

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia adalah keadaan terjadi penurunan jumlah masa eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan hitung eritrosit. Sintesis hemoglobin memerlukan ketersediaan besi dan protein yang cukup dalam tubuh. Protein berperan dalam pengangkutan besi ke sumsum tulang untuk membentuk molekul hemoglobin yang baru. Secara langsung anemia disebabkan oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi (Kulsum, 2020).

Hasil Survei Kesehatan Nasional Indonesia 2013 menunjukkan prevalensi anemia pada anak usia 1 - 4 tahun, 5 - 14 tahun, dan 15 - 24 tahun masing-masing adalah 28,1%, 26,4%, dan 18,4%. Terjadi peningkatan prevalensi dibandingkan dengan survei sebelumnya yang dilakukan pada tahun 2007, yaitu masing-masing 27,7%, 9,4% dan 6,9% pada anak usia 1 - 4 tahun, 5 - 14 tahun dan 15 - 24 tahun. Secara khusus, prevalensi anemia pada anak usia sekolah dan remaja hampir tiga kali lipat (Linder, 1958) Menurut data hasil Riskedas tahun 2013 remaja putri mengalami anemia yaitu 37,1%, mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada Riskedas 2018, dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15 - 24 tahun dan 25 - 34 tahun. Survei Kesehatan Nasional juga menunjukkan bahwa prevalensi anemia di pinggiran kota lebih tinggi dibandingkan di perkotaan (Riskedas, 2018).

Faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya misalnya

vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin dan B12, kesalahan dalam konsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi tersebut, Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Salah satu inovasi yang dapat dilakukan untuk menyediakan produk pengganti tersebut adalah dengan formula *smoothies* kaya zat besi berbasis buah strawberry dan kacang kedelai (Julaecha, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi susu kedelai selama tujuh hari sebanyak 200 ml perhari yang diminum secara rutin dapat meningkatkan hemoglobin sebanyak 2,6 gr% (Nurhaliza dan Husanah, 2022). Begitupula dengan pemberian jus *strawberry* dapat meningkatkan kadar hemoglobin sebesar 30% (Sulastri & Arini, 2021).

Hasil penelitian mengatakan bahwa *smoothies* merupakan minuman ringan yang bisa dikonsumsi oleh segala umur, baik dari anak sampai orang tua, harapannya produk riset ini mempunyai daya terima yang baik di masyarakat. *Smoothies* adalah minuman berbahan baku buah-buahan, sayuran, sirup gula/gula pasir, susu tawar cair dan es batu. Selain penambahan susu sebagai ciri khas smoothie, yoghurt, cokelat dan susu kental manis juga seringkali ditambahkan ke dalam *smoothies*. Tekstur *smoothies* lebih pekat dibandingkan jus (Handayani, 2016).

Pembuatan *smoothies* strawberry dan kacang kedelai diharapkan dapat diterima dan disukai oleh masyarakat terutama remaja putri yang mengalami anemia. Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Penilaian organoleptik dan estimasi kandungan zat besi dan vitamin

C *smoothies* buah strawberry dan kacang kedelai sebagai alternatif minuman sehat bagi remaja putri”.

## **B. Rumusan Masalah**

Menurut penelitian Sari dan Rahmatika (2021), Kabupaten Cirebon 1113 diantaranya tidak mengalami anemia, 169 remaja mengalami anemia sedang 211 remaja mengalami anemia ringan, dan 17 remaja mengalami anemia berat. Maka peneliti ingin membuat suatu produk minuman sehat bagi remaja.

Pembuatan *smoothies* strawberry dan kacang kedelai diharapkan dapat diterima dan disukai oleh masyarakat terutama remaja putri karna kedua produk tersebut dapat meningkatkan kadar hemoglobin karna kedua produk memiliki zat besi dan sumber vitamin C yang baik, yang menjadi pertanyaan penelitian bagaimana penilaian organoleptik dan estimasi kandungan zat gizi dan vitamin C *smoothies* buah *strawberry* dan kacang kedelai sebagai alternatif minuman sehat bagi remaja putri.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan besi dan vitamin C *smoothies* buah *strawberry* dan kacang kedelai sebagai alternatif minuman sehat bagi remaja putri.

## **2. Tujuan Khusus**

- a) Menganalisis penilaian organoleptik produk minuman sehat *smoothies* buah *strawberry* dan kacang kedelai bagi remaja putri dilihat dari warna, aroma, rasa, tekstur dan keseluruhan.
- b) Menganalisis kontribusi zat besi produk minuman *smoothies* terhadap kecukupan zat besi remaja putri
- c) Menganalisis kontribusi vitamin c produk minuman *smoothies* terhadap kecukupan vitamin c remaja putri

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat untuk :

### **a) Peneliti**

Dapat melakukan proses pembuatan produk pangan berupa *smoothies* buah *strawberry* dan kacang kedelai. Hasil penelitian diharapkan mampu menambah pengetahuan dan menjadi salah satu inovasi produk pangan dari buah *strawberry* dan kacang kedelai.

### **b) Masyarakat**

Sebagai sumber informasi bahwa *smoothies* buah *strawberry* dan kacang kedelai dapat menjadi produk pangan yang mempunyai kandungan zat besi dan dapat dimanfaatkan sebagai salah satu sumber zat gizi.

### **c) Institusi Pendidikan**

Menambah perbendaharaan perpustakaan di Program Studi DIII Gizi Cirebon, serta dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya dalam bidang teknologi pangan.