

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Bumbu

1. Bumbu

Bumbu atau bumbu dapur adalah zat yang umumnya berasal dari tanaman beraroma yang ditambahkan pada masakan yang bertujuan untuk menyedapkan makanan. Bumbu dikelompokkan menjadi 6 yang meliputi : bumbu berasal dari buah, bumbu berasal dari bunga, bumbu berasal dari daun, bumbu berasal dari umbi, bumbu berasal dari akar dan bumbu berasal dari batang. Secara garis besar bumbu dapat digolongkan menjadi 3 bumbu dasar, yaitu bumbu dasar merah, bumbu dasar putih, dan bumbu dasar kuning (Hikmatulloh, Lasmanawati, & Setiawati, 2017).

2. Bumbu Lengkap (*Base Genep*)

Base Genep adalah bumbu dasar khas yang berasal dari Bali. Bahan-bahan yang dibutuhkan untuk membuat *Base Genep* terdiri dari 15 macam rempah-rempah yang diaduk menjadi satu. Kitab Lontar menyebutkan bahwa *Base Genep* sudah tersedia sejak 2000 tahun lalu menurut kitab lontar. Namun beberapa orang menyebutkan bila *Base Genep* di temukan abad ke-9 ketika ada hubungan antara India dengan Bali (Wikipedia, 2017)

3. Bahan dan Langkah Pembuatan Bumbu Lengkap (*Base Genep*)

a. Bahan

- 1) 5 cm kunyit
- 2) 5 cm lengkuas
- 3) 4 cm jahe

- 4) 4 cm kencur
- 5) 6 siung bawang putih
- 6) 10 siung bawang merah
- 7) 4 buah cabe besar
- 8) 4 buah cabe rawit
- 9) 5 batang serai (cincang)
- 10) 3 buah kemiri
- 11) 1 buah tomat besar
- 12) 1 sendok teh ketumbar
- 13) ½ sendok teh merica
- 14) 2 lembar daun salam
- 15) 3 lembar daun jeruk purut
- 16) Garam dan gula secukupnya

b. Langkah-langkah Pembuatan *Base Genep*

- 1) Cincang halus kunyit, lengkuas, jahe dan kencur
- 2) Haluskan bawang putih, bawang merah, cabe rawit, cabe besar, dan serai. Bisa ditumbuk atau menggunakan blender.
- 3) Haluskan kemiri, merica, dan ketumbar
- 4) Iris tipis tomat
- 5) Campurkan semua bumbu yang telah dihaluskan dalam wajan, kemudian goreng
- 6) Tambahkan irisan tomat, daun salam, daun jeruk, garam, dan gula. Aduk hingga merata
- 7) Setelah aroma tercium wangi, angkat dan tiriskan bumbu

8) Bumbu dapat disimpan atau langsung digunakan sebagai campuran masakan.

4. Manfaat Bumbu dalam *Base Genep*

a. Kunyit

Kunyit saat ini dikenal sebagai salah satu rempah dan herba berguna terutama karena kandungan kurkumin yang ada dalam rimpang tanaman. Kurkumin mempunyai daya dan sifat antiinflamatori yang kuat (Hakim, 2015). Kunyit merupakan salah satu tanaman rempah-rempah yang berfungsi sebagai antibakteri. Kunyit mengandung berbagai senyawa antara lain kurkumin dan minyak atsiri. Minyak atsiri ini dapat digunakan sebagai antibakteri karena mengandung gugus fungsi *hidroksil* dan *karbonil* yang merupakan turunan fenol. Aktivitas antibakteri *curcumin* adalah dengan cara menghambat *proliferasi* sel bakteri. Kunyit memiliki efek *farmakologi* diantaranya, menurunkan kadar lemak tinggi, asma, hepatitis, anti empedu, anti radang, anti diare, dan bersifat sebagai anti *inflamasi* atau anti peradangan (Yuliati, 2016).

b. Jahe

Jahe mempunyai kandungan minyak atsiri tertinggi dan digunakan untuk berbagai macam pengobatan, antara lain adalah rematik, *influenza*, asma, masuk angin, dan radang tenggorokan. *Gingerol* yang terdapat dalam rimpang jahe dapat membantu meningkatkan *motilitas intestinal* dan diketahui berperan sebagai agen *anti-inflammatory*, meredakan nyeri (*analgesic*), *anti-piretik* dan anti-bakterial (Aryanta, 2019).

Penelitian para ahli menyebutkan bahwa *zingerone*, suatu senyawa kimia yang memberikan karakter pedas terhadap rimpang jahe, sangat efektif dalam melawan *E.coli* yang menyebabkan diare, khususnya pada anak-anak (Simbolon, 2018).

c. Lengkuas

Lengkuas merupakan salah satu tanaman yang diketahui dapat digunakan sebagai antibakteri. Senyawa aktif antibakteri yang terkandung dalam lengkuas adalah *fenol* yang terdapat dalam minyak atsiri. Dalam dunia kedokteran, senyawa fenol telah lama dikenal sebagai antiseptik dan dipercaya memiliki daya antibakteri (Florensia, Dewi, & Utami, 2012).

d. Kencur

Kencur, bahasa latinnya *Kaempferia galangal L*, dapat dimanfaatkan untuk berbagai macam kebutuhan. Dapat digunakan sebagai bahan baku jamu (obat tradisional), *fitofarmaka*, industri kosmetika, penyedap makanan dan minuman, rempah, serta bahan campuran saus rokok kretek. Secara empirik kencur digunakan sebagai penambah nafsu makan, infeksi bakteri, obat batuk, disentri, *tonikum*, ekspektoran, masuk angin dan sakit perut (Litbang Pertanian, 2009).

