

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Umbi Porang (*Amorphophallus muelleri*) yang merupakan umbi yang memiliki banyak kegunaan dan manfaat terutama dalam kesehatan (Utami, 2021). Menurut Saleh et al (2015) umbi porang dapat dijadikan beberapa macam olahan pangan. Namun dalam proses pengolahannya porang tidak bisa dikonsumsi secara langsung, melainkan harus dibuat menjadi tepung terlebih dahulu untuk dijadikan berbagai macam olahan pangan. *Konnyaku* dan *shirataki* merupakan beberapa olahan pangan yang terbuat dari umbi porang. *Konnyaku* istilah olahan umbi porang yang berbentuk mirip dengan tahu. Sedangkan *shirataki* merupakan olahan pangan dari umbi porang yang berbentuk mie dengan warna yang transparan. Dalam olahan pangan tersebut mengandung serat *glucomannan* yang cocok untuk menurunkan berat badan dan mengatasi beberapa penyakit degeneratif seperti diabetes, jantung koroner dan tekanan darah tinggi. (Fang et al, 2023).

Menurut Suiraroka (2012) penyakit degeneratif merupakan penyakit yang disebabkan karena hilangnya fungsi sel saraf secara perlahan-lahan seiring berjalannya waktu dan penambahan usia tanpa diketahui penyebabnya. Obesitas yang merupakan salah satu faktor yang meningkatkan resiko penyakit degeneratif (Widiyarti, 2024). Menurut data Kemetrian Kesehatan Republik Indonesia, kasus obesitas meningkat selama 10 tahun terakhir dari 10,5 persen di tahun 2007 menjadi 21,8 persen di tahun 2018 (Firdaus, 2023). Selain itu Indonesia juga menduduki peringkat keenam di dunia dengan perkiraan jumlah pasien Diabetes Melitus dewasa terbesar, yaitu lebih dari 10,3 juta orang dan diproyeksikan meningkat menjadi 16,7 juta pada tahun 2045 (Arindari & Suswita, 2021). Berdasarkan wawancara dengan Dokter Ahli Gizi Klinik, Kristina Joy Herlambang, menegaskan bahwa obesitas dan diabetes disebabkan kurang memperhatikan pola makan dan kurangnya berolahraga. Menurut Asriani et al (2022) Pola makan yang

hubungannya dekat dengan penyakit obesitas adalah Tingkat konsumsi gula yang tinggi. Gula merupakan senyawa organik berbentuk karbohidrat. Karbohidrat yang kita dapatkan terdapat pada nasi putih yang merupakan makanan pokok utama masyarakat Indonesia dan juga merupakan makanan pokok sebagian penduduk dunia karena mudah disiapkan dan mempunyai kandungan energi yang tinggi sehingga mempengaruhi aktivitas tubuh dan kesehatan.

Toruan (2015) mengatakan bahwa ada alternatif lain selain nasi putih, sebagai sumber karbohidrat, yaitu nasi *shirataki* yang non kalori namun dapat memberikan rasa kenyang lebih lama. Rasa kenyang lebih lama ini didapatkan karena ada kandungan *glucomannan* kental yang larut dalam asam lambung dan tidak dapat dicerna oleh enzim pencernaan. Octavia (2022) mengatakan bahwa dalam nasi *shirataki* atau nasi yang terbuat dari olahan umbi porang memiliki kalori dan karbohidrat yang rendah. Berbanding jauh dari beras putih, dalam satu gelas beras *shirataki* hanya mengandung 3-gram karbohidrat dan 10 kalori. Selain itu juga memiliki kandungan serat tinggi yang memberikan efek kenyang Ketika dikonsumsi. Selain itu menurut jurnal *Bioactive Carbohydrates and Dietary Fibre* tahun 2015, nasi *shirataki* lebih lama untuk dicerna sehingga mampu mengurangi kenaikan kadar gula darah. Nasi *shirataki* juga dapat mengurangi hasrat konsumsi makanan dan membantu menurunkan kolesterol dalam tubuh. *American Journal of Clinical Nutrition* mengungkapkan 3-gram serat *shirataki* dapat menurunkan 10 persen kadar kolesterol jahat dalam tubuh.

