

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah salah satu permasalahan yang banyak terjadi pada generasi muda di beberapa negara, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Menurut *World Health Organization* (WHO), kejasian anemia pada wanita usia subur yaitu 29,9%. Sedangkan di Indonesia menurut data Riskesdas 2018, prevalensi anemia di Indonesia pada usia subur 15-24 tahun sebesar 21,7% serta di provinsi Jawa Barat prevalensinya sebesar 42,4%. Oleh karena itu anemia menjadi salah satu masalah kesehatan yang utama sehingga harus ditangani oleh berbagai pihak karena masalah tersebut jika tidak ditangani maka akan berdampak buruk dan dapat menimbulkan seperti menurunkan konsentrasi belajar, imunitas dan kebugaran. Adapun beberapa penyebab anemia diantaranya yaitu kurang dan terhambatnya penyerapan zat besi serta menstruasi. Anemia dapat dicegah dengan cara mengkonsumsi sumber zat besi seperti daging merah, hati, serta untuk meningkatkan penyerapan zat besi dengan mengkonsumsi sumber makanan tinggi vitamin C seperti jambu. Pencegahan juga dilakukan dengan mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) setiap 1 minggu 1 tablet.

Pemerintah Indonesia telah berupaya dalam mendukung penurunan anemia dengan mengadakan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dalam upaya mengurangi anemia, namun hal ini masih belum optimal karena remaja putri kurang tanggap dalam mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) karena remaja jika mengonsumsi tablet tersebut merasa mual atau berbau amis saat meminum pil tablet tersebut (Susi Irianti, 2019). Oleh sebab itu, perlu mencari jalan lain untuk mencegah anemia pada remaja putri dengan cara pemberian makanan tambahan (PMT) dengan kandungan tinggi zat besi. Bahan pangan yang dapat dijadikan PMT tinggi zat besi yaitu seperti, tepung *mocaf*, belut dan bayam.

Belut mempunyai kandungan zat besi lebih unggul dibandingkan dengan lele. Kandungan zat besi pada belut sebesar 1,5 mg, sedangkan pada lele hanya sebesar 0,25 mg. Tepung *mocaf* merupakan tepung yang terbuat dari singkong dan dibuat dengan metode fermentasi. Kandungan zat besi pada *mocaf* lebih unggul dibandingkan tepung terigu yaitu sebesar 15,8 sedangkan tepung terigu hanya sebesar 6,3 mg. (Kodriah &

Hastuti, 2021). Zat besi yang terkandung di dalam sayur-sayuran seperti bayam. Bayam adalah mengandung zat besi tinggi sekitar 3,5 mg/100 gram dibandingkan jenis sayuran lainnya, seperti sawi 2,9 mg, daun katuk 2,7 mg, kangkung 2,5 mg daun singkong 2,0 mg, (Marmi, 2016). Bentuk PMT tinggi zat besi yang dapat dibuat dari ketiga bahan pangan lokal tersebut adalah dimsum karena dimsum sangat digemari terutama di kalangan remaja putri.

Dimsum dibuat dengan cara dikukus dan berisi daging ayam, ikan, udang dan sayuran. Namun ,pada penelitian ini yang digunakan yaitu daging belut dan bayam digunakan sebagai isiannya. Ada beberapa penelitian yang menggunakan belut dalam produksi produk dimsum. salah satunya adalah penelitian (Khanza, 2023) pemanfaatan belut dan bayam untuk dijadikan produk dimsum sebagai tambahan nutrisi remaja putri, namun tekstur dimsumnya agak keras karena dibuat dari campuran tepung bayam. Maka peneliti memodifikasi produk dimsum tersebut dengan mengganti kulitnya dengan campuran tepung *mocaf* dan terigu sehingga memberikan tekstur yang lebih baik. Dimsum ini dibuat dengan isian daging belut lokal dan isian bayam , serta kaya akan zat besi yang bisa membantu mencegah anemiaa pada remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Anemia adalah penyakit yang ditandai dengan kurangnya kadar HB pada remaja putri. Solusi untuk mencegah masalah tersebut yaitu dengan meningkatkan asupan yang banyak mengandung zat besi dengan membuat modifikasi produk pangan yang tinggi zat besi sehingga dapat membantu dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Berdasarkan hal tersebut, maka, rumusan dalam penelitian ini adalah Bagaimana Sifat Organoleptik Dan Kandungan Zat Gizi Dimsum Tepung *Mocaf* Isi Daging Belut Dan Bayam Sebagai Pencegahan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran sifat organoleptik serta kandungan zat gizi dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut sebagai pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap warna dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut
- b. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap aroma dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut
- c. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap tekstur dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut
- d. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap rasa dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut
- e. Mengetahui kandungan energi pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut
- f. Mengetahui kandungan protein pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut
- g. Mengetahui kandungan lemak pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut
- h. Mengetahui kandungan zat gizi mikro (zat besi) pada dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat meningkatkan wawasan serta pengetahuan bagi peneliti terkait sifat organoleptik dan kandungan zat gizi dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut dan bayam sebagai pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.

2. Bagi Institusi

Diharapkan dapat menambah kepustakaan Prodi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya sebagai bahan penelitian selanjutnya di bidang Teknologi Pangan dan Gizi.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pengembangan produk dalam teknologi pangan dan gizi untuk pembuatan dimsum tepung *mocaf* dengan isi daging belut dan bayam sebagai pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri.