

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Indonesia yang dikenal sebagai Negara agraris memiliki berbagai macam tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber gizi, seperti protein, vitamin, karbohidrat, mineral dan sebagainya. Sayuran merupakan bahan pangan yang sangat populer bagi masyarakat Indonesia, selain mudah diperoleh dan murah, sayuran dapat diperoleh menjadi berbagai kehidupan yang lezat.

Sayuran merupakan makanan yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Komoditi ini sangat penting karena mengandung berbagai bahan yang diperlukan untuk kebutuhan manusia mulai dari kandungan proteinnya hingga seratnya yang banyak digunakan untuk mencegah kanker saluran pencernaan. Menurut Manulang (1995) sayuran dapat didefinisikan sebagai tanaman atau bagian tanaman yang dapat di makan atau di lalap untuk makanan utama, pelengkap atau sekedar pembangkit selera. Berdasarkan definisi tersebut di atas maka pengertian sayuran meliputi tanaman herbal dipekarangan dan tanaman berkayu tahunan, atau bagiannya yang mencakup anakan, daun, bunga, buah, maupun akarnya.

Bayam merupakan salah satu tanaman yang mudah ditemukan di Indonesia. Bayam termasuk ke dalam *family Amaranthaceae* yang memiliki berbagai macam spesies dan tumbuh di seluruh dunia. Salah satu jenis bayam yang tumbuh di daerah tropis seperti Asia dan Afrika termasuk Indonesia adalah *Amaranthus tricolor* dan *green amaranth*.

Bayam memiliki komponen kimia yang bermanfaat bagi kesehatan seperti protein, lemak, karbohidrat, kalium, zat besi, vitamin A, B, dan C. Kandungan zat besi dan vitamin C yang cukup tinggi pada bayam bermanfaat dalam proses absorpsi zat besi ke dalam tubuh yang dapat berfungsi untuk mencegah terjadinya anemia. Bayam juga merupakan sumber antioksidan yang baik bagi tubuh karena ekstrak bayam diketahui mengandung komponen flavonoid, fenolik, karotenoid, dan vitamin C.

Protein adalah sumber asam-asam amino yang mengandung unsur-unsur C, H, O dan N yang tidak dimiliki oleh lemak dan karbohidrat. Protein dibutuhkan oleh tubuh untuk membangun, membawa dan memelihara otot, darah, kulit, tulang, jaringan-jaringan organ tubuh yang lain. Protein tersusun dari asam-asam amino yang fungsi utamanya ialah untuk pertahanan tubuh. Bila protein di makan dan di cerna maka akan terurai menjadi asam-asam amino, kemudian di serap oleh usus dan digunakan untuk membentuk jaringan-jaringan baru, enzim-enzim pencernaan, komponen hormon-hormon, berperan dalam metabolisme, mengatur keseimbangan air dalam tubuh, dan memelihara kenetralan cairan tubuh serta sebagai antibodi. Kekurangan protein dalam jangka waktu yang cukup lama dapat menyebabkan gangguan pada proses dalam tubuh serta dapat menurunkan daya tahan tubuh terhadap penyakit.

Asam amino adalah zat yang amat penting bagi pertumbuhan. Asam amino dapat diperoleh dari bahan makanan baik dalam bentuk asam amino maupun protein. Manusia dan hewan tidak sanggup membentuk semua asam amino pembentuk protein, sedangkan tumbuh-tumbuhan sanggup membentuknya.

Sekitar 3-4 % kebutuhan protein tubuh kita dapat diperoleh dari sayur mayur dan buah-buahan (Zanariah *et al*, 1986). Oleh sebab itu sayur-sayuran bukanlah sebagai sumber protein yang utama, namun kualitas dan kuantitas protein dalam bahan makanan harus dipertimbangkan, sebab untuk pertumbuhan yang sehat dan seimbang diperlukan komposisi asam amino esensial yang seimbang walaupun dalam jumlah yang kecil.

Guna keseimbangan komposisi asam amino, maka dianjurkan program penganekaragaman jenis makanan. Jika dua jenis protein yang memiliki jenis asam amino esensial pembatas yang berbeda di konsumsi bersama-sama, maka kekurangan asam amino sejenis dapat dilengkapi oleh asam amino sejenis kacang-kacangan. Oleh sebab itu sayur-sayuran yang juga mengandung berbagai jenis asam amino berperan dalam mengisi kekurangan ini guna menjaga keseimbangan asam amino di dalam makanan kita.

Untuk mengetahui kadar protein dan asam amino dalam makanan, dapat dilakukan beberapa metode. Metode analisis kadar protein yang paling sederhana adalah metode Kjeldahl.

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan penelitian dengan judul “*Analisis Kadar Protein dalam Sayur Bayam Merah yang dijual di Pasar Tradisional dan Pasar Moderen dengan Metode Kjeldahl*”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah penelitian dirumuskan sebagai berikut:

- Berapakah kadar protein yang terkandung dalam sayur bayam merah yang dijual di Pasar Tradisional dan Pasar Moderen ?
- Berapakah kadar air dan kadar abu pada sayur bayam merah yang dijual di Pasar Tradisional dan Pasar Moderen ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

- Untuk mengetahui kadar protein yang terkandung dalam sayur bayam merah yang dijual di Pasar Tradisional dan Pasar Moderen
- Untuk mengetahui kadar air dan kadar abu pada sayur bayam merah yang dijual di Pasar Tradisional dan Pasar Moderen.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya tentang kadar gizi pada bayam merah terhadap tempat tumbuhnya bayam merah.