

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*Stunting* merupakan salah satu masalah gizi utama pada anak balita yang menjadi fokus utama di Indonesia. Menurut hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi *stunting* pada balita di Indonesia turun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Sementara itu, di Provinsi Jawa Barat, prevalensi *stunting* pada tahun 2022 mencapai 20,2%, di Kabupaten Tasikmalaya mencapai 27,2%, dan di Kota Tasikmalaya mencapai 22,4% (Kemenkes, 2022). Dibandingkan dengan target penurunan prevalensi *stunting* di Indonesia berdasarkan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) di tahun 2024 yaitu sebesar 14%, angka-angka tersebut masih belum mencapai target (Bappenas, 2020).

*Stunting* merupakan akibat dari beragam faktor yang saling terkait, baik secara langsung maupun tidak langsung. Salah satu penyebab langsung *stunting* adalah kurangnya asupan gizi dalam periode yang panjang, termasuk kekurangan energi, protein, besi, dan seng (Kundarwati *et al.*, 2022). Kurangnya asupan protein dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan anak, karena salah satu fungsi protein yaitu memperbaiki jaringan tubuh yang rusak dan membentuk jaringan baru. Selain protein, kekurangan asupan besi dan seng dapat menyebabkan terganggunya proses pertumbuhan anak, karena memengaruhi perkembangan otak, kognitif, dan motorik pada anak dalam jangka waktu pendek ataupun jangka panjang (Siregar *et al.*, 2019). Jika kondisi *stunting* tidak diatasi, maka dapat berdampak buruk pada anak yaitu penurunan kemampuan kognitif dan motorik, menghambat prestasi belajar, risiko kemunculan penyakit degeneratif seperti obesitas, serta postur tubuh tidak optimal saat dewasa, dan penurunan produktivitas di usia tua (WHO, 2013).

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk menanggulangi kejadian *stunting* di Indonesia, salah satunya yaitu dengan melakukan program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada balita *stunting*. Terdapat beberapa kendala selama pelaksanaan PMT, terutama bentuk partisipasi masyarakat

dalam mendukung kesuksesan program tersebut. Kurangnya partisipasi orang tua dalam pengambilan makanan tambahan di posyandu menjadi hambatan terbesar dalam kesuksesan program PMT (Sonia, 2022). Oleh karena itu, dalam penanggulangan *stunting* tidak cukup hanya pemberian makanan tambahan oleh pemerintah, melainkan juga perlu upaya pembuatan produk pangan alternatif yang dapat diolah sendiri oleh orang tua balita di rumah dengan memanfaatkan pangan lokal. Beberapa pangan lokal yang dapat dijadikan sebagai pangan alternatif yang kaya akan protein, zat besi, dan seng bagi balita *stunting* adalah ikan kembung, tempe, dan daun katuk.

Ikan kembung adalah ikan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat karena tingginya kandungan protein. Ikan kembung termasuk ke dalam ikan perairan laut yang dapat diperoleh hampir sepanjang tahun (Riyono *et al.*, 2023). Ikan kembung memiliki tingkat protein yang lebih tinggi daripada ikan mujahir. Daging ikan kembung dalam 100 gram bahan mengandung 125 kkal energi, 21,3 gram protein, 3,40 gram lemak, 2,2 gram karbohidrat, 0,8 mg besi, dan 1,1 mg seng (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Trianingsih *et al.*, (2022), pemberian ikan kembung dan seng kepada balita *stunting* usia 24-59 bulan efektif dalam meningkatkan tinggi badan balita.

Tempe merupakan pangan lokal sumber protein potensial lainnya yang kaya akan kandungan gizi. Rata-rata konsumsi tempe di Indonesia tahun 2020 sebesar 7,29 kg/kapita/tahun dan diprediksi meningkat menjadi 7,31 kg/kapita/tahun selama tahun 2021-2023 (Kementrian Pertanian, 2021). Namun, pada umumnya masyarakat hanya memanfaatkan tempe menjadi sebuah masakan tanpa diolah menjadi tepung. Oleh karena itu, untuk meningkatkan pemanfaatan tempe, tempe kemudian diolah menjadi tepung. Selain sebagai peningkatan pemanfaatan tempe, tepung tempe memiliki lebih banyak nutrisi daripada tempe kedelai murni. Tepung tempe memiliki kandungan protein sebesar 44,4 gram, kandungan energi 692 kkal, 61,4 gram karbohidrat, 30 gram lemak, 8,7 mg besi, dan 5,35 mg seng. Tepung tempe memiliki kandungan protein yang tinggi, yang membantu dalam pembentukan jaringan baru dan pemeliharaan jaringan yang sudah ada. Protein juga

membantu memperbaiki kesehatan seseorang (Hidayah *et al.*, 2019). Di samping itu, proses perebusan dan pengukusan pada tempe dapat meningkatkan daya cerna protein, sehingga penggunaan protein dalam tubuh semakin baik (Purwandari *et al.*, 2021).

