

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja putri di Indonesia sering menderita anemia. Di antara perempuan Indonesia berusia 15–24 tahun, prevalensi anemia adalah 32%. Berbeda dengan prevalensi anemia sebesar 20,3% di antara laki-laki muda, angka ini sangat tinggi (Simanungkalit & Simarmata, 2019). Selain itu, Kementerian Kesehatan (2018) melaporkan bahwa 41,5% remaja di Provinsi Jawa Barat menderita anemia pada tahun 2018. Sementara itu, 44,51% perempuan berusia 15–24 tahun di Kota Tasikmalaya menderita anemia pada tahun 2022. Tubuh mengalami masa kritis perkembangan pesat selama masa remaja, sehingga sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang cukup. Sayangnya, banyak remaja yang tidak memenuhi kebutuhan tersebut, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan serius seperti anemia (Kusnadi, 2021).

Remaja putri lebih mungkin menderita anemia dibandingkan remaja putra karena mereka tidak mendapatkan cukup zat besi dan nutrisi lain seperti folat, riboflavin, dan vitamin B12. Mereka juga melakukan kesalahan saat mengonsumsi zat besi, seperti mengonsumsinya bersama makanan yang mengandung zat yang mencegah penyerapan zat besi (Briawan, 2013). Anemia defisiensi besi yang tidak diobati pada remaja meningkatkan risiko kematian ibu, kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah, serta berlanjut hingga dewasa (Sari, 2020).

Untuk melawan dan mencegah anemia pada remaja putri, dianjurkan untuk mengonsumsi lebih banyak makanan kaya zat besi. Konsumsi makanan kaya zat besi merupakan salah satu strategi untuk mengatasi hal ini. Daun kelor, ikan bandeng, dan tepung mocaf adalah beberapa contoh makanan asli yang kaya zat besi.

Sebagai permulaan, ada ikan bandeng. Karena tingkat penyerapan zat besinya yang tinggi, ikan bandeng merupakan sumber protein yang sangat baik. Seratus gram ikan bandeng mengandung dua miligram zat besi, menjadikannya sumber zat besi berkualitas tinggi yang terkenal. Tepung mocaf adalah produk fermentasi singkong. Dibandingkan dengan tepung terigu yang mengandung 6,3 mg zat besi, mocaf mengandung 15,8 mg (Kodriah & Hastuti, 2021). Daun kelor merupakan bahan pangan lokal sederhana lainnya. Protein, vitamin (A, B, dan C), mineral (kalsium, zat besi, dan magnesium), dan asam amino esensial berlimpah dalam daun kelor. Kandungan protein 100 g daun kelor adalah 5,1 g, kandungan karbohidrat 14,3 g, dan kandungan zat besi 6,0 mg.

Sebagai sumber zat besi alternatif, cobalah tiga hidangan daerah ini. Tujuan dari produk ini adalah untuk mendorong konsumsi makanan daerah dan mengurangi kejadian anemia pada remaja putri. Pangsit merupakan salah satu camilan alternatif. Mengukus adalah sentuhan akhir untuk pangsit, yaitu pangsit berisi ayam cincang berbumbu dan dilapisi kulit dim sum. Untuk meningkatkan cita rasanya, pangsit biasanya disajikan dengan minyak cabai. Menurut Siska Hermansyah (2024), rasa gurih dan asinnya sangat populer di kalangan remaja.

Sebagai suplemen makanan, sebuah studi (Baetillah dkk., 2022) meneliti konsumsi dim sum yang terbuat dari ikan bandeng dan tepung kacang hijau oleh remaja putri. Panelis memuji inovasi studi tersebut karena warnanya yang cerah, kaya rasa, teksturnya yang menarik, dan kandungan dim sum yang tinggi. Lebih lanjut, satu porsi (75 g) dapat memenuhi 13% kebutuhan energi harian karena komposisi nutrisinya, yang mencakup 2,19 mg zat besi dan 8,78 g protein. Para peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan penemuan baru pada produk tersebut berdasarkan deskripsi sebelumnya. Produk tersebut akan berupa wonton berisi ikan bandeng dan kelor, dan akan digunakan sebagai camilan untuk mengobati anemia, suatu kondisi yang umum di kalangan remaja putri.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah gambaran Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi Wonton Substitusi Mocaf dengan Isi Ikan Bandeng dan Kelor Sebagai Cemilan Pencegahan Anemia?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran Sifat Organoleptik Dan Kandungan Gizi Pada Wonton Substitusi Mocaf Dengan Isi Ikan Bandeng dan Kelor Sebagai Cemilan Pencegahan Anemia.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap warna wonton tepung *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor
- b. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap aroma wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor
- c. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap tekstur wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor
- d. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap rasa wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor
- e. Mengetahui kandungan energi pada wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor
- f. Mengetahui kandungan protein pada wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor
- g. Mengetahui kandungan lemak pada wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor.
- h. Mengetahui kandungan karbohidrat pada wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor.
- i. Menentukan kandungan zat gizi mikro (zat besi) pada wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor.
- j. Menentukan esimasi harga pokok produksi dan harga jual pada wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Diharapkan dapat meningkatkan wawasan serta pengetahuan bagi peneliti terkait sifat organoleptik dan kandungan zat gizi wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor sebagai pencegahan anemia remaja putri.

### **2. Bagi Institusi**

Diharapkan dapat menambah kepustakaan Prodi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya sebagai bahan penelitian selanjutnya di bidang Teknologi Pangan dan Gizi.

### **3. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pengembangan produk dalam teknologi pangan dan gizi untuk pembuatan wonton substitusi *mocaf* dengan isi ikan bandeng dan kelor sebagai pencegahan anemia.