

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan nasional suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Namun kebanyakan SDM yang tersedia masih jauh dari harapan yang diinginkan, hal ini dikarenakan masih banyak yang mengalami masalah gizi, salah satunya adalah anemia (Nurjannah dan Putri, 2021).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang utama di seluruh dunia salah satunya di Indonesia. Anemia dapat dialami oleh berbagai kelompok umur mulai dari balita hingga lanjut usia, kondisi fisiologis, dan jenis kelamin (Kemenkes RI, 2018). Anemia sendiri merupakan keadaan dimana terjadi penurunan jumlah masa eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan hitung eritrosit (Nasruddin, Syamsu dan Permatasari, 2021). Anemia paling sering menyerang wanita usia subur khususnya remaja putri, padahal pada periode remaja putri merupakan fase penting sebagai persiapan untuk menjadi calon ibu sehingga dituntut dalam pemenuhan kebutuhan gizi (Nurjannah dan Putri, 2021).

Menurut data Riskesdas tahun 2013 prevalensi anemia pada remaja putri yaitu 37,1%, kemudian pada Riskesdas tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 48,9% dengan proporsi anemia ada di

kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun (Badan Litbang Kesehatan, 2018). Anemia dikaitkan dengan berbagai kondisi kesehatan, termasuk kematian ibu, penurunan kapasitas fisik dan gangguan perkembangan kognitif pada anak. WHO memperkirakan bahwa sekitar setengah dari penyebab anemia adalah karena kekurangan zat besi (Greffeuille *et al.*, 2021).

Masa remaja antara 10-19 tahun, merupakan masa transisi yang dialami seseorang dimana terjadi perubahan fisik maupun psikis. Dengan adanya perubahan ini timbulah beberapa masalah kesehatan yang terjadi pada remaja khususnya remaja putri yaitu anemia (Indrawatiningsih *et al.*, 2021). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah kehilangan banyak darah pada saat menstruasi. Rematri yang menderita anemia akan memiliki risiko mengalami anemia pada saat hamil. Dan tentunya hal ini akan berdampak negatif bagi pertumbuhan dan perkembangan janin didalam kandungan seperti berat badan bayi saat lahir rendah dan janin tidak berkembang serta berpotensi akan menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan seperti risiko kehilangan banyak darah saat persalinan, Kemungkinan terburuknya adalah menyebabkan kematian pada ibu dan anak (Kemenkes RI, 2018).

Penanggulangan masalah anemia yang terjadi pada remaja putri dapat dilakukan dengan melakukan peningkatan konsumsi makanan yang bergizi tinggi namun upaya tersebut tidak hanya menitik beratkan pada makanan pokok dan lauk pauk saja tetapi juga dalam bentuk *snack* yang banyak digemari remaja putri baik dari protein hewani maupun nabati,

dengan berbasis pangan lokal, salah satunya adalah stik. Bahan utama dalam pembuatan stik biasanya menggunakan tepung terigu, Selama ini kebutuhan terigu di Indonesia diperoleh dengan cara mengimpor dalam jumlah besar, untuk mengurangi ketergantungan penggunaan tepung terigu diperlukan alternatif bahan pangan lain yang dapat digunakan sebagai substitusi atau pengganti terigu (Agustia, Subardjo dan Sari, 2017). Indonesia memiliki aneka sumber daya lokal yang bisa menggantikan gandum yaitu sagu, ubi kayu dan garut.

Modified Cassava Flour (Mocaf) adalah salah satu tepung hasil modifikasi olahan ubi kayu dimana dalam proses pembuatannya melalui metode fermentasi menggunakan Bakteri Asam Laktat (BAL). Tepung ini memiliki karakteristik yang lebih baik dibandingkan tepung ubi kayu, kandungan pati mocaf yang tinggi dapat digunakan untuk substitusi atau bahan pengganti tepung terigu sehingga dapat meningkatkan daya saing sumber daya lokal dan mengurangi ketergantungan terhadap terigu (Kristanti, Setiaboma dan Herminiati, 2020). Dalam Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) kandungan zat gizi dalam 100 gram tepung mocaf mengandung energi 4,85% lebih besar dibandingkan terigu. Kandungan Fe pada tepung mocaf juga relatif tinggi yaitu sekitar 15,8 mg, dibandingkan dengan tepung terigu yang hanya mengandung Fe 1,3 mg (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Upaya untuk meningkatkan kandungan zat besi pada stik berbasis tepung mocaf maka ditambahkan bahan pangan sumber zat besi seperti hati ayam, menurut TKPI kandungan zat besi pada hati ayam cukup tinggi

yaitu sekitar 15,8 mg/100 gr (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Selain itu kandungan protein yang tinggi pada hati (\pm 15 g/100 g) berperan untuk meningkatkan absorpsi zat besi non heme, pembentuk sel darah merah dan untuk mempertahankan osmosis darah (Agustia, Subardjo dan Sari, 2017).

Oleh karena itu penulis melakukan penelitian dengan judul **“Penilaian Organoleptik dan Estimasi Kandungan Gizi Stik Berbasis Tepung Mocaf dengan Penambahan Hati Ayam sebagai *Snack* Sumber Zat Besi bagi Remaja Putri”** Adanya penambahan hati ayam pada pembuatan stik berbasis mocaf akan berkontribusi pada kandungan zat besi produk dan agar menambah variasi stik berbahan dasar pangan lokal serta untuk mengetahui sifat organoleptik stik yang terbaik dan estimasi kandungan zat gizi, khususnya zat besi (Fe).

B. Rumusan Masalah

Remaja perempuan memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia, hal ini disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya adalah siklus menstruasi yang tidak normal atau terlalu panjang sehingga banyak kehilangan zat besi. Namun pada dasarnya konsumsi zat besi yang rendah menjadi faktor paling besar dalam kejadian anemia pada remaja putri. Mengonsumsi makanan yang beranekaragam dan kaya akan kandungan zat besi sangat penting dalam pencegahan anemia, Salah satu upayanya adalah dengan pembuatan produk makanan ringan berbasis pangan lokal yakni tepung mocaf dan hati ayam yang merupakan bahan sumber tinggi zat besi. Pertanyaan penelitiannya adalah bagaimana penilaian

organoleptik dan estimasi kandungan zat gizi pemanfaatan mocaf dan hati ayam pada stik berbasis mocaf dengan penambahan hati ayam?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi stik berbasis tepung mocaf dengan penambahan hati ayam sebagai *snack* sumber zat besi bagi remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis penilaian organoleptik stik berbasis tepung mocaf dengan penambahan hati ayam dilihat dari indikator warna, aroma, rasa dan tekstur.
- b. Menganalisis estimasi kandungan zat besi pada stik berbasis tepung mocaf dengan penambahan hati ayam.
- c. Menganalisis kontribusi zat gizi terhadap kecukupan zat gizi sehari bagi remaja putri berdasarkan formula terbaik.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat untuk :

1. Peneliti

Peneliti dapat melakukan proses pembuatan produk pangan berupa stik dari pemanfaatan hati ayam dan tepung mocaf. Hasil penelitian diharapkan mampu menambah pengetahuan dan menjadi salah satu inovasi produk pangan dari hati ayam dan tepung mocaf.

2. Masyarakat

Sebagai sumber informasi bahwa hati ayam dan tepung mocaf dapat menjadi produk pangan yang mempunyai kandungan zat gizi tinggi dan dapat dimanfaatkan sebagai salah satu sumber zat besi.

3. Institusi Pendidikan

Menambah perbendaharaan perpustakaan di Program Studi DIII Gizi Cirebon, serta dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.