Selain tempe, daun katuk (*Sauropus androgynus (L.) Merr.*) merupakan pangan lokal dengan kandungan gizi yang tinggi. Berdasarkan hasil studi literatur dari beberapa penelitian tentang pemanfaatan daun katuk, daun katuk telah diolah menjadi berbagai olahan diantaranya yaitu teh herbal, stik, *cookies*. Namun, pemanfaatan daun katuk sebagai alternatif produk yang kaya akan zat gizi terutama dalam bentuk *nugget* masih rendah, sedangkan dilihat dari kandungan gizinya daun katuk memiliki kandungan protein dan seng yang lebih tinggi dibandingkan daun kelor. Daun katuk memiliki protein sebesar 6,4 gram, seng sebesar 1,3 mg, energi sebesar 59 kkal, karbohidrat 9,9 gram, lemak 1,0 gram, besi 3,5 mg dalam 100 gram bahan (Kemenkes RI, 2018).

Salah satu olahan pangan yang secara umum disukai oleh masyarakat, baik dikonsumsi sebagai camilan maupun sebagai lauk adalah *nugget*. Produk olahan yang terbuat dari daging giling, seperti ikan, sapi, atau ayam, disebut *nugget*. Penggunaan daging ikan dalam pembuatan *nugget* dapat menjadi salah satu penganekaragaman alternatif olahan produk ikan, salah satunya yaitu ikan kembung. Berdasarkan penelitian pembuatan *nugget* ikan kembung yang telah dilakukan oleh Kartika *et al.*, (2021), tentang studi penambahan bayam merah pada *nugget* ikan kembung, dihasilkan bahwa perlakuan terbaik berdasarkan parameter warna, aroma, tekstur, dan kekenyalan yang disukai oleh para panelis adalah *nugget* dengan proporsi daging ikan kembung sebesar 85%. Berdasarkan hasil analisa kadar protein dari hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa semakin tinggi penambahan ikan kembung maka kadar protein akan meningkat, sehingga memengaruhi tingkat kekenyalan yang lebih tinggi dan disukai oleh panelis.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk membuat olahan *nugget* dari ikan kembung, tepung tempe, dengan penambahan daun katuk agar menghasilkan rasa, warna, tekstur, aroma, yang dapat diterima oleh balita

*stunting*, serta memiliki nilai gizi yang lebih dibandingkan *nugget* yang hadir di pasaran, guna menjadi salah satu pangan alternatif bagi balita *stunting*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan mengenai “Bagaimana sifat organoleptik dan kandungan gizi *nugget* ikan kembung dan tepung tempe dengan penambahan daun katuk sebagai pangan alternatif bagi balita *stunting*?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui tentang sifat organoleptik, nutrisi, dan manfaat *nugget* ikan kembung dan tepung tempe dengan daun katuk sebagai alternatif makanan untuk balita *stunting*.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengukur preferensi warna pada nugget ikan kembung dan tepung tempe dengan tambahan daun katuk sebagai alternatif makanan untuk balita *stunting*.
- b. Mengevaluasi keberhasilan aroma pada nugget ikan kembung dan tepung tempe dengan tambahan daun katuk sebagai pilihan makanan alternatif bagi balita *stunting*.
- c. Menilai preferensi rasa pada nugget ikan kembung dan tepung tempe dengan tambahan daun katuk sebagai opsi makanan alternatif bagi balita *stunting*.
- d. Mengukur preferensi tekstur pada nugget ikan kembung dan tepung tempe dengan tambahan daun katuk sebagai alternatif makanan bagi balita *stunting*.
- e. Menganalisis kandungan gizi makro (energi, protein, lemak, karbohidrat) pada nugget ikan kembung dan tepung tempe dengan tambahan daun katuk sebagai opsi makanan alternatif bagi balita *stunting*.

- f. Menilai kandungan gizi mikro (zat besi, seng) pada nugget ikan kembung dan tepung tempe dengan tambahan daun katuk sebagai pilihan makanan alternatif bagi balita *stunting*.
- g. Menetapkan estimasi biaya produksi pada nugget ikan kembung dan tepung tempe dengan tambahan daun katuk sebagai pilihan makanan alternatif bagi balita *stunting*.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Peneliti**

Menambah informasi dan wawasan bagi penulis dalam pembuatan *nugget* ikan kembung dan tepung tempe dengan penambahan daun katuk sebagai pangan alternatif bagi balita *stunting*.

##### **2. Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan, menambah inovasi resep dalam pembuatan *nugget* ikan kembung dan tepung tempe dengan penambahan daun katuk sebagai salah satu pangan alternatif bagi balita *stunting*, serta dapat bermanfaat bagi seluruh Civitas Akademika Jurusan Gizi khususnya Prodi D III Gizi Tasikmalaya Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya sehingga dapat dijadikan perbandingan dengan penelitian sejenis dan sebagai acuan penelitian selanjutnya guna penyempurnaan dalam memberikan informasi terutama dalam bidang teknologi pangan dan gizi.

##### **3. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai inovasi resep dalam pembuatan *nugget* ikan kembung dan tepung tempe dengan penambahan daun katuk sebagai pangan alternatif bagi balita *stunting* sehingga dapat memotivasi masyarakat untuk membuat olahan produk menggunakan pangan lokal yang mudah didapat dan kaya akan zat gizi.