

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Santan, merupakan nama umum dari ekstraksi bagian endosperm dari kelapa, memiliki peranan penting dalam masakan Asia Tenggara serta bagian dunia lainnya (Seow dan Gwee, 1997).

Konsumsi santan di Indonesia dapat diasumsikan sekitar 1,2 kg per kapita per tahun, sehingga jika dikalikan dengan jumlah penduduk Indonesia yang berkisar 220 juta jiwa akan didapatkan bahwa kebutuhan santan di Indonesia adalah 264.000 ton per tahun (Sanusi, 2008). Setiap daerah pada umumnya memiliki makanan khas yang dibuat dari santan seperti gudeg, makanan daerah Padang, sayur lodeh, sayur bobor atau gulai daun singkong, sambal goreng labu, dan lainnya.

Hasil analisis terhadap data modul konsumsi Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas, 2002, 2007, 2009) dalam Hardinsyah (2011), menunjukkan rata-rata konsumsi lemak total penduduk Indonesia adalah 58,1 g/kap/hr pada tahun 2002, meningkat menjadi 61,5 g/kap/hr tahun 2007 dan 64,7 g/kap/hr tahun 2009.

Hasil penelitian Kajs et al., (1976), menunjukkan bahwa TPC (*Total Plate Count*) santan mencapai batas yang menyebabkan kerusakan organoleptik adalah sebesar $(1,2 \times 10^6 - 1,7 \times 10^8 \text{ CFU/ml})$ hanya dalam waktu 6 jam pada penyimpanan 35°C . Selain kerusakan oleh mikroba, santan kelapa sangat rentan terhadap kerusakan kimia (termasuk enzimatik),

khususnya melalui oksidasi lemak dan hidrolisis yang menghasilkan bau dan rasa yang tidak enak.

Santan mempunyai komposisi air, lemak dan protein cukup tinggi sehingga pada umumnya santan mudah rusak karena mikroorganismenya (Seow dan Gwee, 1997). Pengolahan makanan yang digunakan oleh masyarakat untuk mendapatkan citarasa yang diinginkan dan untuk menghindari kerusakan akibat mikroorganismenya sangatlah bervariasi, salah satunya adalah dengan merebusnya secara berulang terutama pada sayur yang menggunakan santan. Perebusan berulang membuat bumbu lebih meresap sehingga rasa masakan lebih enak serta dapat membuat bertahan lebih lama sehingga dapat dikonsumsi esok hari jika tidak habis. Namun, perebusan juga dapat menyebabkan koagulasi dan berkurangnya aroma khas santan (Satoto, 1999).

Menurut Tejada (1973), komposisi santan terutama dipengaruhi oleh cara pembuatan dan efisiensi ekstraksi. Tanpa penambahan air saat proses ekstraksi, santan mengandung protein 2,6–4,4%, air 50–54%, lemak 32–40%, dan abu 1–1,5% (Tangsuphoom dan Coupland, 2005).

Santan memiliki kandungan asam lemak jenuh dan asam lemak tak jenuh. Konsumsi asam lemak jenuh yang tinggi menyebabkan hati memproduksi kolesterol LDL dalam jumlah besar yang berhubungan dengan kejadian penyakit jantung dan menyebabkan trombosis (Sartika, 2008). Konsumsi asam lemak tak jenuh dilaporkan mampu menyembuhkan penyakit degeneratif, temuan terakhir yang dilaporkan dalam Seminar Internasional di Lugano, Swiss mengungkapkan pula peranannya dalam

membantu perkembangan otak balita manusia. Pada umumnya asam lemak esensial ini harus dipasok ke dalam tubuh (Lubis, 2000)

Pada masyarakat Srilanka, 70% penduduk Srilanka menggunakan santan dan minyak kelapa pada pengolahan makanannya. Ditemukan mayoritas penduduk desa mendapatkan 35 gram lemak perhari dari kelapa dan mereka mengkonsumsi sedikit sekali makanan yang mengandung susu, mentega, keju, daging sapi, babi, dan minyak jagung karena mereka tidak mampu membeli makanan yang termasuk makanan yang mahal. Dari pengalam klinis disebutkan bahwa serum kadar kolesterol darahnya sangat rendah (Athukorale, 1996).

Mengingat santan juga merupakan bahan makanan yang banyak dikonsumsi masyarakat Indonesia dan merupakan bahan makanan yang mengandung lemak dan mengalami proses perebusan maka perlu dilakukan penelitian untuk diketahui kualitasnya. Uji kualitas santan dapat ditentukan dengan kandungan asam lemak tidak jenuh dalam santan.

1.2. Rumusan Masalah

“Apakah ada pengaruh frekuensi perebusan terhadap kandungan asam lemak tidak jenuh santan kelapa?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh frekuensi perebusan terhadap asam lemak tidak jenuh santan kelapa.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui kandungan asam lemak tidak jenuh pada frekuensi perebusan santan kelapa yang berbeda.
- 2) Mengetahui kandungan PUFA dan MUFA asam lemak tidak jenuh pada frekuensi perebusan yang berbeda.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan terkait dengan pengolahan makanan sumber lemak sehingga dapat memberikan gambaran tentang pengolahan bahan makanan sumber lemak yang baik.

1.4.2. Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada masyarakat tentang pengolahan bahan makanan sumber lemak yang baik dan benar sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat.