

I PENDAHULUAN

1.1 Judul

Uji Daya Terima dan Kadar Serat Kue Talam dengan Penambahan Tepung Mangrove (*Bruguiera gymnorrhiza*) Sebagai *Snack* bagi Penderita Konstipasi

1.2 Latar Belakang

Konstipasi atau yang biasa disebut dengan susah buang air besar adalah kondisi di mana feses mengeras sehingga susah untuk dikeluarkan (Brown, 2011). Konstipasi dapat terjadi pada semua usia, biasanya ditandai dengan frekuensi buang air besar yang rendah (kurang dari 3 kali dalam satu minggu) (Sari, 2017). Konstipasi dapat menimbulkan *stress* bagienderitanya akibat ketidaknyamanan dalam beraktivitas dan dapat mengakibatkan divertikulosis, kanker kolon dan terjadinya hemoroid jika sudah bertambah parah (Sudoyo dkk, 2006).

Rendahnya asupan serat dalam tubuh merupakan penyebab tersering konstipasi karena asupan serat yang rendah dapat menyebabkan masa feses berkurang dan sulit buang air besar (Lee dkk, 2008). Menurut Depkes RI tahun 2008, rata-rata konsumsi serat penduduk Indonesia secara umum sebesar 10.5 g/hari, nilai ini hanya mencapai setengah dari kecukupan serat yang dianjurkan oleh *World Health Organization* (WHO) yaitu 25-30 gr per hari (Rahmah et al., 2017).

Upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisir terjadinya konstipasi adalah pemberian makanan yang kaya akan serat. Serat makanan memiliki kemampuan mengikat air di dalam usus besar dan membuat volume hasil buangan pencernaan menjadi lebih besar sehingga merangsang saraf untuk menimbulkan keinginan akan buang air besar, dengan demikian feses lebih mudah untuk dikeluarkan (Kusharto, 2006). Belum

banyak yang mengetahui akan potensi buah mangrove sebagai sumber pangan. Buah mangrove jenis *Bruquiera gymnorhiza* mengandung energi dan karbohidrat lebih tinggi daripada sumber karbohidrat yang biasa dikonsumsi. Menurut Rosyadi, dkk. (2014) kandungan kimia buah mangrove *Bruquiera gymnorhiza* yaitu kadar air 53,35%, kadar lemak 1,43%, kadar protein 1,83%, kadar abu 1,01%, kadar karbohidrat 41,35%, dan kadar serat kasar 2,72%.

Kue talam merupakan salah satu menu kue tradisional khas Indonesia yang terbuat dari berbagai macam tepung olahan, kue ini cukup populer dan digemari oleh banyak orang dikarenakan rasanya yang manis dan teksturnya lembut sehingga sangat cocok untuk dikonsumsi oleh penderita konstipasi biasanya yaitu anak-anak dan para lansia, namun saat ini kue talam sudah semakin jarang ditemui atau bahkan mulai dilupakan. Bahan utama pembuatan kue talam yaitu tepung beras, tepung sagu, dan juga santan. Tepung beras membuat kue menjadi lembut dan lentur sehingga memudahkan untuk dibentuk, sedangkan tepung sagu memberi tekstur kenyal pada kue talam (Nurdin, 2012).

Berdasarkan penelitian IPB bekerjasama dengan Dinas Ketahanan Pangan NTT, tepung mangrove *Bruquiera gymnorhiza* memiliki kandungan karbohidrat dan energi yang lebih tinggi dari beras, jagung, singkong, dan sagu. Proteinnya lebih besar dari tepung ubi kayu. Tepung mangrove *Bruquiera gymnorhiza* juga memiliki kandungan vitamin C, serat, serta baik dikonsumsi bagi penderita autisme yang tidak dapat mengonsumsi olahan dari tepung terigu (Perkasa, 2013). Oleh karena itu, pada penelitian ini dilakukan substitusi tepung mangrove *Bruquiera gymnorhiza* pada kue talam untuk melihat kadar serat dan hasil uji sensori sebagai alternatif makanan untuk penderita konstipasi.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah penambahan tepung mangrove *Bruquiera gymnorrhiza* pada kue talam dapat meningkatkan kandungan serat yang berguna bagi penderita konstipasi?
2. Bagaimana uji daya terima pada kue talam dengan penambahan tepung mangrove *Bruquiera gymnorrhiza* melalui pengujian sensori?

1.4 Tujuan

Tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh penambahan tepung mangrove *Bruquiera gymnorrhiza* terhadap kandungan serat pada kue talam.
2. Untuk mengidentifikasi hasil uji daya terima kue talam dengan penambahan tepung mangrove *Bruquiera gymnorrhiza* melalui pengujian sensori terhadap warna, aroma, rasa, dan tekstur.

1.5 Manfaat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu sarana untuk menambah pengetahuan, wawasan, dan keterampilan terhadap penelitian tentang formulasi kue talam dengan penambahan tepung mangrove *Bruquiera gymnorrhiza* sebagai alternatif makanan sumber serat bagi penderita konstipasi.