

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara berkembang. Sekitar 27% remaja putra dan 26% remaja putri mengalami anemia. Menurut *Health World Organization* (WHO) pada tahun 2011. Sekitar 800 juta anak-anak dan wanita menderita anemia. Prevalensi anemia tertinggi terjadi pada anak-anak sebesar 42,6% sedangkan pada wanita hamil sebesar 38,2% dan pada wanita usia subur sebesar 29,4%. Penurunan angka kejadian anemia merupakan komponen yang penting untuk kesehatan wanita dan anak-anak sehingga menjadi target nutrisi global untuk tahun 2025 salah satunya menurunkan 50% angka kejadian anemia pada wanita usia subur (Yuliasetyaningrum *et al.*, 2023).

Masalah gizi yang sering dialami oleh remaja salah satunya adalah anemia. Anemia adalah keadaan kadar sel darah merah (hemoglobin) yang berada di bawah batas normal. (Nurazizah *et al.*, 2022). Hal ini dikarenakan kurangnya mengkonsumsi sumber makanan yang memiliki kandungan zat besi yang mudah diserap oleh tubuh salah satunya yaitu zat besi heme (berasal dari hemoglobin hewani) yang terdapat pada jenis pangan hewani selain itu zat besi heme juga memiliki kandungan gizi zat besi yang tinggi.

Hasil Riset Kesehatan Nasional Indonesia 2013 dan 2018 mengalami peningkatan prevalensi anemia yaitu sekitar 37,1% menjadi 48,9%. Prevalensi anemia di Jawa barat sebesar 16,5%. Pada remaja

sebesar 10,9%, Wanita Usia Subur sebesar 6,9% dan Ibu hamil 6,9%. Apabila kejadian anemia mencapai 15%, maka prevalensi tersebut menjadi masalah Kesehatan (Depkes, 2013). Menurut Dinas Kesehatan Kab. Cirebon tahun 2019, dari 17 puskesmas yang berada di wilayah kab. Cirebon terdapat sekitar 15,86% remaja putri yang menderita anemia. Hal ini juga dilaporkan bahwa anemia pada remaja masih tinggi berdasarkan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT).

Anemia disebabkan oleh beberapa faktor seperti kehilangan darah secara kronis, kurangnya asupan zat besi, serta penyerapan zat besi yang tidak optimal. Pada remaja putri, anemia disebabkan karena kurangnya asupan zat besi dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Karena sebagian remaja putri membatasi untuk mengkonsumsi makanan tertentu atau dengan mengurangi jumlahnya dengan alasan ingin memiliki berat badan yang ideal (Cia, Annisa and Lion, 2021)

Pemerintah dalam rangka intervensi menurunkan angka prevalensi anemia pada remaja putri, salah satunya berupa suplementasi zat besi dan asam folat melalui pemberian tablet tambah darah (TTD) (Cia, Annisa and Lion, 2021). Menurut penelitian Suhartini *et al* dalam Modifikasi Stick Kacang Tolo mampu meningkatkan kadar hemoglobin sebesar 2 g/dl, sebelum pemberian stick kacang tolo kadar hemoglobin masyarakat 10 gr/dl kemudian setelah pemberian stick kacang tolo kadar hemoglobin meningkat menjadi 12g/dl (Suhartini, Sari and Hayati, 2021). Pada penelitian O. Sari dan R. Ismawati dalam pembuatan Mie Kering Substitusi Tepung Tempe Dengan Penambahan Puree Daun Kelor menggunakan metode De Garmo

dengan formulasi 5% tepung tempe dan 5 g penambahan puree daun kelor menghasilkan kandungan zat besi 82,6 mg/kg – 89, 5 mg/kg dan kadar protein 18,8% - 21, 7% (Sari and Ismawati, 2023). Menurut penelitian Ariani *et al* dalam pembuatan Cookies Tepung Kedelai (*Glicine Max L*), Tepung Bayam (*Amaranthus Tricolor L*), dan Sari Jeruk Nipis (*Citrus Aurantifolia S*) dalam 100 g mengandung Zat Besi sebesar 2,60 g dan Vitamin C sebesar 4,10 g (Ariani *et al.*, 2022). Menurut penelitian D. Nur Baitillah *et al* dalam pembuatan Dimsum Ikan Bandeng dan Tepung Kacang Hijau Sebagai Makanan Selingan Tinggi Protein dan Zat Besi Bagi Remaja Putri (Nur Baetillah *et al.*, 2022).

