

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang serius, terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Prevalensi anemia di dunia pada tahun 2019 pada wanita usia subur 15-49 tahun adalah sekitar 29,9%, (WHO, 2021). Prevalensi anemia di remaja usia 15-24 tahun di Indonesia adalah 21,7%. Di Jawa Barat, prevalensi anemia bahkan mencapai 42,4% (Riskesdas, 2018). Di Kota Tasikmalaya, data tahun 2019 mencatat prevalensi anemia sebesar 19,6% pada remaja putri usia 12-19 tahun. Fakta ini menunjukkan bahwa anemia masih merupakan masalah kesehatan yang cukup tinggi di kalangan remaja (Dinkes KotaTasikmalaya, 2019).

Anemia yang terjadi pada remaja putri dapat berdampak buruk terhadap proses tumbuh kembang, termasuk perkembangan organ reproduksi. Kondisi anemia yang tidak ditangani pada masa remaja berisiko berlanjut hingga usia dewasa, saat wanita memasuki masa kehamilan dan persalinan. Dampaknya meliputi peningkatan risiko keguguran, persalinan prematur, serta kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), yang kemudian dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak. Faktor utama penyebab anemia di antaranya adalah pola konsumsi makanan yang tidak seimbang, khususnya kurangnya asupan zat besi, karena sebagian besar kasus anemia pada wanita di Indonesia disebabkan oleh defisiensi zat besi. (Lailiyana and Hindratni, 2024).

Salah satu upaya pemerintah dalam mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri dan wanita hamil yaitu dengan memberikan TTD (tablet tambah darah) dan suplemen gizi. Konsumsi TTD pada remaja putri hanya 1,4%, hal ini dikarenakan remaja putri tidak menyukai bau amis dan rasa dari TTD (Ridkesdas, 2018).

Anemia pada remaja putri dapat dicegah dengan mengatur asupan makanan kaya protein dan zat besi. Makanan kaya protein dan zat besi antara lain ikan patin, tepung *mocaf* dan daun kelor. Berdasarkan

permasalahan tersebut, penulis tertarik untuk mengembangkan produk *snack* yaitu dimsum yang dapat mencegah anemia pada remaja putri.

Dimsum merupakan makanan khas Tiongkok yang telah mendapatkan popularitas luas di Indonesia. Hidangan ini disajikan dalam porsi kecil dengan kandungan gizi yang tinggi, biasanya menggunakan isian seperti daging ayam, ikan, atau udang. Seiring waktu, minat masyarakat Indonesia terhadap dimsum terus mengalami peningkatan yang signifikan. Saat ini, dimsum dapat dengan mudah ditemui di berbagai tempat, mulai dari pedagang kaki lima hingga restoran kelas atas. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Populix pada Oktober 2024 terhadap 2.625 responden, dimsum menjadi jenis makanan yang paling digemari dengan persentase sebesar 37%, disusul oleh lumpia kulit tahu (22%), wonton (18%), bakpao (10%), angio ceker ayam (7%), dan mantou (6%) (Komang, 2024). Dimsum yang dikukus memiliki tekstur lembut, sementara yang digoreng menawarkan kerenyahan. Pembuatan dimsum yang menggunakan ikan patin sebagai bahan utama, ditambah dengan tepung *mocaf* dan daun kelor, dapat menjadi pilihan alternatif untuk makanan ringan bagi remaja putri (Ardhanawati, 2019). Meski demikian, hingga kini dimsum belum secara luas dimanfaatkan sebagai makanan fungsional pencegah anemia, meskipun potensi pengembangan dimsum berbasis bahan lokal tinggi zat besi seperti daun kelor dan ikan mulai mendapat perhatian dalam berbagai penelitian, namun penerapannya sebagai intervensi spesifik di masyarakat masih sangat terbatas.

Ikan Patin (*Pangasius hypophthalmus*) merupakan salah satu jenis ikan air tawar yang memiliki berbagai macam zat gizi salah satunya adalah zat gizi besi. Ikan ini dapat diolah menjadi produk yang lebih terjangkau dan banyak diminati di Indonesia karena rasanya yang lezat, enak, gurih, dan teksturnya yang lembut. Dalam 100 gram ikan patin mengandung energi 132 kal, protein 17 g, karbohidrat 1,1g, dan zat besi 1,6 g (Kemenskes RI, 2020). Oleh karena itu, ikan patin sangat baik untuk pencegahan anemia pada remaja putri (Ramadhani, Verawati and Rizqi, 2023)

