesehatan.

1.2. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini diantaranya adalah :

1. Bagaimana pengaruh perbedaan proses *blanching* terhadap sensoris garam sehat tanaman alur (*Suaeda maritima*)?
2. Bagaimana perlakuan terbaik untuk komposisi pembuatan garam sehat tanaman alur (*Suaeda maritima*)?

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian dalam penelitian ini diantaranya adalah :

1. Mengetahui perbedaan proses *blanching* terhadap sensoris garam sehat tanaman alur (*Suaeda maritima*).
2. Mengetahui perlakuan terbaik untuk komposisi pembuatan garam sehat tanaman alur (*Suaeda maritima*).

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini diantaranya adalah :

1. Memberikan informasi tentang pemanfaatan tanaman alur (*Suaeda maritima*) sebagai garam sehat.
2. Memberikan informasi tentang karakteristik kualitas garam dari tanaman alur (*Suaeda maritima*).
3. Memberikan nilai tambah tanaman alur (*Suaeda maritima*) yang diwujudkan dalam bentuk garam sehat.