

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Anemia di Indonesia adalah masalah kesehatan Masyarakat yang serius. Anemia dapat terjadi di semua kelompok umur, mulai dari bayi hingga orang dewasa. Berdasarkan data riset kesehatan dasar, Di Indonesia prevalensi anemia sebesar 32% pada orang berusia 15 hingga 24 tahun, artinya 3 – 4 remaja dari total 10 remaja terindikasi menderita anemia (Kemenkes, 2018). Prevalensi anemia di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2018 tergolong tinggi yaitu mencapai 41,93% (Dinkes Jabar, 2022), sedangkan berdasarkan data wilayah kerja dinas kesehatan Kota Tasikmalaya pada tahun 2022 menunjukkan jumlah kasus anemia berjumlah 2.213 kasus. Fase remaja merupakan fase rentan dimana tubuh mengalami perkembangan yang sangat pesat sehingga kebutuhan nutrisi yang tercukupi sangat diperlukan, namun hal ini masih sering diabaikan oleh remaja sehingga pada fase remaja akan muncul permasalahan Kesehatan yang diakibatkannya seperti anemia pada remaja (Kusnadi, 2021).

Berdasarkan rekomendasi WHO 2011, Pemerintah berfokus pada pencegahan dan promosi konsumsi pangan yang lebih kaya zat besi, suplemen tablet tambah darah (TTD), dan pangan yang lebih kaya asam folat dan zat besi (Kemenkes RI, 2016). Peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi merupakan upaya pencegahan yang berpeluang besar mengatasi masalah anemia pada remaja yaitu dengan memperbanyak konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Menurut Almatier (2011), sumber protein hewani memiliki kandungan zat besi yang tinggi, beberapa contoh sumber zat besi berasal dari pangan lokal yaitu daging ayam, hati ayam, dan ikan nila.

Bahan pangan pertama yaitu ayam ras pedaging (*Gallus domesticus*) mengandung zat besi sebesar 1,5 mg/100g (Kemenkes, 2018). Selain itu, ayam ras pedaging ini juga termasuk salah satu jenis ayam yang paling populer di kalangan masyarakat Indonesia untuk memenuhi asupan kebutuhan protein hewani, kandungan protein yang dimiliki ayam juga tergolong cukup tinggi yaitu sekitar 18,2 g/100 g dengan komposisi dari protein ini juga memiliki kandungan semua asam amino esensial yang mudah dicerna dan diserap oleh tubuh (Nasrul *et al.*,

2019). Hati ayam adalah bahan pangan lokal lainnya. Hati ayam adalah organ tubuh limbah dengan kandungan nutrisi yang tinggi jika dibandingkan dengan hati hewan ternak lainnya. Selain itu, hati ayam merupakan sumber zat besi heme yang baik dan mudah didapat (Lutfiah *et al.*, 2021). Kandungan gizi pada 100g hati ayam memiliki kandungan zat besi yang tinggi yaitu sekitar 15,8 mg (Kemenkes, 2018). Adapun jenis bahan lokal yang mudah ditemukan lainnya adalah ikan nila. Masyarakat Indonesia sangat menyukai ikan air tawar Nila (*Oreochromis niloticus*). Ikan ini populer di Indonesia karena rasanya yang lezat, dagingnya yang kenyal, dan kemudahan dalam budidayanya juga. Adapun untuk kandungan zat gizi pada 100g ikan nila diantaranya mengandung 18,7g protein dan 1,5 mg zat besi (Kemenkes, 2018).

Ketiga bahan pangan lokal tersebut bisa digunakan sebagai alternatif snack yang tinggi zat besi. Produk tersebut diharapkan dapat menjadi upaya pencegahan anemia pada remaja putri dan bisa meningkatkan konsumsi pangan lokal terutama pada sumber protein hewani, alternatif snack tersebut salah satu yaitu gyoza. Gyoza adalah cemilan serupa dimsum hakau yang biasanya disajikan dengan saus dipping untuk menambah rasanya. Remaja sangat menyukainya karena rasanya yang gurih dan asin (Kesuma *et al.*, 2015).

Salah satu penelitian yaitu Permatasari dan adi (2018), yang membahas tentang *gyoza* menjelaskan bahwa inovasi *gyoza* pada penelitian tersebut, banyak disukai panelis terutama pada komponen warna dan tekstur. Selain itu, diperoleh kandungan gizi diantaranya energi dan protein yang dimana jika mengonsumsi 100 g (4-5 buah) *gyoza* tersebut dapat memenuhi 10-15% dari total kebutuhan energi dari sarannya setiap hari. Berawal uraian sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan inovasi baru terhadap produk yaitu *Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila menjadi salah satu snack dalam upaya pencegahan anemia yang banyak terjadi pada remaja putri.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah “Gambaran Sifat Organoleptik dan Kandungan Zat Gizi pada *Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai *snack* dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui “Gambaran Sifat Organoleptik dan Kandungan Zat Gizi pada *Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai *Snack* dalam pencegahan anemia pada remaja Putri”.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kesukaan warna “*Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai *Snack* dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.
- b. Mengetahui tingkat kesukaan aroma “*Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai *Snack* dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.
- c. Mengetahui tingkat kesukaan rasa “*Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai *Snack* dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.
- d. Mengetahui tingkat kesukaan tekstur “*Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai *snack* dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.
- e. Menentukan kandungan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) “*Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai *Snack* dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.
- f. Menentukan kandungan zat gizi mikro zat besi (fe) “*Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai *Snack* dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.
- g. Menentukan estimasi harga pokok produksi dan harga jual pada “*Gyoza* daging dan hati ayam dengan penambahaniikan nila sebagai *snack* dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.

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

1) Bagi penulis

Penelitian ini dapat meningkatkan wawasan penulis tentang teknologi pangan dan gizi, khususnya tentang cara membuat “Gyoza daging ayam dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai snack dalam pencegahan anemia pada remaja putri”.

2) Bagi institusi

Penelitian ini dapat membantu civitas akademik Program Studi D 3 Gizi di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, untuk mendukung penelitian lanjutan di bidang teknologi pangan dan gizi.

3) Bagi Masyarakat

Untuk membantu remaja perempuan menghindari anemia, penelitian ini dapat menyampaikan inovasi pangan dan gizi terbaru, seperti membuat produk Gyoza yang terbuat dari daging ayam dan hati ayam dengan penambahan ikan nila sebagai snack dalam pencegahan anemia pada remaja putri.