

BAB I

LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang

Anemia adalah masalah kesehatan yang sering terjadi di kalangan remaja putri Indonesia. Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia adalah sebesar 27,2% pada kelompok umur 15 – 24 tahun. Angka ini sangat tinggi dibandingkan dengan prevalensi anemia pada remaja putra yaitu sebesar 20,3% (Simanungkalit and Simarmata, 2019). Selain itu, angka kejadian anemia pada kelompok remaja di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2018 mencapai 41,5% (Idaningsih and Mustikasari, 2020). WHO menyebutkan bahwa kurang lebih 50% penyebab dari kejadian anemia adalah defisiensi zat besi. Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena tidak adanya cadangan zat besi di dalam tubuh sehingga pembentukan hemoglobin terganggu (Aulia *et al.*, 2017).

Anemia gizi besi pada remaja putri beresiko lebih tinggi dibandingkan pada remaja putra karena dapat menyebabkan penurunan imunitas, konsentrasi belajar, kebugaran, dan produktivitas pada remaja putri (Cia, Nur Annisa and F. Lion, 2021). Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Aulia *et al.*, 2017). Faktor penyebab tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri diantaranya adalah rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lain seperti vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin, dan vitamin B12, adanya

kesalahan dalam mengkonsumsi zat besi seperti mengkonsumsinya bersamaan dengan bahan makanan yang mengandung zat penghambat penyerapan zat besi (Briawan, 2013). Anemia gizi besi di kalangan remaja jika tidak tertangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah (Sari, 2016).

Banyak upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi dan mencegah anemia pada remaja putri. Salah satunya melalui asupan bahan makanan yang mengandung kaya zat besi. Sari kedelai dikenal sebagai sumber zat besi yang bermutu baik. Dalam 100 gram sari kedelai mengandung zat besi sebesar 0,7 mg. Selain itu, sari kedelai juga mengandung vitamin C sebesar 2 mg, vitamin C ini juga membantu penyerapan zat besi 3 – 6 kali. Sari kedelai dipilih sebagai bahan dalam penelitian ini karena menurut (Akbar, 2014) dalam penelitiannya, konsumsi sari kedelai berhubungan dengan anemia yang diderita oleh remaja putri dimana sari kedelai dapat mengatasi permasalahan anemia pada remaja putri. Kismis juga merupakan sumber zat besi yang baik. Dalam 100 gram kismis mengandung zat besi sebesar 1,9 mg dan vitamin C sebesar 2,3 mg (Kementerian Kesehatan, 2018). Kismis dipilih sebagai bahan dalam penelitian ini karena kismis memiliki manfaat mengobati anemia (Rosyada, Nurmilasari and Kalamilah, 2019) dan kismis memiliki kandungan magnesium dan zat besi yang lebih tinggi dibanding buah lain (Saidi and Wulandari, 2019).

Dalam upaya menyediakan alternatif minuman sehat bagi remaja putri maka dilakukanlah pembuatan minuman dengan formulasi sari kedelai

dan kismis. Minuman formulasi dipilih sebagai jenis produk dalam penelitian ini karena minuman formulasi merupakan salah satu produk yang sedang tren di antara remaja putri. Minuman formulasi sari kedelai dan kismis ini dapat memperkaya variasi dalam alternatif minuman sehat yang dapat dipilih remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Anemia adalah masalah kesehatan yang sering terjadi di kalangan remaja putri Indonesia. Sebagai suatu masalah kesehatan yang sering terjadi, anemia perlu dicegah dan ditanggulangi yang salah satu caranya adalah pengonsumsi pangan yang mengandung zat besi. Pembuatan minuman formulasi sari kedelai dan kismis bisa menjadi alternatif karena sari kedelai dan kismis merupakan sumber zat besi yang baik dan sudah terbukti dapat mengobati anemia.

Berdasarkan data dan teori yang telah disampaikan diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana sifat organoleptik dan estimasi kandungan zat besi minuman formulasi sari kedelai dan kismis sebagai minuman sumber zat besi bagi remaja putri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi minuman formulasi sari kedelai dan kismis sebagai minuman kaya zat besi untuk remaja putri

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan proses formulasi dan pembuatan produk minuman formulasi sari kedelai dan kismis
- b. Menganalisis sifat organoleptik minuman formulasi sari kedelai dan kismis.
- c. Menganalisis estimasi kandungan gizi pada minuman formulasi sari kedelai dan kismis.
- d. Mengetahui produk minuman formulasi yang paling disukai.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sumber bacaan, sumber referensi, dan inspirasi khususnya dalam bidang teknologi pangan.

2. Peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi pengaplikasian pembelajaran teknologi pangan yang telah diperoleh selama menjadi mahasiswa di Program Studi D III Gizi Cirebon.

3. Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan menyediakan minuman alternatif berupa minuman sehat bagi remaja putri.

4. Industri Pangan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi inspirasi pengembangan aneka ragam pangan bergizi dengan memanfaatkan bahan yang mengandung zat besi yang tinggi dalam membuat minuman sehat bagi remaja putri.