

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami kelelahan, letih dan lesu sehingga akan berdampak pada kreativitas dan produktivitasnya. Tak hanya itu, anemia juga meningkatkan kerentanan penyakit pada saat dewasa serta melahirkan generasi yang bermasalah gizi. Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi (Kemenkes RI). Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik. Kementerian Kesehatan telah melakukan intervensi spesifik dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri dan ibu hamil.

Anemia adalah suatu kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal, berdasarkan kelompok umur, jenis kelamin dan kehamilan. Batas normal dari kadar Hb dalam menurut WHO : anak – anak 6 – 59 bulan 11,0. 5 – 11 tahun 11,5. Dan 12 – 14 tahun 12,0. Dewasa wanita > 15 tahun 12,0. Wanita hamil 11,0 dan laki – laki > 15 tahun 13,0 (Desmawati, 2013). Menurut data hasil Riskesdas tahun 2018 anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia.

Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada balita sebesar 40,5%, ibu hamil sebesar 50,5%, ibu nifas sebesar 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19- 45 tahun sebesar 39,5%. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Depkes, 2013). Berdasarkan profil kesehatan provinsi lampung tahun 2013, prevalensi anemia di Provinsi Lampung yaitu 25,9% pada perempuan , 21,6% pada laki-laki. Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat, karena pravalensinya di atas 20%. Anemia akibat kekurangan zat besi (Fe) merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia. Menurut data Riskesdas 2013, pravalensi anemia gizi besi pada remaja sebesar 22,7%.

Berdasarkan Riskesdas 2013 terdapat 21,7% penduduk dengan kadar hemoglobin kurang dari batas normalnya, yakni sebesar 18,4% laki-laki dan sebesar 23,9% perempuan. Berdasarkan kelompok usia 18,4% pada rentang usia 15-24 tahun dengan kadar hemoglobin kurang dari 12g/dL. Remaja putri rentan terkena anemia karena mengalami masa menstruasi dan mengejar masa tumbuh. Remaja putri yang sedang menstruasi mengalami kehilangan besi dua kali lipat dibandingkan remaja putra. Secara khusus anemia yang dialami remaja putri akan berdampak lebih serius, mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi. Sehingga memperbesar risiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur dan berat bayi lahir rendah (Kemenkes RI, 2018)

Selain itu, remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makan seperti pada diet. Sehingga untuk mencegah kejadian anemia defisiensi besi, makaremaja puteri perlu dibekali dengan pengetahuan tentang anemia defisiensi besiitu sendiri. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 - 19 tahun. Masa remaja adalah masa transisi dari anak menuju dewasa.

Salah satu produk yang disukai remaja putri di Indonesia adalah produk *dimsum*. Menurut survey yang dilakukan dengan berkunjung langsung ke beberapa outlet penjualan *dimsum* di Bandar Lampung bahwa dalam sehari produksi *dimsum* sekitar 250 – 500 buah dan semua habis terjual dalam sehari, kalangan terbanyak membeli adalah kalangan remaja. *Dimsum* biasanya dibuat dengan memanfaatkan daging ayam, namun dalam penelitian ini *dimsum* dibuat dengan memanfaatkan hati ayam dan jamur tiram, yang merupakan salah satu sumber zat besi adalah hati ayam. Hal ini sejalan dengan penelitian bahwa contoh bahan pangan yang dapat digunakan sebagai fortifikan besi diantaranya adalah hati ayam. Hati ayam mengandung zat besi yang cukup tinggi yaitu sebesar 8,99 mg/ 100 gr (USDA, 2014).

Dalam Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI 2017), hati ayam mengandung zat besi sebesar 15,8 mg/100 gram oleh karna itu hati ayam dapat dimanfaatkan sebagai bahan substitusi pembuatan olahan pangan tinggi zat besi. Pembuatan *dimsum* berbahan baku daging ayam dengan substitusi hati ayam dapat menjadi makanan selingan tinggi zat besi untuk pencegahan anemia remaja putri. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh substitusi

hati ayam dan jamur tiram terhadap daya terima dan nilai gizi konsumsi sebagai makanan selingan bagi remaja dalam pencegahan anemia.

Almatzier (2009) menjelaskan cara mencegah anemia dengan cara: meningkatkan konsumsi makanan tinggi zat besi, menghindari atau mengurangi makanan atau minuman yang dapat mengganggu penyerapan zat besi, memperbanyak konsumsi buah-buahan yang mengandung vit C, memperbanyak istirahat minimal sehari 8 jam dan konsumsi TTD seminggu sekali atau setiap hari selama haid. Pada umumnya makanan yang banyak mengandung zat besi adalah bahan makanan yang berasal dari pangan hewani. Salah satu sumber pangan hewani yang mengandung besi heme dan mudah dijumpai dikalangan masyarakat adalah hati ayam (Zarianis, 2006). Hati ayam adalah salah satu sumber besi heme yang baik dan mudah diperoleh dan harganya yang terjangkau sehingga masyarakat tidak mempunyai kesulitan untuk mengkonsumsinya.

Berdasarkan penelitian lain yang berjudul gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi siomay hati ayam (*Gallus domesticus*) Kembang Kol (*Brassica oleracea*) sebagai alternatif makanan selingan tinggi zat besi bagi ibu hamil anemia yang dibuat dengan 3 jenis perlakuan 3 jenis perlakuan (50%:50%, 70%:30% dan 90%:10%). Berdasarkan hasil gambaran tingkat kesukaan siomay hati ayam kembang kol yang paling disukai adalah perlakuan 1 yaitu 50% :50%.

