

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pola makan yang rendah sayur dan buah, konsumsi alkohol, bahan kimia dalam pertanian, bahan kimia yang ditambahkan dalam pengolahan pangan, obat-obat kimia yang dikonsumsi rutin, kurang olahraga, merokok, dan tingkat polusi kendaraan bermotor yang terus bertambah menyebabkan manusia terus-menerus terpapar racun berbahaya yang dapat mengganggu metabolisme tubuh (Galisteo, dkk., 2008). Oleh karena itu perlu lebih banyak asupan pangan yang dapat mencegah efek racun tersebut.

Pangan fungsional diyakini memiliki kandungan zat gizi dan non-gizi yang bermanfaat bagi kesehatan. Antioksidan digolongkan sebagai salah satu komponen pangan fungsional menurut Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM). Antioksidan merupakan zat yang mampu memperlambat atau mencegah proses oksidasi. Zat ini secara nyata mampu memperlambat atau menghambat oksidasi zat yang mudah teroksidasi meskipun dalam konsentrasi rendah (Setyorogo dan Trisnawati, 2012).

Salah satu contoh sayuran yang mengandung antioksidan adalah daun kenikir (*Cosmos caudatus*). Daun kenikir yang masih muda dan pucuknya dapat digunakan untuk sayuran, dimakan mentah-mentah. Daun kenikir mengandung senyawa aktif fenolik, flavonoid, flavon dan flavanon, polifenol, saponin, tanin, alkaloid dan minyak astiri. Kandungan flavonoid

yang terdapat dalam daun kenikir seperti *myricetin*, *quercetin*, *kaempferol*, *luteolin* dan *apigenin*. *Quercetin* dan *kaempferol* yang tertinggi juga terdapat dalam daun kenikir berkisar 0,3-143 mg/100 g berat basah dan total fenol terbesar yaitu 1,52 mg GAE/100 g berat basah daun kenikir. Daun kenikir diidentifikasi sebagai sumber sayuran yang memiliki potensi kaya flavonoid dan antioksidan (Andarwulan, dkk., 2010).

Hasil penelitian Sahid dan Etisa (2016) menjelaskan tentang kandungan total flavonoid dan kuersetin pada daun kenikir segar dan bubuk daun kenikir. Total flavonoid dan kuersetin pada daun kenikir segar adalah 143,00 mg/100 g dan 51,30 mg/100 g, sedangkan untuk total flavonoid dan kuersetin pada bubuk daun kenikir adalah 1089,79 mg/100 g dan 390,95 mg/100 g. Dari daun kenikir segar sebanyak 526 g menghasilkan 100 g bubuk daun kenikir, sehingga kandungan flavonoid dan kuersetin masih lebih tinggi dalam bubuk daun kenikir daripada daun kenikir segar (Sahid dan Etisa, 2016). Selain itu diketahui pula bahwa preparasi bahan khususnya blansing juga mempengaruhi aktivitas antioksidannya (Pujimulyani dkk., 2010).

Konsumsi antioksidan dapat ditingkatkan dengan pengkayaan komponen antioksidan pada makanan atau minuman yang banyak dikonsumsi masyarakat seperti minuman cendol. Namun perlu dipertimbangkan proporsi penambahan yang tepat sehingga tidak mempengaruhi sifat fisik produk yang dapat menurunkan tingkat kesukaan

masyarakat. Melalui penelitian cendol kenikir ini diharapkan dapat mewujudkan pangan fungsional.

B. Tujuan

Tujuan Umum :

1. Menghasilkan cendol dengan penambahan kenikir yang berpotensi sebagai antioksidan alami dan disukai panelis.

Tujuan Khusus :

1. Mengetahui pengaruh preparasi dan jumlah bubuk daun kenikir terhadap sifat fisik, kimia, dan tingkat kesukaan cendol.
2. Menentukan cara preparasi dan jumlah bubuk daun kenikir pada cendol yang memiliki kadar fenol total, flavonoid, dan aktivitas antioksidan yang disukai panelis.