

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja putri menderita anemia, hal ini karena masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi lebih tinggi termasuk zat besi, disamping itu remaja anemia juga mengalami menstruasi (Dian Gunatmaningsih, 2007 dalam Kusumaning & Hamidah, 2010). Sesuai rekomendasi WHO tahun 2011, Upaya penanggulangan anemia pada remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS) difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan konsumsi makanan kaya akan zat besi, suplemen Tablet Tambah Darah (TTD), serta peningkatan fortifikasi bahan pangan dengan zat besi dan asam folat (Theodoridis & Kraemer, 2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevalensi anemia pada remaja di Indonesia sebanyak 48,9%.

Faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, C, asam folat, ribovlavin, dan B12. Dari sisi asupan zat besi pada umumnya masyarakat Indonesia (termasuk remaja putri) lebih banyak mengkonsumsi makanan yang berasal dari sumber nabati yang kandungan zat besinya lebih sedikit dibandingkan dengan makanan yang berasal dari hewani (Arisman, 2007 dalam Rahmadi, 2019). Konsekuensi kesehatan yang ditimbulkan akibat defisiensi zat besi bagi remaja putri meliputi kelahiran premature, berat badan lahir rendah, infeksi, dan peningkatan

risiko kematian, perkembangan fisik, gangguan kognitif yang mengakibatkan prestasi sekolah yang buruk (Masthalina, 2015).

Daging udang mengandung asam amino esensial seperti lisin, histidin, arginin, dan tirosin (Moeljanto, 1979 dalam Basu, 2004). Udang memiliki kandungan zat besi tertinggi dengan tingkat konsumsi sedang dibandingkan dengan kerang, bandeng, dan ikan segar (Kusumaning & Hamidah, 2010). Dalam 100 gram udang terdapat kandungan protein sebanyak 59,4% (Poedjiadi, 2005). Kandungan protein tersebut tidak kalah tinggi dari produk hewani lain seperti daging sapi, ayam atau ikan yang mengandung protein masing-masing sebesar 17,5%, 18,2%, dan 17% (PERSAGI, 2009). Disamping protein, udang juga mengandung kalsium tinggi dan merupakan sumber zat besi yang sangat baik. (Astawan, 2009 dalam Andriani, 2018).

Pakcoy merupakan salah satu varietas dari tanaman sawi yang dimanfaatkan daunnya sebagai sayuran. Terdapat banyak jenis makanan di Indonesia banyak yang menggunakan daun pakcoy sebagai bahan makanan utama maupun sebagai pelengkap, pakcoy banyak mengandung protein, lemak, karbohidrat, Ca, P, Fe, vitamin A, B, C, E dan K yang sangat baik untuk kesehatan (Haryando dkk, 2007 dalam Nafi'ah dkk, 2021). Kandungan gizi dalam sawi pakcoy sangat baik terutama untuk ibu hamil karena dapat menghindarkan dari anemia (Pracaya & Kartika, 2016 dalam Nafi'ah dkk, 2021).

Salah satu produk olahan hasil perikanan adalah dimsum ikan. Dimsum salah satu makanan ringan yang berasal dari negara Cina yang

biasa disajikan dengan cara dikukus maupun digoreng. Masyarakat Indonesia banyak yang menyukai dimsum karena memiliki rasa yang enak, harga yang murah, selain itu cara pengolahan dimsum tergolong mudah serta penyajiannya praktis dan penyediaan kalori yang cukup tinggi, sebesar 138 kal/100g. Berbagai jenis variasi dimsum berdasarkan daging isian, salah satunya yaitu dimsum dengan isian ikan tenggiri, ikan patin, dan ikan-ikan lainnya. Variasi bahan filter yang digunakan berupa saagu, maizena, atau tapioka (Ainaf, 2016 dalam Falah AS dkk, 2023).

Penelitian yang memformulasikan berbagai jenis bahan pangan menjadi dimsum sudah banyak dilakukan. Penelitian sebelumnya sudah pernah dilakukan oleh *Hani Zulfihar*, tahun 2021 dengan judul “Variasi Pencampuran Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Pada Pembuatan Dimsum Ikan Lele Sebagai Alternatif Snack Tinggi Zat Besi Ditinjau Dari Sifat Fisik, Sifat Organoleptic Dan Kadar Zat Besi.” Sedangkan oleh Falah AS dkk, tahun 2023 dengan judul “Pengaruh Penambahan Bayam Hijau (*Amaranthus tricolor L.*) Terhadap Kualitas Gizi Dimsum Ikan Patin (*Pangasius sp.*)”. Pada penelitian dimsum tersebut tidak menggunakan udang dan sayuran pakcoy. Penelitian kali ini yang akan digunakan yaitu udang (*Caridea*), dan pakcoy (*Brassica rapa L.*) sebagai bahan pembuatan dimsum. Dimsum populer karena keindahan bentuk dan rasanya yang enak, selain itu terdapat pula keunikan lainnya seperti keindahan warna dan variasinya (Karina & Endang, 2017 dalam Harsita & Amam, 2019).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kab.Cirebon Tahun 2019. Dari 17 Puskesmas yang berada di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kab.Cirebon ada sekitar 15,86% dari 4610 remaja putri yang mengalami anemia. Kekurangan zat besi pada remaja akan berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktivitas. Salah satu upaya penanggulangan permasalahan anemia pada remaja adalah dengan pemanfaatan pangan yang tinggi zat besi.

Pemanfaatan pangan dapat menggunakan udang yang memiliki kandungan zat besi tertinggi dengan tingkat konsumsi sedang dibandingkan dengan kerang, bandeng, dan ikan segar dan pakcoy banyak mengandung protein, lemak, karbohidrat, Ca, P, Fe, vitamin A, B, C, E dan K yang sangat baik untuk kesehatan. Pemanfaatan lokal dapat dibuat *snack* remaja. Berdasarkan uraian diatas dapat ditelaah oleh penulis **Bagaimana Penilaian Organoleptik Dimsum - Ucoy Berbahan Udang (*Caridea*), Dan Pakcoy (*Brassica rapa L.*) Sebagai *Snack* Sehat Remaja?**

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil uji organoleptik dimsum - ucoy berbahan udang (*Caridea*), dan pakcoy (*Brassica rapa L.*).

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui hasil uji organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur, keseluruhan) serta tanggapan panelis pada produk dimsum – ucoy
- b. Menganalisis nilai gizi pada dimsum - ucoy dengan estimasi kandungan gizi
- c. Mengetahui kontribusi gizi dimsum ucoy terhadap kecukupan gizi remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Sebagai sarana untuk mengembangkan dan meningkatkan keterampilan, kemampuan serta menambah wawasan pengetahuan mengenai modifikasi pangan.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian dapat menambah ilmu pengetahuan masyarakat akan manfaat dari dimsum udang yang telah ditambahkan pakcoy.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan bisa menjadi salah satu pembelajaran dan informasi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian yang lebih jauh dengan topik yang berhubungan dengan penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi dimsum ucoy berbahan udang (*Caridea*) dan pakcoy (*Brassica rapa L.*) sebagai *snack* sehat remaja.