Dibalik manfaatnya yang sangat baik untuk kesehatan, Berdasarkan hasil kuisisioner yang sudah dilakukan oleh penulis dengan responden berjumlah 108 orang, sebanyak 85 responden belum pernah mengonsumsi olahan dari umbi porang (*shirataki* dan *konnyaku*). Walau secara mayoritas mereka khawatir dengan penyakit obesitas, diabetes, dan jantung koroner. Namun dibalik kekhawatiran itu, mayoritas responden jarang atau tidak pernah sama sekali mencari informasi tentang hidup sehat. Berdasarkan hasil kuisisioner juga diperoleh 83 responden belum pernah melihat media yang menyajikan manfaat dan cara mengolah olahan dari umbi porang. Oleh karena itu penulis berencana untuk merancang *website* yang

khusus bertujuan untuk memberi informasi dan memberi wawasan tentang manfaat dan cara mengolah makanan yang berasal dari olahan umbi porang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis dapat menarik rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perancangan *website* tentang olahan pangan dari umbi porang sebagai makanan sehat?

1.3 Batasan Masalah

Penulis membatasi ruang lingkup permasalahan perancangan *website* tentang kegunaan porang untuk kesehatan pada masyarakat sebagai berikut, :

1.3.1 Demografis

- a) Jenis Kelamin : Laki-laki dan Perempuan
- b) Usia : 20 – 35 tahun

Menurut Bappenas usia 20 – 35 tahun merupakan generasi *millennial* (Utomo, 2019). Menurut Santosa (2023) komplikasi penyakit degeneratif dapat muncul 20 tahun kemudian dan saat ini penyakit degeneratif seperti diabetes dan tekanan darah tinggi banyak ditemukan pada rentan usia 20 dan 30 tahunan. Li et al (2008) intervensi pola hidup sehat selama 6 tahun pada seseorang maka dapat mencegah dan menunda penyakit degeneratif selama 14 tahun kedepan.

- c) Tingkat Ekonomi : SES B – A

Secara tingkatan ekonomi penulis memilih SES B – A, untuk pemilihan SES A dikarenakan produk olahan pangan dari umbi porang memiliki harga beli yang mahal sehingga dirasa akan menjadi sulit untuk dikonsumsi masyarakat menengah setiap hari dan akan lebih cocok untuk masyarakat ekonomi atas. Namun pada pemilihan tingkat ekonomi SES B dipilih karena produk olahan pangan dari umbi porang ini,

terkhusus produk yang berbentuk nasi cara pengkonsumsiannya dapat dicampurkan dengan nasi putih maupun nasi merah, dengan perbandingan 1: 1, sehingga penggunaannya akan lebih hemat dan dapat dikonsumsi kalangan menengah.

- d) Pekerjaan : Pekerja kantor, Wirausahawan, Pengusaha, Mahasiswa

1.3.2 Geografis

- a) Negara : Indonesia
b) Daerah : Jabodetabek

Perancangan *website* ini berpusat pada daerah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang dan Bekasi (Jabodetabek) karena merupakan kawasan metropolitan dan industrial serta memiliki jumlah populasi yang signifikan dengan jumlah 27,95 juta jiwa dan memiliki luas wilayah 6400,71-kilometer persegi (Wahyudi & Kurniawan, 2019). Pemilihan wilayah ini digunakan agar perancangan akhir *website* tentang olahan pangan dari umbi porang sebagai makanan sehat, dapat digunakan secara luas untuk masyarakat.

1.3.3 Psikografis

Secara psikografis penulis menargetkan untuk orang-orang yang ingin mencoba hal baru dan memiliki keingintahuan yang tinggi. Selain itu juga untuk orang-orang yang mau mulai gaya hidup sehat, menurut Suiraroka (2012) gaya hidup sehat dapat berupa individu yang aktif berolahraga, melakukan diet dan menghindari stres berlebih.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan penelitian ini adalah perancangan *website* yang dapat meningkatkan pengetahuan tentang olahan pangan dari umbi porang sebagai makanan sehat

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat dibagi menjadi tiga bagian: manfaat bagi penulis, bagi orang lain dan bagi universitas.

1.5.1 Bagi Penulis

Perancangan ini dapat memberikan penulis wawasan lebih luas mengenai manfaat porang dan potensi lain dalam porang. Selain itu penulis juga memperoleh kesempatan untuk menerapkan pembelajaran selama proses kuliah yang telah dijalani sekaligus untuk memenuhi syarat kelulusan.

1.5.2 Bagi Universitas

Perancangan ini dapat bermanfaat untuk digunakan sebagai referensi untuk para mahasiswa-mahasiswi lain untuk bahan studi maupun untuk menambah informasi mengenai porang dan olahan porang.

1.5.3 Bagi Masyarakat

Menginformasikan kepada Masyarakat tentang tanaman umbi porang yang menyimpan banyak manfaat dan kegunaan untuk kesehatan. Sehingga dapat mengedukasi masyarakat yang belum tau menjadi tahu akan potensi dari umbi porang.

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA