

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Indonesia merupakan negara yang akan kaya dengan sumber daya alam, terutama komoditas perairan yang sangat melimpah, salah satunya yaitu ikan dan udang. Kekayaan yang dimiliki ini merupakan aset budaya yang patut dijaga dan dilestarikan keberadaannya meskipun demikian Indonesia masih menghadapi permasalahan kesehatan gizi masyarakat sampai saat ini, salah satunya anemia. Rendahnya konsumsi makanan bergizi disebabkan daya beli keluarga serta pengetahuan terkait gizi pada makanan yang mengakibatkan masih terbatasnya pemanfaatan komoditas perairan sebagai alternatif pangan sumber zat besi hewani. Sehingga anemia masih menjadi masalah yang meningkat. Upaya peningkatan konsumsi hewani bagi masyarakat dilakukan pemerintah dengan melakukan inovasi olahan pangan berbasis pangan sumber hewani. Upaya ini bertujuan untuk pemenuhan kecukupan zat gizi terutama zat besi bagi masyarakat Indonesia (Rachman, et al., 2008).

Hasil Riset Kesehatan Nasional Indonesia 2013 dan 2018 mengalami peningkatan prevalensi anemia yaitu sekitar 37,1% menjadi 48,9% (Riskesdas 2018) Apabila kejadian anemia mencapai 15%, maka prevalensi tersebut menjadi masalah Kesehatan. Hal ini juga dilaporkan bahwa anemia pada remaja masih tinggi berdasarkan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT).

Permasalahan Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia merupakan keadaan yang ditandai dengan berkurangnya hemoglobin pada tubuh (Julaecha 2020). Anemia defisiensi zat besi adalah anemia yang disebabkan karena kekurangan zat besi yang digunakan untuk sintesis hemoglobin (Hb). Hal ini dikarenakan kurangnya mengkonsumsi sumber makanan yang memiliki kandungan zat besi yang mudah diserap oleh tubuh salah satunya yaitu zat besi heme yang terdapat pada jenis pangan hewani selain itu zat besi heme juga memiliki kandungan gizi zat besi yang tinggi (Fitriany et al. 2018)

Upaya pemerintahan untuk mengurangi kejadian anemia di Indonesia dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) dan suplemen gizi kepada remaja dan ibu hamil (Novita, et al., 2021). Hidayati menyebutkan pada penelitiannya bahwa 136 g pempek ikan nila dan bayam dapat menjadi alternatif makan selingan untuk mencegah anemia pada remaja Perempuan (Hidayati, 2022). Ilahi *et al.* 2019 menyebutkan dalam penelitiannya mengkonsumsi jus kurlapa sebanyak 300 ml selama 7 hari berturut turut dapat meningkatkan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia dan dapat menjadi salah satu pertimbangan untuk mencegah dan mengatasi anemia. Menurut penelitian Ruwana Putri *et al.* 2022 pemberian biscuit tepung belut dan tepung mocaf, rata rata kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan yaitu sebelum pemberian 10.33g/dl dan setelah 11,7 g/dl, sedangkan pada kelompok pembanding sebelum pemberian 10.7g/dl dan setelah pemberian 10,83g/dl. Rata rata peningkatan kada hemoglobin pada kelompok perlakuan 1.40g/dl

sedangkan pada kelompok pendamping peningkatan kadarnya yaitu 0.66 g/dl (Zat besi dan protein merupakan unsur penting dalam pembentukan sel darah merah. Sumber zat besi yang berasal dari pangan lokal yang dapat kita jumpai yaitu salah satunya rebon.

Rebon merupakan hewan perairan berukuran kecil yang hidup diperairan pantai yang dangkal dan berlumpur. Ukuran udang rebon sangat kecil ( $\approx 1-3$  cm), tidak dapat tumbuh menjadi besar, hidup penerimaan konsumen terhadap hewan perairan ini masih rendah karena hanya kalangan tertentu saja yang menyukai jenis hewan perairan ini (Syahril, *et.al.*, 2016). Rebon memiliki keunggulan dimana sumber pangan hewani ini tinggi akan zat besi yaitu 21,4 mg/100g. Rebon biasanya diproduksi dalam bentuk keadaan masih segar yang langsung bisa dimasak dan ada juga dalam bentuk kering.