Selain itu berdasarkan daya terima dan kadar zat besi *nugget* hati ayam dengan kombinasi tempe sebagai pangan olahan sumber zat besi yang dibuat dengan 5 formulasi yaitu 1, 2, 3, 4, 5 dengan variasi penambahan hati ayam dan tempe yaitu, 10% : 90% (F1), 30% : 70% (F2), 50% : 50% (F3), 30% : 70% (F4), dan 90% : 10% (F5). Berdasarkan hasil uji daya terima, diperoleh formula yang paling disukai diantaranya F2, F3 dan F4.

Jamur tiram putih (*Pleurotus ostreatus*) merupakan jenis jamur kayu yang banyak dibudidayakan dan memiliki kandungan nutrisi yang lebih tinggi dibandingkan jenis jamur kayu lainnya. Jamur tiram putih dapat digunakan untuk makanan diet karena kandungan lemak yang rendah akan tetapi memiliki kandungan protein tinggi (Jamilah, 2016). Jamur tiram mengandung zat gizi yang penting antara lain besi (Fe), fosfor(P), kalium (K), natrium (Na), dan kalsium (Ca) (Yuliawati,2016). Kandungan gizi jamur tiram dapat mengobati berbagai

penyakit seperti tekanan darah tinggi, diabetes, kelebihan kolesterol, anemia, meningkatkan daya tahan tubuh terhadap serangan polio, dan influenza serta kekurangan gizi. Jamur tiram dengan kandungan serat yang cukup tinggi diolah bersama hati ayam yang tinggi zat besi dapat menjadi makanan selingan sehat untuk remaja putri.

Berdasarkan penelitian yang berjudul pengaruh substitusi rumput laut (*eucheuma cottonii*) dan jamur tiram (*pleurotus ostreatus*) terhadap daya terima dan kandungan serat pada biskuit 3 perlakuan dan 4 kali pengulangan. Perlakuan substitusi tepung garut, rumput laut, dan jamur tiram yang diterapkan adalah F1(25%:50%:25%), F2 (25%:45%:30%), dan F3 (25%:40%:35%). Berdasarkan hasil uji organoleptik, formula 3 memiliki daya terima panelis lebih tinggi dari formula yang lain

Berdasarkan penelitian lain yang berjudul formulasi *nugget* jamur tiram sebagai makanan selingan rendah lemak dan tinggi serat yang dibuat dengan 3 formulasi yaitu 1, 2, 3 dengan variasi penambahan daging ayam dan jamur tiram yaitu 100% berbahan dasar daging ayam (F1), 50% : 50% (F2), dan 100% berbahan dasar jamur tiram (F3). Berdasarkan hasil uji daya terima, diperoleh formula yang paling disukai adalah F1 dan yang paling tidak disukai adalah F3. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti bermaksud untuk membuat kajian pembuatan *dimsum* dengan penambahan hati ayam dan jamur tiram sebagai makanan selingan pencegahan anemia pada remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat, karena prevalensinya di atas 20%. Anemia akibat kekurangan zat besi (Fe) merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia. Hati ayam memiliki potensi yang besar untuk dikembangkan menjadi olahan makanan yang lebih menarik karena hati ayam mengandung tinggi zat besi, salah satunya dengan ditambahkan ke dalam olahan *dimsum*. Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah, maka dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut Bagaimana kajian pembuatan *dimsum* dengan penambahan hati ayam dan jamur tiram sebagai makanan selingan pencegahan anemia pada remaja putri.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian Kajian Pembuatan *Dimsum* Berbahan Dasar Daging Ayam dengan Substitusi Hati Ayam dan Jamur Tiram sebagai Makanan Selingan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri ini adalah sebagai berikut :

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui karakteristik *dimsum* berbahan dasar daging ayam dengan substitusi hati ayam dan jamur tiram yang paling disukai.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kesukaan substitusi hati ayam dan jamur tiram yang paling disukai pada *dimsum* dengan penambahan hati ayam dan jamur tiram dengan metode mutu hedonik.
- b. Untuk mengetahui kandungan zat besi pada *dimsum* dengan substitusi hati ayam dan jamur tiram dengan metode SSA.
- c. Untuk mengetahui kandungan energi, protein, lemak, karbohidrat dan serat pada *dimsum* dengan substitusi hati ayam dan jamur tiram berdasarkan TKPI.
- d. Mengetahui *food cost* dan harga jual *dimsum* dengan substitusi hati ayam dan jamur tiram.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi terkait kajian pembuatan *dimsum* dengan substitusi hati ayam dan jamur tiram.

2. Bagi Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif makanan selingan tinggi zat besi untuk pencegahan anemia remaja putri dan menjadi sumber informasi masyarakat tentang cara pembuatan *dimsum* dengan substitusi hati ayam dan jamur tiram.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah melakukan penerapan ilmuteknologi pangan dengan menganalisis sifat organoleptik (warna, rasa, aroma, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) menggunakan metode mutu hedonik. Setelah mendapatkan produk *dimsum* dengan substitusi hati ayam dan jamur tiram yang paling disukai kemudian dilakukan menghitung kandungan energi, protein, lemak, karbohidrat dan serat menggunakan TKPI tahun 2017 dan uji analisis SSA untuk menganalisis kandungan zat besi. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah menganalisis kajian pembuatan *dimsum* dengan substitusi hati ayam dan jamur tiram terhadap uji organoleptik, kandungan gizi dan *food cost*. Untuk pembuatan *dimsum* dan uji organoleptik dilakukan pada 01 Januari 2022 di rumah, dan untuk analisis uji zat besi di lakukan di Laboratorium Analisis Politeknik Negeri Lampung.