e. Bawang Putih

Bawang putih merupakan umbi berwarna putih yang berkhasiat sebagai obat, antimikroba bahan penambah cita rasa dan pengawet alami makanan. Bawang putih mengandung zat *organosulfur*, senyawa *organosulfur* bawang putih berpotensi sebagai antimikroba dengan menghambat pertumbuhan beberapa mikroba seperti bakteri, jamur, virus, dan *protozoa* (Moulia, 2018).

f. Bawang Merah

Bawang merah (*Allium cepa L.*) merupakan salah satu jenis sayuran yang banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia. Sebagai salah satu komoditas sayuran yang secara ekonomis menguntungkan dan mempunyai prospek pasar yang luas, bawang merah cukup banyak digemari oleh masyarakat, terutama

sebagai bumbu penyedap masakan, namun dapat pula sebagai bahan obat, seperti: untuk menurunkan kadar kolesterol, sebagai obat terapi, antioksidan, dan antimikroba (Misna, 2016).

g. Cabai

Buah cabai rawit (*Capsicum frutescens L*) merupakan jenis cabai yang sering digunakan sebagai obat tradisional di Indonesia. Buah cabai rawit mengandung senyawa yang bersifat antibakteri seperti kapsaisin yang merupakan golongan *alkaloid*, *kapsantin*, *karotenid*, *resin*, dan minyak atsiri (Munira, 2019).

h. Serai

Tanaman serai *Cymbopogon citratus DC.* merupakan tanaman herba anual, berasal dari *Suku Poaceae* yang digunakan sebagai pembangkit cita rasa pada makanan dan dipercaya pula dapat dimanfaatkan dalam pengobatan tradisional. Penyelidikan *fitokimia* mengungkapkan bahwa ekstrak serai berisi beberapa nabati konstituen, yaitu : minyak *atsirisaponin*, tanin, *alkaloid* dan *flavonoid*. Berbagai kandungan senyawa aktif tersebut, mengindikasikan serai memiliki aktivitas antibakteri yang cukup besar (Jafari et al. 2012), khususnya kandungan minyak atsiri (Rahman, 2013).

B. Pangan Fungsional

1. Definisi Pangan

Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan,

dan/atau pembuatan makanan atau minuman (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia, 2002).

2. Pangan Fungsional

a. Pengertian Pangan Fungsional

Pangan Fungsional adalah pangan olahan yang mengandung satu atau lebih komponen pangan yang berdasarkan kajian ilmiah mempunyai fungsi fisiologis tertentu diluar fungsi dasarnya, terbukti tidak membahayakan dan bermanfaat bagi kesehatan (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2012).

Secara umum, pangan fungsional adalah pangan yang tidak hanya memberikan zat-zat gizi esensial pada tubuh, tetapi juga memberikan efek perlindungan tubuh (atau bahkan penyembuhan) terhadap beberapa gangguan penyakit (Hariyadi, 2014).

b. Syarat Umum Pangan Fungsional

Menurut Dinas Pangan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung (2017), suatu pangan dapat dikategorikan menjadi pangan fungsional jika memiliki tiga syarat utama yaitu :

- 1) Harus merupakan produk pangan (bukan berbentuk kapsul, tablet, atau bubuk) yang berasal dari bahan (*ingredien*) alami.
- 2) Dapat dan layak dikonsumsi sebagai bagian dari diet atau menu sehari-hari.
- 3) Mempunyai fungsi tertentu pada saat dicerna, serta dapat memberikan peran dalam proses tubuh tertentu, seperti: memperkuat mekanisme pertahanan tubuh, mencegah penyakit tertentu, membantu mengembalikan kondisi tubuh

setelah sakit tertentu, menjaga kondisi fisik dan mental, serta memperlambat proses penuaan.

c. Kriteria Pangan Fungsional

Jepang merupakan negara yang paling tegas dalam memberi batasan mengenai pangan fungsional, paling maju dalam perkembangan industrinya. Para ilmuwan Jepang menekankan pada tiga fungsi dasar pangan fungsional (Suter, 2013), yaitu:

- 1) *Sensory* (warna dan penampilannya yang menarik dan cita rasanya yang enak)
- 2) *Nutritional* (bernilai gizi tinggi)
- 3) *Physiological* (memberikan pengaruh fisiologis yang menguntungkan bagi tubuh)

d. Fungsi Pangan Fungsional

Menurut Dinas Pangan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung (2017) terdapat beberapa fungsi fisiologis yang diharapkan dari pangan fungsional antara lain, yaitu :

- 1) Pencegahan dari timbulnya penyakit
- 2) Meningkatnya daya tahan tubuh
- 3) Regulasi kondisi ritme fisik tubuh
- 4) Memperlambat proses penuaan
- 5) Menyehatkan kembali

e. Klasifikasi Penggolongan Pangan Fungsional

Pangan fungsional dapat diklasifikasikan dengan menggunakan berbagai prinsip sesuai dengan badan atau aturan yang berlaku di negara yang bersangkutan. Menurut Juvan *et al.* (2005) pangan fungsional dapat di klasifikasikan menjadi :

- 1) Berdasarkan golongan dari pangan tersebut (produk susu dan turunannya, minuman, produk sereal, produk kembang gula, minyak, dan lemak).
- 2) Berdasarkan penyakit yang akan dihindari atau dicegah (diabetes, osteoporosis, kanker kolon).
- 3) Berdasarkan efek fisiologis (*imunologi*, ketercernaan, aktivitas anti-tumor).
- 4) Berdasarkan kategori komponen *bioaktif* (mineral, antioksidan, lipid, *probiotik*).
- 5) Berdasarkan sifat *organoleptik* dan *fisikokimia* (warna, kelarutan, tekstur).
- 6) Berdasarkan proses produksi yang digunakan (*kromatografi*, *enkapsulasi*, pembekuan).