

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki kekayaan alam yang sangat melimpah, sebagaimana besar tumbuh-tumbuhan dimanfaatkan untuk mengobati berbagai jenis penyakit dan dijadikan bahan obat. salah satu pemanfaatan tumbuhan Indonesia adalah seagai sumber vitamin. Vitamin diperlukan tubuh dalam jumlah kecil untuk mempertahankan kesehatan, tetapi tubuh manusia tidak dapat memproduksi vitamin sendiri (Putri, 2021).

Vitamin C merupakan vitamin yang tergolong vitamin yang mudah larut dalam air. Manfaat vitamin C bagi kesehatan tubuh, yaitu sebagai sumber antioksidan. Selain itu, juga bermanfaat sebagai senyawa pembentuk kolagen yang merupakan protein penting penyusun jaringan kulit, sendi, tulang, dan jaringan penyokong lainnya (Ofori et al., 2020).

Vitamin C dapat di temukan pada sebagian besar tanaman dan hewan. Tubuh manusia tidak dapat menghasilkan vitamin C karena tidak adanya enzim dalam tubuh yang dapat menghasilkan zat gulonolakton oksidase untuk mensintesis vitamin C. oleh sebab itu manusia memerlukan sumber vitamin C dari luar yaitu dari tumbuh-tumbuhan untuk memenuhi kebutuhan hidup (Hadi, 2018).

Brokoli telah diketahui sebagai salah satu sayuran yang menyehatkan karena memiliki berbagai kandungan gizi di dalamnya. Brokoli tidak hanya mengandung antioksidan termasuk vitamin C, brokoli juga merupakan sumber alami asam folat, dimana asam folat dapat mencegah penyakit hati. Sayuran berwarna hijau ini berpotensi dan melindungi untuk melawan perkembangan penyakit kanker (Sri, 2012).

Brokoli merupakan sayuran yang memiliki kandungan zat gizi dan vitamin yang cukup tinggi. Brokoli biasanya dikonsumsi setelah dimasak. Cara pengolahan yang banyak digunakan yaitu pengolahan menggunakan sumber panas seperti merebus, mengukus, dan menumis. Perebusan merupakan salah satu proses memasak didalam air mendidih, yang dapat meningkatkan daya cerna, cita rasa dan membunuh mikroorganisme patogen, serta dapat mempengaruhi kandungan zat gizi dan vitamin di dalamnya. (Putri, 2021).

Pada umumnya masyarakat mengonsumsi brokoli dengan cara direbus atau dimasak. Dalam proses pengolahan pemilihan waktu dalam proses memasaknya juga harus diperhatikan. Maka dari itu diperlukan penelitian dengan variasi waktu perebusan yang berbeda-beda untuk mengetahui berapa kadar vitamin C yang tersisa pada saat proses perebusan.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti ingin meneliti lebih lanjut untuk melakukan penelitian dengan judul “ Analisis Kadar Vitamin C

pada Brokoli Mentah dan Rebus dengan Variasi Waktu menggunakan Spektrofotometri UV-Vis.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat perbedaan kadar kadar vitamin C yang terdapat dalam brokoli mentah dan brokoli yang direbus selama 5 menit dan 15menit?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui berapa kadar vitamin C pada brokoli mentah dan direbus dengan variasi waktu 5 menit dan 15 menit menggunakan metode spektrovotometri UV-Vis.

1.3.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui perbedaan kadar vitamin C yang terkandung dalam brokoli mentah dan direbus dengan variasi waktu 5 menit dan 15 menit.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat sebagai masukan dan informasi mengenai waktu pengolahan brokoli yang baik agar meminimalisir berkurangnya vitamin C.

1.4.2 Bagi Institusi

Dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian diatas.

1.4.3 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan membuka wawasan berpikir penulis serta dapat mengaplikasikannya di dunia kerja.