

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Indonesia memiliki beragam suku khususnya Sumatra Utara yang terdiri dari Batak Toba, Batak Karo, Simalungun, Pak-pak/Dairi, Nias, Mandailing, Pesisir dan Melayu. Tiap suku pasti memiliki karakteristik kebudayaan yang berbeda-beda, dimulai dari makanan, upacara adat, bahasa, pakaian dan lain-lain. Makanan khas tradisional memiliki karakteristik rasa dan nilai filosofi yang berbeda, baik nilai yang diambil pada saat pembuatan, penyajian, maupun pemanfaatan alam sebagai bahan dasar pada masing-masing sukunya.

Hare termasuk salah satu makanan tradisional masyarakat suku Batak Toba. Hare berbentuk bubur berwarna kuning, biasanya diberikan kepada perempuan yang sulit hamil. Adapun teori yang digunakan dalam hal ini yakni teori identitas, dimana hare menjadi identitas dari masyarakat Batak Toba dengan hasil penelitian menjelaskan bahwa hare merupakan makanan khas dari masyarakat Batak Toba dimana dulu makanan hare dikhususkan untuk ibu yang sedang mengandung serta dimasukkan menjadi salah satu makanan dalam tradisi tujuh bulanan, dengan bahan-bahan asli dari daerah setempat dan hanya diproduksi oleh masyarakat Batak Toba. Hare pada masa dulu hanya boleh dibuat oleh Sibaso namun seiring perkembangan zaman akhirnya masyarakat umum banyak yang membuat hare dengan bahan-bahan yang sudah banyak digantikan dengan yang instan. (Ummah, 2019).

Hare oleh masyarakat diyakini bermanfaat untuk menyehatkan tubuh, menambah stamina, dan meningkatkan kesuburan. Salah satu sumber informasi tentang teknik pengolahan dan nilai gizi makanan tradisional hare sebagai salah satu kearifan lokal dari suku Batak Toba yang berkhasiat untuk menyehatkan tubuh, menambah stamina. Hare dulunya selalu diberikan kepada ibu muda dan saat hamil muda. Perempuan yang sulit hamil juga disuguhi makanan tradisional ini karena dipercaya dapat meningkatkan kesuburan.

Jahe dan kunyit adalah dua bahan utama dalam pembuatan hare yang tidak hanya memberikan cita rasa khas tetapi juga memiliki manfaat kesehatan yang signifikan. Jahe memberikan rasa hangat dan sedikit pedas yang khas menambah aroma harum yang memperkaya cita rasa hare. Kunyit memberikan warna kuning alami yang khas pada hare menambah rasa hangat dan pahit yang menyatu dengan bahan lain. Kaya akan vitamin C, mangan dan zat besi. Kombinasi jahe dan kunyit menghasilkan rasa yang kompleks hangat, gurih, dengan aroma khas rempah Nusantara.

Penambahan rempah-rempah dapat meningkatkan kapasitas penangkapan radikal bebas. Khasiat rempah-rempah terhadap penyakit yang berhubungan dengan antioksidan antara lain jahe dan kunyit sebagai antirematik, kencur sebagai antiinflamasi dan relaksasi pembuluh darah. Kunyit, jahe terbukti sebagai pengambat oksidasi dan akumulasi kolesterol sehingga rempah-rempah tersebut dapat digunakan sebagai antioksidan.

Kunyit (kurkumin) berfungsi dengan cara mencegah kerusakan sel yang disebabkan oleh radikal bebas, yang merupakan molekul reaktif yang dapat merusak sel dan menyebabkan penuaan dini serta penyakit kronis. Komponen aktif dalam kunyit yang berperan adalah kurkuminoid. Kunyit juga berkhasiat untuk mengobati berbagai macam penyakit. Komponen ini juga terdapat pada beberapa jenis temu-temuan lain seperti temu lawak. Komponen fenolik dalam kunyit dapat menghambat pertumbuhan kanker dan mempunyai aktivitas antimutagenik. Selain itu kunyit juga dapat menekan pertumbuhan kanker usus, payudara, paru-paru, dan kulit. Berbagai penelitian membuktikan bahwa jahe mempunyai sifat antioksidan (Sari, 2020).

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kandungan antioksidan pada hare makanan tradisional Batak Toba berdasarkan komposisi bahan?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi dan menggambarkan kandungan antioksidan pada makanan tradisional Batak Toba hare berdasarkan komposisi bahan. Sehingga dapat diketahui kandungan antioksidan dari hare makanan tradisional Batak Toba.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengamati komposisi bahan hare.
- b. Mengamati proses pengolahan hare.
- c. Menentukan kandungan antioksidan berdasarkan jenis hare.

D. Manfaat

1. Manfaat Bagi Peneliti

Dapat memperoleh gambaran yang lebih jelas tentang seberapa besar kandungan antioksidan berdasarkan komposisi bahan.

2. Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini membantu masyarakat lebih memahami peran penting antioksidan hare. Masyarakat akan lebih sadar bahwa makanan tradisional mereka seperti hare, tidak hanya lezat tetapi juga bermanfaat untuk Kesehatan