

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di dunia. Indonesia memiliki potensi sumber daya perikanan yang sangat besar. Tetapi, tingkat konsumsi ikan di Indonesia masih rendah. Jumlah spesies ikan di Indonesia sekitar 8.500 spesies ikan atau sekitar 37 persen jenis ikan dari seluruh dunia terdapat di Indonesia (*Handayani & Murniati, 2020*). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsumsi ikan adalah dengan membentuk sikap gemar makan ikan pada anak usia sekolah. Penduduk Indonesia mengonsumsi ikan pada tahun 2018 sebanyak 50 kilogram per kapita per tahun. konsumsi Ikan Indonesia pada tahun 2019 meningkat yaitu 54,50 kg per kapita pertahun (*Statistik KKP, 2022*).

Salah satu upaya penanggulangan stunting yang menjadi program pemerintah adalah adanya program peningkatan konsumsi ikan nasional (*Arthatiani, F. Y., & Zulham, A. , 2019*). Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 angka prevalensi stunting menunjukkan angka 30,8% atau sekitar 7 juta balita menderita stunting, hal ini jauh dari target yang diinginkan Pemerintah Indonesia sebanyak 14% di tahun 2024. Selain itu, Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menyebutkan, sebanyak 95,5% penduduk usiadi atas 5 tahun masih kurang mengonsumsi sayur dan buah.

Banyak penelitian menyebutkan bahwa defisiensi zat gizi makro yaitu protein maupun zat gizi mikro yaitu Fe, Zn, ca, vitamin D, A dan C dapat

menyebabkan stunting (*Kusumawati dkk., 2015*). Jika defisiensi gizi berlangsung lama dan tidak segera diatasi (*Marimbi, 2010*). Fase anak-anak merupakan fase yang paling penting untuk tumbuh kembangnya. Jika anak sekolah mengalami kekurangan protein maka akan berakibat terhambatnya pertumbuhan fisik karena pada usia ini pertumbuhan anak terutama penambahan tinggi badan sangat pesat dan untuk itulah diperlukan protein. Anak sekolah yang kekurangan protein akan mempunyai daya tahan tubuh yang kurang, karena protein dibutuhkan untuk organole atau kekebalan tubuh terhadap penyakit (*Dewi, dkk., 2019*).

Ikan lele merupakan Komoditas budidaya air tawar yang sangat digemari oleh masyarakat karena rasanya yang enak dan gurih. Secara umum ikan mengandung protein. Ikan lele memiliki kandungan gizi yang baik untuk organole dan mengandung merkuri yang lebih rendah dibandingkan ikan laut. Kelautan dan Perikanan (KKP) mencatat, konsumsi di dalam negeri per Oktober baru 93,5% dari target 2019.

Pakcoy (*Brassica rapa L.*) merupakan jenis sayuran sawi yang banyak dibudidayakan saat ini. Tanaman yang tergolong kedalam sayuran sangat bermanfaat, karena merupakan sumber vitamin, mineral dan serat yang diperlukan untuk Kesehatan tubuh. Pakcoy dapat dikonsumsi dalam keadaan segar maupun dalam bentuk olahan. Pakcoy (*Brassica rapa L.*) merupakan jenis tanaman sayuran daun yang memiliki nilai ekonomis tinggi karena rasanya enak dan kandungan gizi yang cukup tinggi (*Vieta, dkk., 2022*).

Wortel (*Daucus Carota*) merupakan jenis sayur yang sering dikonsumsi masyarakat. Sebagian besar masyarakat Indonesia belum memanfaatkan wortel secara optimal, wortel hanya digunakan dalam pengolahan sayur seperti sup, urap, dll. Wortel tergolong memiliki kandungan serat yang tinggi, yaitu 4 g per 100 g bahan (*Rusilanti dan Kusharto, 2007*). Serat wortel memiliki total dietary fiber (TDF) yang tinggi sebesar 46,95% bk, dengan IDF 41,29% bk dan SDF 5,66% bk sehingga wortel termasuk sayuran dengan serat tidak larut yang tinggi (*Muchtadi, 2001*).