*Mocaf* adalah tepung yang terbuat dari singkong yang telah melalui proses fermentasi, sehingga memiliki sifat yang mirip dengan tepung terigu. Tepung ini dapat digunakan sebagai pengganti atau campuran tepung terigu. Pengembangan *mocaf* telah memberikan banyak keuntungan, terutama bagi industri yang bergantung pada tepung terigu, karena dapat membantu mengurangi biaya produksi. Tepung ini tinggi akan kandungan pati dan serat pangan, sehingga bermanfaat bagi kesehatan. Selain itu, karakteristik *mocaf* mirip dengan terigu yakni berwarna putih, lembut, dan tidak berbau singkong. Dengan menggunakan *mocaf* sebagai campuran, konsumsi tepung terigu dapat ditekan hingga 20-30%. *Mocaf* memiliki daya kembang setara dengan tepung terigu protein sedang (gandum tipe 2), sehingga *mocaf* dapat digunakan untuk mensubstitusi tepung terigu bahkan menggantikan tepung terigu 100% (Irfan Ibrahim dan Fizriani, 2024). Dalam 100 g tepung *mocaf* memiliki kandungan zat besi tinggi sebesar 15,8 mg dibandingkan dengan tepung terigu yang hanya mengandung zat besi sebesar 1,3 mg (Kemenkes RI, 2020).

Selain dari tepung *mocaf*, sayuran juga dapat dijadikan alternatif dalam pemenuhan gizi termasuk zat besi. Zat besi ditemukan pada sayur-sayuran, salah satunya kelor (*Moringa oleifera*). Kelor dikenal sebagai tanaman dengan kandungan gizi yang tinggi, termasuk zat besi, vitamin A, dan protein, yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin. Dalam 100 gr daun kelor mengandung 6,0 mg, dengan ini daun kelor baik untuk pencegahan anemia pada remaja putri (Hastuty, 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Sifat Organoleptik Dimsum Ikan Patin Penambahan *Mocaf* dan Daun Kelor Sebagai *Snack* Pencegahan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri”. Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai sifat organoleptik dan nilai gizi dari dimsum yang terbuat dari ikan patin dengan penambahan tepung *mocaf*, serta daun kelor sebagai pilihan makanan yang kaya akan zat besi (Fe). Diharapkan, produk ini dapat diterima oleh remaja dan berfungsi sebagai

alternatif untuk meningkatkan asupan zat besi guna mencegah anemia defisiensi besi pada remaja putri.

## **B. Rumusan Masalah**

Anemia merupakan suatu kondisi kekurangan darah yang umum terjadi, terutama pada remaja perempuan. Untuk mencegah anemia, penting untuk mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi. Oleh karena itu, dibutuhkan pengembangan modifikasi produk yang bisa meningkatkan nilai nutrisinya agar menjadi pilihan makanan yang lebih baik bagi mereka yang menderita anemia. Berdasar pada deskripsi di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Sifat Organoleptik, Kandungan Zat Gizi dan Nilai Ekonomi Dimsum Tepung *Mocaf* dengan Isi Daging Ikan Patin dan Kelor Sebagai *Snack* Pencegahan Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Sifat Organoleptik (warna, rasa, aroma, dan tekstur) dan kandungan zat gizi dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran tingkat kesukaan Warna pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.
- b. Mengetahui gambaran tingkat kesukaan Aroma pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.
- c. Mengetahui gambaran tingkat kesukaan Rasa pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.

- d. Mengetahui gambaran tingkat kesukaan Tekstur pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.
- e. Mengetahui kandungan Energi pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.
- f. Mengetahui kandungan Protein pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.
- g. Mengetahui kandungan Lemak pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri
- h. Mengetahui kandungan Karbohidrat pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri
- i. Mengetahui kandungan zat gizi besi (Fe) dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri
- j. Mengetahui harga pokok produksi dan harga jual pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.

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

##### **1. Bagi peneliti**

Penelitian ini diharapkan akan meningkatkan pemahaman dan keahlian bagi peneliti dalam bidang Gizi dan bidang Ilmu Teknologi Pangan. Diantaranya untuk mengetahui kandungan gizi dan sifat organoleptik pada produk dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.

## **2. Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur dan bahan bacaan bagi peneliti lain yang terkait dengan gambaran kandungan gizi dan sifat organoleptik pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.

## **3. Bagi Masyarakat**

Memberikan informasi mengenai produk dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging ikan patin dan kelor sebagai *snack* pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.