Ikan tongkol (*Euthynnus affinis*) merupakan ikan yang berpotensi cukup tinggi terhadap zat besi serta memiliki nilai yang ekonomis dan banyak disukai masyarakat. Selain itu, ikan tongkol mengandung protein yang cukup tinggi serta kaya akan asam lemak omega 3. Setiap 100 gram ikan tongkol memiliki komposisi yang terdiri dari 69,40% air, 1,50% lemak, 25% protein, dan 0,03% karbohidrat. Serta mengandung beberapa mineral seperti kalsium, fosfor, besi, sodium, vitamin A (retinol), dan vitamin B (thiamin, riboflavin, dan niasin) (Diniarti *et al.*, 2020)

Otak-otak merupakan salah satu produk diversifikasi yang berbahan dasar ikan segar. Bahan baku yang digunakan dalam pengolahan otak-otak pada umumnya ikan berdaging putih. Pengolahannya adalah dengan mencampurkan daging ikan, tepung tapioka, dan bumbu. Dimasak dengan cara dikukus atau dibakar (Sulistiyati and Lam, 2022a).

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa alternatif pangan dengan sumber zat besi dapat berasal dari makanan. Salah satu makanan yang mengandung zat besi yaitu ikan tongkol. Pada penelitian Sayuti, Muhammad *et al* membuat otak-otak dengan penambahan udang sehingga peneliti tertarik untuk memodifikasi kembali produk pangan otak-otak dengan penambahan ikan tongkol sebagai alternatif sumber zat besi.

B. Rumusan Masalah

Fase remaja merupakan fase yang rentan beresiko mengalami anemia. Anemia zat besi dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan yang tinggi zat besi. Ikan tongkol dapat dibuat produk otak-otak sebagai cemilan alternatif sumber zat besi. Otak-otak merupakan salah satu produk diversifikasi yang berbahan dasar ikan segar. Olahan pangan otak-otak merupakan salah satu produk yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Otak-otak ikan tongkol dapat dijadikan produk dengan kandungan zat besi yang tinggi dan disukai.

Pertanyaan penelitian adalah bagaimana penilaian organoleptik meliputi warna, aroma, rasa, tekstur, keseluruhan dan rata-rata pada otak-otak ikan tongkol (*euthynnus affinis*).

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penilaian organoleptik pada otak-otak ikan tongkol sebagai alternatif pangan sumber zat besi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui warna otak-otak ikan tongkol.

- b. Mengetahui rasa otak-otak ikan tongkol.
- c. Mengetahui aroma otak-otak ikan tongkol.
- d. Mengetahui tekstur otak-otak ikan tongkol.
- e. Mengetahui keseluruhan otak-otak ikan tongkol.
- f. Mengetahui rata-rata nilai organoleptik tertinggi sebagai otak-otak terbaik.

D. Manfaat Penelitian

1. Peneliti

Peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama menempuh pendidikan di prodi D III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon. Peneliti juga dapat mengetahui proses pembuatan dan pemanfaatan produk otak-otak ikan tongkol.

2. Masyarakat

Masyarakat terutama remaja putri dapat mengetahui cara pemanfaatan dan pengolahan otak-otak ikan tongkol sebagai alternatif sumber zat besi.

3. Institusi Pendidikan

Dapat menjadi referensi dan daftar bacaan bagi penelitian selanjutnya khususnya dibidang teknologi pangan.