Salah satu bentuk diversifikasi pengolahan ikan adalah nugget. Nugget merupakan salah satu olahan yang digemari oleh kalangan masyarakat, karena proses penyajiannya cepat dan mudah. Nugget adalah produk olahan yang menggunakan teknologi restrukturisasi dengan memanfaatkan potongan daging yang organol kecil dan tidak beraturan, kemudian dilekatkan menjadi ukuran yang lebih besar dengan penambahan bahan pengikat (*Moedjiharto, 2002*).

Telah banyak penelitian yang memformulasikan berbagai jenis bahan pangan menjadi nugget dari ikan lele. Penelitian sebelumnya sudah pernah dilakukan oleh *Justisia, S. W. A. H., & Adi, A. C., tahun 2016* dengan judul “Peningkatan Daya Terima Dan Kadar Protein Nugget Substitusi Ikan Lele (*Clarias Batrachus*) Dan Kacang Merah (*Vigna Angularis*).” Pada penelitian tersebut belum menggunakan sayuran. Selain itu ada penelitian lain dari *Yensasnidar, Y., Asmira, S., & Yulizar, R tahun 2018* yang berjudul “Pengaruh Substitusi Ikan Lele Terhadap Mutu Organoleptik Dan Kadar Protein Nugget

Sayuran” penelitian sebelumnya tidak menggunakan sayuran pakcoy dan wortel. Penelitian kali ini yang akan digunakan yaitu ikan lele (*Clarias sp*), wortel (*Daucus Carota*) dan pakcoy (*Brassica rapa L*) sebagai bahan pembuatan nugget. Nugget banyak digemari oleh anak sekolah dan juga menjadi bekal makanan saat disekolah. Pada anak-anak pada zaman sekarang lebih banyak yang mengonsumsi makanan yang siap saji.

## **B. Rumusan Masalah**

Kekurangan Protein dan vitamin pada anak sekolah akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. Ikan Lele sebagai pangan lokal mengandung protein dalam lele sekitar 18,7 gram per 100 gram. Kandungan gizi dalam pakcoy untuk melindungi tubuh dari sejumlah risiko penyakit. Sejumlah nutrisi dalam pakcoy mengandung 0,7 gram serat, 62% vitamin A, 52% vitamin C, 7% kalsium, 5% vitamin B6, 1 gram protein, 3% Antioksidan beta karoten. Wortel merupakan sumber vitamin dan mineral penting. Dalam satu porsi wortel senilai dengan 73% dari kebutuhan vitamin A harian, energi sebanyak 41 Kkal, dan protein 0,9 gram. Pemanfaatan pangan lokal dapat dibuat jajanan anak sekolah. Anak sekolah yang mengonsumsi sayuran dan buah juga masih rendah. Berdasarkan uraian diatas maka dapat diajukan pertanyaan peneliti, **Bagaimana Penilaian Organoleptik dan Estimasi Kandungan Gizi Nugget – Leytel Berbahan Ikan Lele (*Clarias Sp*), Pakcoy (*Brassica Rapa L.*), dan Wortel (*Daucus Carota*) Sebagai Jajanan Anak Sekolah Dasar?**

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi pada nugget – leytel berbahan ikan lele (*Clarias sp*), pakcoy (*Brassica rapa L.*), dan wortel (*Daucus Carota*)

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan proses pembuatan nugget – leytel
- b. Mengetahui hasil uji organoleptik dan tanggapan panelis pada produk nugget – leytel
- c. Menganalisis nilai gizi pada nugget – leytel dengan estimasi kandungan gizi

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Peneliti

Menambah wawasan pengetahuan mengenai pangan fungsional serta pengetahuan tentang modifikasi pangan.

#### 2. Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat akan kualitas dan manfaat dari nugget ikan lele yang telah ditambahkan dengan pakcoy (*Brassica rapa l.*) dan wortel (*Daucus carrota L.*).

#### 3. Institusi Pendidikan

Dapat menambah pembendaharaan perpustakaan di Program Studi DIII Gizi Cirebon serta menjadi referensi untuk penellitian selanjutnya.