

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar Hemoglobin (Hb) didalam darah seseorang lebih rendah dari nilai normal yang dikelompokkan menurut umur dan jenis kelamin. Hemoglobin normal pada wanita remaja yaitu 12-15 g/dl dan pada pria remaja yaitu 13-17 g/dl (Adriani, 2017 dalam Apriyanti, 2019). *World Health Organization* (WHO) (2017) menyatakan bahwa anemia adalah suatu kondisi jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis seseorang bervariasi berdasarkan usia, jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Penyebab anemia umumnya karena kekurangan pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan vitamin A (Siska, 2017 dalam Apriyanti, 2019).

Angka kejadian anemia di Indonesia masih cukup tinggi. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (20,3%). Proporsi anemia tahun 2018 pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% (Badan Litbang Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menurut *World Health Organization* tahun 2017, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering

menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stres, haid, atau terlambat makan (Rahayu *et al.*, 2019).

Beberapa dampak langsung yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia yaitu sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, tubuh menjadi lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai. Hal-hal tersebut juga dapat berdampak jangka panjang karena perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak. Pada masa kehamilan, remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya. Hal ini dikarenakan pada masa kehamilan, perempuan membutuhkan asupan zat gizi yang lebih banyak dari biasanya dan jika anemianya tidak ditangani, maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya (Sandra, 2017 dalam Apriyanti, 2019). Dampak anemia pada remaja putri juga berpengaruh pada kesehatan reproduksinya. Hasil penelitian Ardianto dan Elisanti (2019) menunjukkan remaja putri yang mengalami anemia berpotensi 20,123 kali untuk mengalami dismenorhea (nyeri saat menstruasi) dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mengalami anemia (Tri Ardianto, Subaktilah dan Elisanti, 2020).

Moviana (2018) menyatakan bahwa masalah anemia dapat memberikan dampak menurunkan kualitas sumber daya manusia, maka salah satu cara untuk membantu mencegah dan menanggulangi anemia adalah dengan upaya perbaikan pangan dan gizi dengan meningkatkan konsumsi pangan yang mengandung zat besi melalui makanan olahan (Fauziah, Fajri dan Hermanto, 2019).

Salah satu pangan yang mengandung zat besi yaitu ikan teri (*Stolephorus sp.*). Setiap 100 gram ikan teri kering mengandung 23,4 mg zat besi (Kementerian Kesehatan, 2018). Kandungan zat besi yang tinggi dapat mencegah anemia dan memperlancar kerja darah merah dalam mengalirkan oksigen dan sari-sari makanan ke seluruh tubuh. Dengan manfaat tersebut, teri cukup direkomendasikan untuk dimakan dalam jumlah yang tepat sesuai dengan kebutuhan nutrisi harian (Thalib *et al.*, 2021).

Penelitian Anzarsari *et al.* (2020) tentang analisis kualitas *nugget* formulasi kacang merah (*Phaseolus vulgaris L*) dengan ikan teri (*Stolephorus sp.*) sebagai makanan tambahan tinggi zat besi (Fe) bagi ibu hamil anemia menghasilkan kadar zat besi *nugget* kacang merah ikan teri denganimbangan 50:50 mempunyai kadar zat besi sebesar 5,39 mg/100 gram produk.

Ikan teri kering dapat diolah menjadi berbagai macam makanan, salah satunya yaitu ditambahkan dalam pembuatan *nugget* ayam. *Nugget* merupakan makanan siap saji yang banyak dikonsumsi masyarakat. *Nugget* juga dikenal sebagai makanan beku siap saji sehingga digemari oleh masyarakat modern karena kepraktisan dalam mengonsumsinya. Proses pengolahan *nugget* pada umumnya meliputi penggilingan daging, pencampuran bumbu, pengukusan, pencetakan, pelumuran tepung, dan pembekuan.

*Nugget* ayam dan ikan teri kering (*Nug-Kari*) merupakan inovasi produk *nugget* yang diharapkan dapat meningkatkan kualitas *nugget* yang dihasilkan berupa rasa, tekstur, aroma, warna, dan gizi terutama zat besi. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang penilaian organoleptik dan estimasi kandungan zat besi *Nug-Kari* berbahan *nugget* ayam dan ikan teri kering untuk remaja putri.

## **B. Rumusan Masalah**

Angka prevalensi anemia pada perempuan di Indonesia masih tinggi yaitu 27,2% dengan proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32%. Masalah anemia dapat memberikan dampak menurunkan kualitas sumber daya manusia, maka salah satu cara untuk membantu mencegah dan menanggulangi anemia adalah dengan upaya perbaikan pangan dan gizi dengan meningkatkan konsumsi pangan yang mengandung zat besi seperti ikan teri.

Berdasarkan data dan teori yang penulis sampaikan diatas, maka penulis memiliki rumusan masalah : Bagaimana penilaian organoleptik dan estimasi kandungan zat besi *Nug-Kari* berbahan ayam dan ikan teri kering untuk remaja putri?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan zat besi *Nug-Kari* berbahan ayam dan ikan teri kering untuk remaja putri.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Melakukan proses formulasi dan pembuatan produk pemanfaatan ayam dan ikan teri kering pada formulasi *nugget*.
- b. Menganalisis hasil uji organoleptik yang dihasilkan dari *Nug-Kari*.
- c. Menganalisis estimasi kandungan zat besi pada *Nug-Kari* dari formulasi terbaik untuk satu porsi remaja putri.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Peneliti**

Peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama menempuh pendidikan di Prodi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon. Peneliti juga dapat mengetahui proses pembuatan dan formulasi *Nug-Kari* dalam pembuatan modifikasi *nugget*.

### **2. Masyarakat**

Menambah informasi mengenai penggunaan daging ayam dan ikan teri kering dalam modifikasi *nugget* beserta kandungan zat besi di dalamnya.

### **3. Institusi Pendidikan**

Menambah perbendaharaan perpustakaan di Kampus Program Studi DIII Gizi Cirebon serta menjadi referensi atau acuan untuk penelitian selanjutnya.