BAB II. TINJAUAN UMUM BUAH TOMAT

II.1. Sejarah Buah Tomat

Tomat (*Solanun lycopersicumsyn. Lycopersicum esculentum*) adalah tumbuhan darikeluarga Solanaceaae, tumbuhab asli Amerika Tengah dan Selatan, dari Meksiko sampai Peru. Penyebaran tomat ke Eropa dan Asia dilakukan oleh orang Spanyol. Tomat ditanam di Indonesia sesudah kedatangan orang Belanda. Setelah Spanyol menguasai Amerika Selatan, mereka menyebarkan tanaman tomat ke koloni-koloni mereka di Karabia. Spanyol juga kemudian membawa tomat ke Filipina, yang menjadi titik awal penyebaran ke daerah lainnya di seluruh benua Asia. Spanyol juga membawa tomat ke Eropa. Tanaman ini tumbuh dengan mudah di wilayah beriklim Mediterania (Fitriani,2012 : hal 30).

II.2. Jenis-jenis Buah Tomat

Menurut Fitriani (2012 : hal 27) "secara umum tomat dapat dibedakan berdasarkan bentuk dan ukurannya. Di bawah ini beberapa macam jenis buah tomat", diantaranya:

1. *Globe Tomato*

   Memiliki bentuk bulat yang seragam dengan ukuran yang tidak terlalu besar. Rasanya tidak terlalu asam. Kerap digunakan dalam makanan utama Karena selalu dipotong atau diiris saat mengolahnya, tomat jenis ini sering disebut sebagai *slicing tomato*.



Gambar II.1. *Globe Tomato*
Sumber: Data Pribadi (2016)

2. *Beef Tomato*

Orang Amerika menyebutnya *beefsteak* tomato karena berdaging tebal. Merupakan jenis tomat terbesar. Berat per buah sekitar 500 gram atau lebih. Bentuk bulatnya tidak mulus, bahkan ada yang tidak beraturan. Kulitnya tipis, memiliki banyak ruang biji.



Gambar II.2. Beef Tomato
Sumber: Data Pribadi (2016)

3. Oxheart tomato

Ukurannya bisa menyamai *beef tomato*. Yang membedakan adalah siluetnya mirip stroberi.



Gambar II.3.Oxheart Tomato
Sumber: Data Pribadi (2016)

4. *Cherry Tomato*

   Jenis tomat dengan ukuran kecil. Umumnya berbentuk bulat seukuran ujung ibu jari.



Gambar II.4. Cherry Tomato
Sumber: Data Pribadi (2016)

5. *Grape Tomato*

   Merupakan jenis plum tomato berukuran kecil. Jika plum tomato kerap digunakan untuk saus, grape tomato langsung dimakan mentah sebagai campuran salad.



Gambar II.5. Grape Tomato
Sumber: Data Pribadi (2016)

II.2.1. Manfaat Dan Kandungan Gizi Buah Tomat

Buah Tomat memiliki banyak kandungan nutrisi yang bermanfaat baik bagi kesehatan tubuh kita. Menurut Fitriani (2012 : hal 27) banyak jenis vitamin yang terdapat dalam buah tomat.

Kandungan gizi dalam tomat :

Lemak, Kolesterol, Natrium, Kalium, Serat Pangan, Gula, Air, Energi, Protein, Vitamin A, Kalsium, Vitamin D, Vitamin B12, Vitamin K, Vitamin C, Vitamin B6, Vitamin E, Fosfor, dan Zat besi.

Selaim bergizi buah tomat memiliki manfaat yang sangat besar bagi kesehatan tubuh manusia yang dapat berperan di berbagai bidang kesehatan tubuh dalam menjaga tubuh agar tetap sehat. Beberapa manfaatnya antara lain :

1. Dapat membantu mengurangi resiko kanker.

Dari sebuah penelitian diketahui bahwa tumor prostat bisa tumbuh melambat dengan mengkonsumsi tomat. Diet menggunakan tomat ternyata dapat mengurangi resiko kanker pankreas. Kandungan likopen dalam tomatlah yang membantu memperlambat pertumbuhan sel kanker dalam tubuh.

