

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia menjadi penyebab disabilitas kronik yang berdampak signifikan terhadap status kesehatan, ekonomi dan kesejahteraan sosial. Gangguan tersebut menjadi masalah kesehatan utama pada kalangan umum dijumpai di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia (Budiarti, A et.al., 2021). Kekurangan zat besi menjadi salah satu penyebab anemia, namun bukan satu-satunya penyebab anemia. Ada banyak penyebab anemia, termasuk anemia zat besi (Sukmawati et.al., 2019).

Anemia terjadi karena beberapa faktor yaitu kurangnya asupan energi, protein, zat besi, vitamin C, mempunyai kebiasaan minum teh atau kopi. Menurut hasil penelitian (Mariana & Khafidhoh, 2013 dalam Julaecha, 2020) penyebab anemia pada remaja adalah kebiasaan makan yang tidak teratur, menghindari makanan berprotein, tidak suka konsumsi sayuran, mengonsumsi makanan cepat saji dan junk food.

Menurut data World Health Organization (WHO) tentang Prevalence of Anemia 2015 mengungkapkan bahwa angka kejadian anemia di dunia masih tinggi dengan prevalensi sekitar 40-88% (Apriyanti, 2019). Jumlah penduduk usia remaja di Indonesia dengan rentang umur 10-19 tahun sebesar 26,2% terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan (Kemenkes, 2018 dalam Apriyanti, 2019). Menurut penelitian Laksmi S dan Yenie H (2018) sebesar 62,8% terhadap 145 responden remaja putri mengalami anemia, dan 37,2% remaja

putri tidak terkena anemia. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar remaja putri mengalami anemia. (Laksmi S & Yenie H, 2018).

Pangan merupakan kebutuhan dasar utama bagi manusia yang harus dipenuhi setiap saat. Pangan mempunyai arti dan peran yang sangat penting bagi kehidupan (Pelokila, M. R., 2021). Salah satu bahan pangan yang dapat dimanfaatkan untuk pencegahan anemia dan memiliki kandungan zat besi yaitu tepung kedelai dan bayam. Tepung kacang kedelai dapat meningkatkan daya Tarik jika diberikan inovasi yang memiliki manfaat dengan cara modifikasi pangan. Sehingga tubuh mendapatkan timbal balik dari nutrisi yang terkandung pada brownies. Tepung kedelai mengandung protein, karbohidrat, lemak, dan beberapa mineral seperti fosfor, kalsium dan zat besi (Fibriafi, & Ismawati, 2018).

Bayam hijau baik untuk tubuh karena merupakan sumber kalsium, vitamin A, E, C, beta-karoten dan serat. Bayam mengandung mineral yang cukup tinggi, terutama Fe, yang digunakan untuk mencegah anemia. Mineral lain yang juga dikandung bayam adalah asam folat. Penelitian yang dilakukan (Rohmatika 2015 dalam Handayani & Susmita, 2022) menunjukkan nilai $P < 0,05$ yang berarti pemberian ekstrak bayam hijau berpengaruh terhadap perubahan kadar hemoglobin. Kandungan Fe alami bayam hijau yang dikonsumsi meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil jika ditangani dengan baik dan benar.

Brownies merupakan salah satu makanan yang cukup digemari dan diminati oleh semua kalangan, mulai dari anak-anak, remaja hingga orang tua, terutama kalangan remaja berusia 17 hingga 21 tahun yang paling banyak

peminatnya. Tepung kedelai dan bayam dapat digunakan sebagai bahan baku pembuatan brownies sehingga produk brownies yang dihasilkan dapat dijadikan sebagai snack sehat dan alternatif pangan untuk pemenuhan gizi dalam mencegah anemia.

Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk mendistribusikan tepung kedelai (*Glycine max*) dan bayam (*Amaranthus tricolor*) melalui produk brownies sebagai makanan alternatif bagi anemia. Dengan harapan adanya produk ini dapat mencegah anemia yang diakibatkan dari kekurangan zat besi. Selain itu harapan pembuatan produk ini juga menambah keanekaragaman pangan di masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Angka kejadian anemia di dunia masih tinggi dengan prevalensi sekitar 40-88%. Zat besi sangat diperlukan dalam tubuh untuk membentuk kadar hemoglobin guna mencegah anemia. Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan zat besi dengan memodifikasi pangan pembuatan brownies kukus formulasi tepung kedelai dan bayam sebagai snack dalam pencegahan anemia. Sehingga yang menjadi pertanyaan peneliti adalah “bagaimana penilaian organoleptik dan estimasi nilai gizi brownies kukus tepung kedelai dan bayam sebagai snack dalam pencegahan anemia?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi nilai gizi formulasi brownies kukus berbahan dasar tepung kedelai dan bayam sebagai snack dalam pencegahan anemia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui penilaian organoleptik berdasarkan parameter warna, aroma, rasa, dan tekstur.
- b. Mengetahui estimasi nilai gizi brownies kukus berbahan dasar tepung kedelai dan bayam
- c. Mengetahui kontribusi gizi terhadap kecukupan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan zat besi berbahan dasar tepung kedelai dan bayam

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan serta pengalaman dalam membuat formulasi brownies kukus berbahan dasar tepung kedelai dan bayam sebagai pencegahan anemia terhadap uji organoleptik dan estimasi nilai gizi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya dan menambah literatur perpustakaan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Prodi DIII Gizi Cirebon tentang formulasi brownies kukus berbahan dasar

tepung kedelai dan bayam sebagai pencegahan anemia terhadap uji organoleptik dan estimasi nilai gizi.

3. Bagi Masyarakat

Menambah informasi mengenai olahan pangan dengan variasi produk dari tepung kedelai dan bayam.