

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak terjadi di kalangan remaja putri Indonesia. Sesuai dengan Peraturan Presiden No. 72 tahun 2021 tentang percepatan penanganan stunting dan UU No. 36 tahun 2009 tentang kesehatan, remaja putri merupakan salah satu kategori utama yang diprioritaskan, selain ibu hamil. Riskesdas 2018 menemukan bahwa prevalensi anemia sebesar 32% pada kelompok usia 15-24 tahun dan 26,8% pada kelompok usia 5-14 tahun (Kemenkes RI, 2023). Akibatnya, anemia dapat menjadi salah satu masalah kesehatan utama yang membutuhkan perhatian segera dari berbagai pihak. Kegagalan untuk melakukan hal tersebut dapat mengakibatkan dampak yang merugikan, termasuk penurunan kekebalan tubuh, kebugaran, dan konsentrasi belajar.

Anemia pada remaja perempuan dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti tidak mengonsumsi suplemen zat besi secara teratur, yang merupakan faktor utama penyebab anemia pada remaja perempuan, dan kurangnya asupan gizi, yang dapat memengaruhi pilihan makanan padat gizi (Budiarti et al., 2021).

Karena banyak remaja perempuan yang tidak suka mengonsumsi TTD, upaya pemerintah Indonesia untuk menurunkan angka anemia melalui program distribusi Tablet Tambah Darah (TTD) tidak sepenuhnya berhasil. Hal ini dikarenakan tablet tersebut memiliki bau amis yang dapat membuat orang merasa mual saat memakannya (Irianti, 2019). Oleh karena itu, mencari cara lain untuk menurunkan angka anemia pada remaja putri sangatlah penting. Salah satu caranya adalah dengan memberikan mereka makanan tambahan (PMT) yang tinggi zat besi (Fe).

Gyoza adalah suplemen makanan lain yang sangat disukai oleh para remaja. Terutama di kalangan anak muda yang menyukai makanan pedas dan

asin, gyoza adalah makanan yang sangat disukai di lingkungan mereka. Gyoza merupakan makanan khas Jepang yang biasanya diisi dengan daging babi, namun di Indonesia, Anda juga bisa menemukan gyoza yang diisi dengan daging ayam, sapi, atau udang. Menurut Permatasari (2017), gyoza merupakan makanan padat gizi yang menggabungkan energi dan karbohidrat pada kulitnya serta protein, vitamin, dan mineral dari isian gyoza.

Ikan bandeng merupakan salah satu bahan makanan yang kaya akan zat besi. Salah satu spesies ikan dari lingkungan payau yang menjanjikan untuk dibudidayakan karena nilai ekonomisnya yang tinggi adalah ikan bandeng (*Chanos chanos*). Sumber makanan yang baik untuk kesehatan dan memiliki kandungan gizi yang cukup adalah ikan bandeng. Menurut Hafiludin (2015), kandungan gizi ikan bandeng terdiri dari 70,7% air, 1,4% abu, 24,1% protein, 0,85% lemak, dan 2,7% karbohidrat. Selain itu, ikan nila hanya memiliki 1,5 mg zat besi, sedangkan ikan bandeng memiliki hingga 2,0 mg.

Bayam hijau adalah makanan kaya zat besi lainnya. Selain serat, bayam hijau merupakan sumber kalsium, vitamin A, E, dan C. Untuk mencegah anemia, bayam juga merupakan sumber zat besi yang baik. Bayam memiliki kandungan mineral yang tinggi, terutama zat besi, yang membantu menghindari kelelahan akibat anemia. Pengembangan pemberian makanan tambahan (PMT) berupa gyoza yang memanfaatkan ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam menjadi perhatian para peneliti karena kandungan zat besi dan vitamin B yang cukup memadai, khususnya asam folat.

B. Rumusan Masalah

Anemia ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin atau kekurangan sel darah merah. Dengan membuat modifikasi produk kaya zat besi, masalah ini dapat dihindari dengan meningkatkan konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Hal ini membuat penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut. “Bagaimana Sifat Organoleptik dan Kandungan Zat Gizi Gyoza Ikan Bandeng dengan Substitusi Tepung Bayam sebagai Snack untuk Penderita Anemia Defisiensi Zat Besi pada Remaja Putri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran sifat organoleptik dan kandungan zat gizi *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam sebagai *snack* pada penderita anemia defisiensi zat besi pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kesukaan panelis terhadap aroma dari *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- b. Mengetahui gambaran kesukaan panelis terhadap warna dari *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- c. Mengetahui gambaran kesukaan panelis terhadap rasa dari *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- d. Mengetahui gambaran kesukaan panelis terhadap tekstur dari *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- e. Mengetahui kandungan energi *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- f. Mengetahui kandungan protein *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- g. Mengetahui kandungan lemak *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- h. Mengetahui kandungan karbohidrat *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- i. Mengetahui kandungan zat besi *gyoza* ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam.
- j. Menentukan harga pokok produksi *gyoza* ikan bandeng substitusi tepung bayam.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman dan wawasan penulis dalam bidang Teknologi Pangan dan Gizi, terutama mengenai inovasi dan kreativitas produk pangan serta gizi, yaitu *gyoza* yang terbuat dari ikan bandeng dengan penggantian tepung bayam

sebagai camilan untuk remaja putri yang menderita anemia akibat kekurangan zat besi.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat memperluas literatur yang dapat digunakan secara khusus oleh komunitas akademika program D III Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya sebagai acuan untuk penelitian berikutnya, terutama dalam bidang Teknologi Pangan dan Gizi.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan untuk memberikan informasi mengenai inovasi baru Teknologi Pangan dan Gizi dalam pengembangan produk gyoza ikan bandeng dengan substitusi tepung bayam sebagai snack untuk penderita anemia defisiensi zat besi pada remaja putri.