2. Dapat mengurangi lemak yang menyebabkan kelebihan berat badan.

Berat badan yang tidak terkontrol diakibat karena lemak yang menumpuk dalam tubuh. Kelebihan berat badan adalah salah satu masalah yang mengganggu penampilan dan kesehatan. Selain berolahraga, mengkonsumsi buah tomat juga salah satu cara untuk menurunkan berat badan dan digunakan sebagai bahan untuk diet. Konsumsilah tomat secara rutin sebelum melakukan olahraga, karena tomat tinggi dengan kadar protein dan kalori. Nutrisi tersebutlah yang memiliki peranan penting untuk menurunkan berat badan.

3. Mampu menjaga gigi serta tulang agar tetap kuat dan sehat.

Kandungan kalsium yang terdapat dalam tomat berfungsi untuk memelihara tulang agar tidak mudah keropos, selain itu juga mampu memperkuat gigi serta membuatnya tetap sehat.

4. Mampu menyehatkan mata.

Buah tomat juga terkenal dengan buah yang memiliki kandungan vitamin A yang banyak. Vitamin A bermanfaat untuk kesehatan mata. Kandungan lainnya dalam tomat yang juga memiliki manfaat untuk kesehatan mata antara lain niacin, thiamine, dan asam folat. Kandungan inilah yang bekerja sama untuk mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan mata. Sebaiknya konsumsilah tomat secara rutin untuk menjaga kesehatan mata anda.

5. Dapat mencegah terjadinya kerusakan sel.

Manfaat tomat juga dapat berperan untuk menjadi pencegah kerusakan sel. Biasanya kerusakan sel yang terjadi akan menimbulkan kemerahan pada kulit hingga kerutan-kerutan yang membuat terlihat lebih tua dari usia aslinya. Mengkonsumsi likopen yang banyak akan membantu mengatasi kerusakan sel, zat yang bernama likopen inilah yang banyak terdapat dalam buah tomat. Silahkan konsumsi tomat secara teratur agar mendapatkan hasil yang terbaik.

II.3. Olahan Buah Tomat

Menurut Fitriani (2012 : hal 27) Kondisi iklim Indonesia sangat sesuai untuk membudidayakan tomat, sehingga komoditas ini mudah dijangkau semua lapisan masyarakat Indonesia. Salah satu cara memanfaatkannya selain sebagai pelengkap bumbu masakan yaitu mengolahnya menjadi berbagai produk olahan. Pengolahan tomat ditujukan untuk meningkatkan keanekaragaman produk, nilai guna maupun nilai ekonomi serta memperpanjang umur simpan. Peningkatan umur simpan dapat dilakukan dengan teknik pengolahan berupa pengawetan dengan gula, pengeringan, pemanasan maupun penambahan pengawet yang aman. Beberapa jenis produk olahan berbsis tomat diantaranya selai, permen jelly, jelly drink, tomakur, saus, pasta, sari buah, manisan kering maupun produk dalam bentuk bubuk. Berikut ini beberapa alternatif produk berbasis tomat.

1. Yoghurt Tomat

Yoghurt merupakan produk minuman fermentasi yang berasa masam, sedikit kental yang pada mulanya berbahan dasar susu. Akan tetapi seiring dengan perkembangan zaman, pembuatan yoghurt berbasis bahan nabati semakin diminati. Salah satu yoghurt berbasis nabati yaitu youghurt tomat. Youghurt ini memiliki kandungan antioksidan tinggi, senyawa antimikroba (asam laktat) dan vitamin.