Bayam merupakan jenis sayuran yang mudah rusak, sehingga untuk pemanfaatannya menjadi sangat terbatas. Sementara bayam mengandung zat anorganik yang zat organik yang mempunyai sisi positif dari zat organik itu salah satunya adalah kandungan besi (Fe) (Istianah, I, *et al.*, 2019). Bayam mempunyai kandungan Fe yang cukup tinggi yaitu sekitar 3,9 mg/100g zat besi dan memiliki vit C yang cukup besar yaitu sekitar 41 mg/ 100g yang dapat membantu penyerapan zat besi. Salah satu upaya untuk menghindari terjadinya kerusakan yaitu membuat daun bayam menjadi tepung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tepung bayam terhadap sebagai zat besi dalam pembuatan pempek.

Pempek merupakan makanan khas kota Palembang yang dibuat dari campuran daging ikan giling dengan tepung tapioka, tepung terigu dan air, yang melalui proses pengolahan dari proses diaduk, dibentuk, direbus, yang disajikan dengan cara digoreng terlebih dahulu sebelum disajikan. Untuk menambah selera biasanya pempek disajikan dengan saus pempek yang disebut cuka pempek. Pempek terbuat dari ikan yang dimana biasanya jenis ikan yang bagus ialah ikan gabus. Pempek merupakan makanan siap saji yang populer beredar di masyarakat, sehingga tidak heran makanan siap saji ini sangat digemari oleh kalangan anak-anak hingga orang dewasa (Dwijaya, *et al.*, 2015)

Beberapa penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa alternatif pangan dengan sumber zat gizi terutama zat besi dapat berasal dari makanan yang dapat dijumpai. Salah satu makanan kaya akan zat besi yaitu rebon dan bayam. Sebelumnya penelitian ini sudah dilakukan oleh Hidayati, *et al.*, 2022 yaitu membuat pempek ikan nila dengan tepung daun bayam sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan memodifikasi pempek ikan nila menjadi pempek rebon sebagai alternatif sumber pangan zat besi.

## **B. Rumusan Masalah**

Prevalensi anemia di Indonesia masih tinggi yaitu sekitar 48,9%. Rebon dan tepung bayam memiliki potensi untuk digunakan sebagai alternatif makanan selingan penderita anemia karena kandungan zat besi yang tinggi dan vit C yang cukup tinggi yang terkandung dalam tepung bayam serta pempek yang digemari oleh banyak orang. Formulasi rebon

dan tepung daun bayam dapat dibuat produk pempek untuk cemilan untuk penderita anemia. Pertanyaan penelitiannya adalah bagaimana sifat organoleptik pempek berbahan rebon dan tepung daun bayam?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui sifat organoleptik pempek dengan menambahkan rebon dan tepung daun bayam sebagai alternatif pangan sumber zat besi.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui warna pempek dengan rebon dan tepung daun bayam.
- b. Mengetahui aroma pempek dengan rebon dan tepung daun bayam.
- c. Mengetahui rasa pempek dengan rebon dan tepung daun bayam.
- d. Mengetahui tekstur pempek dengan rebon dan tepung daun bayam.
- e. Mengetahui keseluruhan organoleptik pada pempek dengan rebon dan tepung daun bayam.
- f. Mengetahui nilai rata-rata organoleptik tertinggi sebagai pempek terbaik.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Peneliti**

Peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama menempuh pendidikan di prodi D III Gizi Cirebon Politeknik Kementrian Kesehatan Tasikmalaya Wilayah Cirebon. Peneliti juga dapat mengetahui proses pembuatan dan pemanfaatan produk pempek rebon.

### **2. Masyarakat**

Masyarakat terutama remaja putri dapat mengetahui cara pemanfaatan dan pengolahan pempek rebon sebagai alternatif sumber zat besi.

### **3. Institusi Pendidikan**

Sebagai bahan referensi dan bahan bacaan bagi penelitian selanjutnya khususnya dibidang teknologi pangan.