

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan nasional suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Namun kebanyakan SDM yang tersedia masih jauh dari harapan yang diinginkan, hal ini dikarenakan masih banyak yang mengalami masalah gizi, salah satunya adalah anemia (Nurjanah & Putri, 2021).

Anemia adalah keadaan dimana terjadi penurunan jumlah massa 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. Pada dasarnya, anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Secara umum, konsumsi makanan berkaitan erat dengan status gizi. Jika makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai yang baik, maka status gizi juga baik, sebaliknya jika makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka akan menyebabkan kekurangan gizi dan dapat menimbulkan anemia (Kulsum, 2020).

Hasil Survei Kesehatan Nasional Indonesia 2013 menunjukkan prevalensi anemia pada usia 5-14 tahun, dan 15-24 tahun masing-masing adalah 26,4%, dan 18,4%. Terjadi peningkatan prevalensi dibandingkan dengan survei sebelumnya yang dilakukan pada tahun 2007, yaitu masing-masing 9,4% dan 6,9% pada usia 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 (Riskedas, 2018).

Faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya misalnya protein, vitamin A, vitamin C, dan lainnya, kesalahan dalam konsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi tersebut (Julaecha, 2020).

Penanggulangan masalah anemia yang terjadi pada remaja putri dapat dilakukan diantaranya dengan Pemberian Makanan Tambahan dalam bentuk makanan kudapan yang banyak digemari oleh remaja putri seperti brownies. Brownies merupakan kue bertekstur lembut dan padat, berwarna coklat kehitaman dan memiliki rasa khas coklat. Olahan makanan yang satu ini banyak digemari oleh masyarakat, baik dari kalangan anak-anak, remaja, maupun orang tua dikarenakan dominan rasa coklatnya yang lezat dan teksturnya yang lembut. (Suhardjito, 2006)

Makanan kudapan remaja putri diutamakan berupa sumber nabati, berbasis pangan lokal. Oleh karena itu, dalam penelitian ini penulis

mencoba mengganti penggunaan tepung terigu menjadi tepung mocaf dan tepung kedelai dengan tambahan kurma. Bahan utama yang digunakan adalah Tepung Mocaf dan Tepung Kedelai karena mudah untuk didapatkan dan harganya yang terjangkau, dalam Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) kandungan zat gizi dalam 100 gram tepung mocaf mengandung zat besi yaitu sekitar 15,8 mg dan tepung kedelai mengandung zat besi yang relatif tinggi yaitu sekitar 8,4 mg (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Mocaf merupakan tepung turunan singkong yang dibuat dengan menggunakan prinsip modifikasi sel secara fermentasi dengan Bakteri Asam Laktat (BAL). Modifikasi ini menghasilkan beberapa keunggulan antara lain: meningkatnya viskositas, kemampuan membentuk gel, daya dehidrasi, dan kemudahan larut. Selain itu, tepung yang diolah akan menghasilkan aroma dan cita rasa yang khas yang dapat menutupi aroma dan cita rasa singkong yang cenderung tidak disukai konsumen. Mocaf tidak memiliki kandungan gluten. Oleh karena itu, penggunaan Mocaf untuk substitusi tepung terigu hingga 100% akan menurunkan kualitas produk olahan baik cita rasa maupun tampilan. Namun demikian, pada dasarnya Mocaf dapat menggantikan tepung terigu 100% pada produk-produk tertentu meskipun kualitasnya sedikit berbeda dibandingkan 100% menggunakan tepung terigu. (Salim, 2011).

Tepung kedelai adalah tepung yang terbuat dari kedelai dengan cara dikeringkan kemudian dihaluskan dan diayak sampei didapatkan tepung kedelai yang halus. Tepung kedelai mengandung protein, karbohidrat, lemak, kalsium, fosfor, dan zat besi. Selain itu di dalam tepung kacang kedelai juga mengandung

vitamin A, vitamin B1, dan vitamin C (Cahyadi, 2007). Tepung kedelai mempunyai kandungan zat besi yang cukup tinggi yaitu sebesar 8,4 mg dan mempunyai protein yang tinggi yaitu sebesar 47 gr per 100 gr.

Buah kurma memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi terutama sebagai sumber gula dan mengandung senyawa yang berperan sebagai antioksidan. Buah kurma mengandung komponen penyusun buah yang sebagian besar merupakan gula pereduksi, yaitu glukosa dan fruktosa. Sehingga buah kurma mudah dicerna dan cepat mengganti energi tubuh yang hilang. Buah kurma digunakan dalam penelitian ini untuk memberikan rasa manis pada brownies (Biglari, 2008).

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi brownies tepung mocaf dan tepung kedelai dengan pemanis kurma sebagai snack alternatif sumber zat besi bagi Remaja.

B. Rumusan Masalah

Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia, hal ini disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya adalah siklus menstruasi yang tidak normal atau terlalu panjang sehingga banyak kehilangan zat besi. Namun pada dasarnya konsumsi zat besi yang rendah menjadi faktor paling besar dalam kejadian anemia pada remaja putri. Mengonsumsi makanan yang beranekaragam dan kaya akan kandungan zat besi sangat penting dalam pencegahan anemia, salah satu upayanya adalah pembuatan produk makanan ringan berbasis pangan lokal yakni tepung mocaf dan tepung kedelai yang merupakan bahan sumber tinggi zat besi. Pertanyaan

peneliti adalah bagaimana penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi brownies tepung mocaf dan tepung kedelai dengan pemanis kurma sebagai *snack* alternatif sumber zat besi bagi remaja?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi brownies berbasis tepung mocaf dan tepung kedelai dengan pemanis kurma sebagai *snack* sumber zat besi bagi remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis penilaian organoleptik brownies berbasis tepung mocaf dan tepung kedelai dengan pemanis kurma dilihat dari indikator warna, aroma, rasa dan tekstur.
- b. Menganalisis estimasi kandungan gizi brownies berbasis tepung mocaf dan tepung kedelai dengan pemanis kurma.
- c. Menganalisis kontribusi zat gizi terhadap kecukupan zat gizi sehari bagi remaja putri berdasarkan formula terbaik.

3. Manfaat Penelitian

Hasil Penelitian ini diharapkan memberi manfaat untuk :

1. Peneliti

Peneliti dapat melakukan proses pembuatan produk pangan berupa brownies berbasis tepung mocaf dan tepung kedelai dengan tambahan kurma. Hasil penelitian diharapkan mampu menambah pengetahuan dan menjadi salah satu inovasi produk pangan dari tepung mocaf dan tepung kedelai.

2. Masyarakat

Sebagai sumber informasi tentang salah satu inovasi pangan dalam pemanfaatan tepung mocaf dan tepung kedelai pada formulasi brownies tepung mocaf dan tepung kedelai dengan pemanis kurma.

3. Institusi Pendidikan

Menambah perbendaharaan perpustakaan di Program Studi DIII Gizi Cirebon, serta dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.