Gambar II.6 Yogurt Tomat
Sumber: http://riau.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php/component/content/article/ teknologi -88-info /535-manisan-toma (diakses pada 2016)

2. Selai Tomat

Selai adalah bahan dengan konsistensi gel atau semi gel yang dibuat dari bubur buah. Konsistensi gel atau semi gel pada selai diperoleh dari interaksi senyawa pektin yang berasal dari buah atau pektin yang ditambahkan dari luar, gula sukrosa dan asam. Interaksi ini terjadi pada suhu tinggi dan bersifat menetap setelah suhu diturunkan. Kekerasan gel tergantung kepada konsentarsi gula, pektin dan asam pada bubur buah.



Gambar II.7. Selai Tomat
Sumber: http://riau.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php/component/content/article/ teknologi -88-info /535-manisan-toma (diakses pada 2016)

3. Puree Tomat

Puree merupakan produk serupa bubur dengan viskositas atau kekentalan sedang. Puree dibuat dengan cara memasak bubur atau slurry daging buah tomat dengan gula hingga diperoleh kekentalan yang diinginkan. Penelitian badan pangan dunia FAO-WHO menunjukan bahwa kandungan likopen tidak rusak dan jumlahnya tidak jauh berubah selama pemanasan. Bahkan kandungan likopen akan meningkat 10 kali lipat ketika tomat diolah menjadi saus atau pasta tomat. Likopen merupakan bagian dari karotenoid yang larut dalam lemak, namun likopen yang larut di dalam lemak justru sulit di serap oleh tubuh. Karenanya, disarankan mengolah tomat dengan cara di rebus atau dikukus. Puree merupakan satu cara untuk pengoalahan agar tomat dapat diawetkan dan memiliki nilai tambah. (Fitriani,2012 : hal 40)



Gambar II.8. Puree TomatSumber:
http://riau.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php/component/content/article/ teknologi -88-info /535-manisan-toma (diakses pada 2016)

4. Torakur (Tomat Rasa Kurma)

Pada umumnya, buah tomat hanya digunakan sebagai penyedap masakan atau hiasan janur pada saat pesta atau acara pernikahan. Kini dengan teknologi sederhana dan relatif mudah, tomat dapat dijadikan sebuah makanan ringan salah satunya disebut TORAKUR (TOmat RAsa KURma) dengan bentuk dan rasa yang mirip dengan buah kurma.



Gambar II.9. Torakur
Sumber: http://riau.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php/component/content/article/ teknologi -88-info /535-manisan-toma (diakses pada 2016)

II.4. Analisis

Dalam pengumpulan data-data yang diperlukan, digunakan beberapa metode dalam pengumpulan data. Sebagai berikut :

II.4.1. Studi Observasi

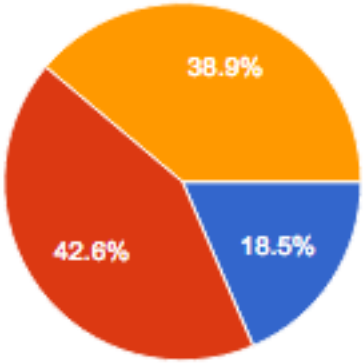
Dalam pengumpulan data-data yang diperlukan dilakukan observasi yang terletak di Desa Tugumukti Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat Provinsi Jawa Barat. Dalam observasi tersebut peneliti meneliti dan mengamati. Dengan menggunakan studi observasi ini, peneliti mendapatkan data mengenai :

1. Jenis – jenis buah tomat
2. Manfaat Dan Kandungan Gizi Buah Tomat
3. Olahan Buah Tomat

II.4.2. Studi Kuesioner

Studi kuesioner dilakukan untuk menentukan suatu jumlah respon atau tanggapan masyarakat terhadap manfaat buah tomat dan manfaat olahan dari buah tomat. Dan berikut adalah pertanyaan kuesioner.

