

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar belakang**

Cabai adalah sayuran sekaligus rempah dapur yang hampir selalu hadir pada hidangan yang kita santap sehari-hari. Sayur dari keluarga terong-terongan ini sangat populer di berbagai belahan bumi, termasuk Indonesia (Lanny, 2012).

Cabai dalam masyarakat biasanya digunakan sebagai bumbu, sambal dan dimakan bersama gorengan. Proses pemasakan pada cabai juga berbeda-beda seperti dengan cara digoreng, direbus dan dikukus. Proses pemasakan tersebut akan berdampak pada kandungan zat gizi pada cabai khususnya vitamin.

Cabai memiliki jenis yang beraneka ragam yaitu cabai rawit, cabai keriting dan cabai besar. Ciri-ciri cabai besar bentuk buah yang besar dan lancip di bagian ujungnya permukaan kulit buahnya rata. Buah mudanya berwarna hijau dan ketika matang berwarna merah. Bagian buahnya tipis dengan rasa sangat pedas dan aroma menyengat khas cabai. Dan gambaran pohon nya yaitu daunnya berukuran paling kecil diantara semua varietas cabai, dengan warna hijau muda hingga hijau tua. Tinggi tanaman dari permukaan tanah bisa 1.5 meter (Wahyudi, 2011).

Vitamin yang terkandung dalam cabai dan berguna bagi tubuh salah satunya adalah vitamin C dan provitamin A ( $\beta$ -karoten). Menurut Cahyono (2003), kandungan vitamin C dalam 100 gram cabai adalah 70 mg. Sedangkan menurut

Tjahjadi (2005), kandungan Vitamin C pada cabai segar dalam 100 gram adalah 125 mg.

Suhu dapat mempengaruhi kadar vitamin C pada cabai. Semakin tinggi suhu maka kadar vitamin C pada cabai juga semakin menurun (Rani dkk, 2009). Selain suhu yang tinggi vitamin C dapat larut dalam air dan mudah teroksidasi oleh Oksigen atmosfer atau enzim askorbat oksidase. Walaupun mudah teroksidasi, vitamin C ternyata dapat sebagai antioksidan dalam tubuh manusia (Tjasari, 2005).

Vitamin C atau asam askorbat berfungsi sebagai pembentuk jaringan ikat. Vitamin ini juga dibutuhkan untuk pembentukan sel-sel darah merah (Mery,2011). Hipovitaminosis C atau kekurangan vitamin C dapat menyebabkan penyakit sariawan atau stomatitis. Tanda-tanda sariawan atau stomatitis antara lain gusi bengkak dan berdarah. Pada anak-anak Sariawan atau Stomatitis yang akut dapat menghambat pertumbuhan yang seharusnya (Suharjo,1999).

Vitamin A termasuk golongan vitamin yang larut lemak, mudah rusak oleh proses oksidasi pada suhu tinggi, sinar UV dan O<sub>2</sub>. Reaksi oksidasi dapat dipercepat oleh beberapa ion logam seperti tembaga (Cu) dan Besi (Fe) (Tjasari, 2005). Menurut Mery (2011) Vitamin A dan Karoten tidak akan rusak oleh sebagian besar cara memasak, sebagian diantaranya hilang kalau dimasak dengan suhu yang tinggi, seperti dengan cara digoreng.

Provitamin A merupakan bahan dasar dari pembuatan vitamin A pada tubuh manusia,  $\beta$ -karoten atau provitamin A terdapat pada bahan nabati (Tjasari, 2005). Menurut Suharjo (1999) provitamin A adalah pigmen berwarna kuning

atau orange, yang memberikan warna pada wortel, ubi, labu kuning, jagung, cabai dan sebagainya.

## **B. Rumusan masalah penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan diatas maka rumusan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh proses pemasakan pada cabai besar (*capsicum anunum L*) terhadap kadar vitamin C dan provitamin A ( $\beta$ -karoten)”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh proses pemasakan cabai terhadap kadar Vitamin C dan Provitamin A

### 2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui kadar vitamin C dan provitamin A pada Cabai setelah diberi perlakuan.
- b. Menganalisis perbedaan perlakuan cabai besar terhadap kadar vitamin C dan provitamin A

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Peneliti

- a. Dapat mengetahui pengaruh perbedaan kadar Vitamin C dan Provitamin A terhadap perlakuan pada cabai besar
- b. Dapat menjadi acuan untuk penelitian kadar vitamin C dan Provitamin A selanjutnya

## 2. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan masyarakat tentang dampak pengolahan cabai besar pada jumlah kadar Vitamin C dan Provitamin A.