

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang masih terdapat berbagai macam masalah kesehatan salah satunya terkait permasalahan gizi. Permasalahan gizi di Indonesia bukan hanya terkait kekurangan zat gizi makro, tetapi ada kekurangan zat gizi mikro yaitu anemia gizi besi. (Fajriyah et al. 2016). Zat gizi mikro adalah zat gizi berupa vitamin dan mineral, yang walaupun kuantitas kebutuhannya relatif sedikit namun memiliki peranan yang sangat penting pada proses metabolisme dan beberapa peran lainnya pada organ tubuh (Cahyadi, W., 2008).

Saat ini, anemia gizi besi pada remaja putri masih cukup tinggi dan masih menjadi masalah dunia kesehatan. Menurut *World Health Organization* (WHO) Pada tahun 2015 angka prevalensi anemia yang terjadi di seluruh dunia yaitu 40-88% dan terdapat 53,7% remaja putri pada negara berkembang yang menderita anemia di usia remaja (WHO, 2015). Menurut kementerian Kesehatan RI pada tahun 2018 mengeluarkan hasil penelitian bahwa, prevalensi kejadian anemia gizi besi di Indonesia mengalami peningkatan sebanyak 11,8 % dari 37,1 % pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Anemia merupakan salah satu keadaan dimana komponen di dalam darah atau hemoglobin jumlahnya kurang dari kadar normal. Secara umum, tingginya prevalensi anemia disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya

rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin, dan B12 (Agustina 2019).

Pemerintah di Indonesia sejak 1997 telah membuat program pencegahan dan penanggulangan anemia yang terjadi pada remaja putri dengan memberikan suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) yang diberikan secara harian saat remaja putri berada dalam periode menstruasi. Akan tetapi permasalahan anemia masih belum dapat terselesaikan dan juga angka prevalensi anemia masih tinggi. Hal ini berkaitan dengan kepatuhan masyarakat terkait kebijakan yang dibuat oleh pemerintah masih rendah (Permatasari, Briawan, dan Madanijah, 2018).

Menurut hasil penelitian dari (Rimawati *et al.*, 2018) memberikan kesimpulan bahwa pemberian asupan zat besi perlu adanya pemberian makanan yang mempercepat penyerapan zat besi. Gyoza merupakan jajanan yang sehat karena mengandung protein, dan tinggi zat besi (Permatasari, 2017). Gyoza juga mudah jika dilakukan inovasi, dengan substitusi bahan dasar gyoza menggunakan bahan pangan lokal seperti Ikan Tuna dan Sawi Putih yang memiliki nilai gizi tinggi zat besi namun penggunaannya sebagai olahan makanan masih jarang.

Ikan Tuna (*Thunnus sp*) merupakan salah satu jenis ikan laut yang berasal dari famili Scombrida, jenis ikan yang dapat dikonsumsi dan memiliki sumber protein dan zat besi yang tinggi. Kelebihan ikan tuna yaitu memiliki kadar protein hampir dua kali lebih tinggi dari kadar protein telur. (Ilma Daroyani, Yusasrini, and Sugitha 2022). Melansir dari (The American Journal of Clinical Nutrition), folat dan vitamin B12 menjadi nutrisi yang

sangat penting dalam mencegah anemia. Ikan tuna mengandung folat, zat besi, dan vitamin B12 yang sangat tinggi sehingga bisa mencegah penyakit anemia. Karena mengandung berbagai nutrisi yang penting untuk pembentukan darah, ikan ini dapat membantu mencegah anemia. Terutama anemia yang terjadi akibat kekurangan nutrisi yang penting untuk pembentukan darah, ikan ini dapat membantu mencegah anemia. (Anon 1993).

Sawi putih merupakan salah satu jenis sayuran yang digemari masyarakat Indonesia. Ciri tanaman sawi putih mempunyai tubuh tegak, daun kompak, tangkai daun berwarna putih, dan krop berwarna hijau kekuningan. Sawi putih mempunyai kandungan gizi yang tinggi yang tidak kalah dengan jenis sayuran daun lainnya, sehingga sawi putih merupakan salah satu sayuran daun yang berguna bagi tubuh. Kandungan gizinya terdiri dari zat besi, vitamin, kalsium, natrium, kalium dan sebagainya (Suriyo et al. 2023). Sawi Putih bermanfaat untuk mencegah anemia karena mengandung asam folat yang berfungsi dalam proses sintesis nukleoprotein dan merupakan kunci pembentukan dan produksi butir-butir darah merah normal dalam sumsum tulang (Suriyo et al. 2023).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk membuat “Penilaian Organoleptik Dan Formulasi “Gyozas” Gyoza Berbahan Ikan Tuna (*Thunnus sp*) dan Sawi Putih (*Brassica juncea L*) Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi” Pentingnya mengkonsumsi produk olahan Gyoza ini, karena produk tersebut banyak mengandung protein, dan tinggi zat besi dengan memanfaatkan Ikan Tuna dan Sawi Putih sebagai bahan dasar utamanya (Permatasari, 2017).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka penelitian ini membuat “Penilaian Organoleptik Dan Formulasi “Gyozas” Gyoza Berbahan Ikan Tuna (*Thunnus sp*) dan Sawi Putih (*Brassica juncea L*) Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi”, sehingga yang menjadi pertanyaan peneliti “Bagaimana penilaian organoleptik dan formulasi Gyoza Ikan Tuna dan Sawi Putih Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi Gyoza Ikan Tuna dan Sawi Putih Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui dan menganalisis penilaian organoleptik produk Gyoza Ikan Tuna dan Sawi Putih Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi
- b. Menganalisis estimasi kandungan zat gizi pada Gyoza Ikan Tuna dan Sawi Putih Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi.

D. Manfaat Penelitian

1. Peneliti

Peneliti dapat mengetahui dan melakukan proses pembuatan produk “Penilaian Organoleptik dan Formulasi “Gyozas” Gyoza Berbahan Ikan Tuna (*Thunnus sp*) dan Sawi Putih (*Brassica juncea L*) Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi”

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan menjadi salah satu motivasi produk pangan fungsional berbahan dasar ikan tuna dan sawi putih.

2. Masyarakat

Dapat menambah informasi dan wawasan tentang salah satu inovasi pangan dalam memanfaatkan Ikan Tuna dan Sawi Putih Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi.

3. Industri Pendidikan

Menambahkan perbendaharaan perpustakaan di Program Studi DIII Gizi Cirebon serta dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.