1. Apakah anda mengenal jenis-jenis buah tomat ?



Bagan II.1. Kuesioner

Sumber: Data Pribadi (2016)

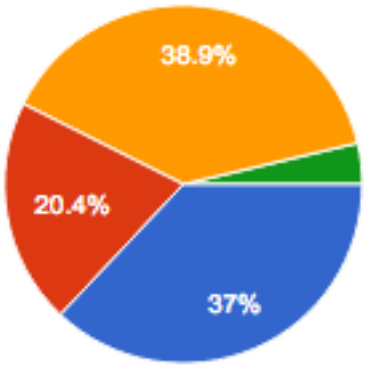
Ya : 10 : 18.5%

Tidak : 23 : 42.6%

Beberapa : 21 : 38.9%

Pada bagan diatas bisa disimpulkan, bahwa rata – rata masyarakat belum mengetahui Jenis – jenis buah tomat.

2. Dalam bentuk olahan apa anda mekonsumsi buah Tomat ?



Bagan II.2. Kuesioner

Sumber: Data Pribadi (2016)

Dimakan langsung : 20 : 37%

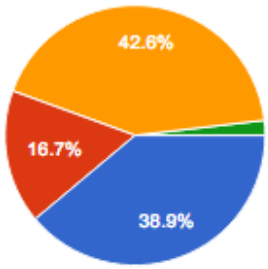
Minuman Segar : 11 : 20.4%

Masakan : 21 : 38.9%

Other : 2 : 3%

Pada bagaan diatas bisa disimpulkan, bahwa rata – rata masyarakat belum mengetahui Macam – macam olahan dari buah tomat.

3. Apakah anda mengenal manfaat dari buah tomat ?



Bagan II.3. Kuesioner

Sumber: Data Pribadi (2016)

Ya : 21 : 38.9%

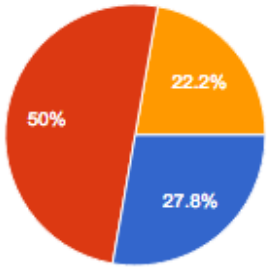
Tidak : 9 : 16.7%

Beberapa : 23 : 42.6%

Lainnya : 1 : 1.9%

Pada bagaan diatas bisa disimpulkan, bahwa rata – rata masyarakat belum mengetahui manfaat dari buah tomat.

4. Bagaimana anda menggunakan buah tomat dalam kegiatan sehari-hari ?



Bagan II.4. Kuesioner

Sumber: Data Pribadi (2016)

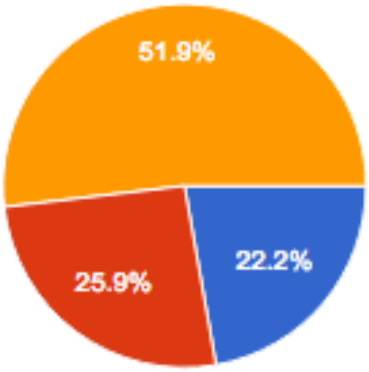
Sebagai Jus : 15 : 27.8%

Sebagai bumbu masak : 27 : 50%

Sebagai lalapan : 12 : 22.2%

Pada bagaan diatas bisa disimpulkan, bahwa rata – rata masyarakat menggunakan buah Tomat hanya untuk bumbu masak.

5. Apakah anda mengenal olahan dari buah tomat ?



Bagan II.4. Kuesioner

Sumber: Data Pribadi (2016)

Ya : 12 : 22.2%

Tidak : 14 : 25.9%

Beberapa : 28 : 51.9%

Pada bagaan diatas bisa disimpulkan, bahwa rata – rata masyarakat tidak mengetahui Macam – macam olahan dari buah tomat.

II.5. Resume

Dari hasil penelitian di atas dapat di simpulkan beberapa poin penting yang terdapat, diantaranya :

- Tomat memiliki berbagai macam jenis
- Tomat memiliki manfaat dan kandunga gizi yang baik bagi tubuh
- Kurangnya informasi mengenai olahan dari tomat

II.6. Solusi Perancangan

Dengan adanya permasalahan – permasalahan di atas, maka solusi perancangan dari permasalahan ini adalah membuat sebuah media informasi berupa buku yang membahas lebih spesifik mengenai manfaat, nutrisi serta olahan dari tomat.