

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kesehatan terkait status gizi pada anak masih menjadi permasalahan di dunia, terutama di negara berkembang. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki masalah status gizi cukup tinggi. Upaya untuk meningkatkan status gizi harus dimulai sedini mungkin, tepatnya dimulai dari masa kehidupan janin. Di Indonesia upaya ini disebut dengan Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan disingkat dengan 1000 HPK (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Periode 1000 HPK merupakan masa awal kehidupan saat masih berada dalam kandungan hingga 2 tahun pertama kehidupan. Masa awal kehidupan ini disebut juga dengan Periode Emas. 1000 HPK sangat penting karena sangat berpengaruh terhadap kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak sangat pesat, sehingga akan berdampak pada masa yang akan datang (Sudargo, 2018). Pemenuhan gizi yang belum tercukupi baik sejak dalam kandungan hingga bayi lahir dapat menyebabkan terjadinya berbagai masalah kesehatan, baik pada ibu maupun bayinya. Salah satu gangguan kesehatan yang berdampak pada bayi yaitu *stunting* atau tubuh pendek akibat kurang gizi kronik.

UNICEF (2019) menyatakan bahwa status gizi atau malnutrisi anak terdiri dari 3 (tiga) yaitu *underweight* merupakan kekurangan berat badan pada usianya, *stunting* adalah rendahnya rasio tinggi terhadap umur dan *wasting* yakni rendahnya rasio berat terhadap tinggi. Namun *stunting* menjadi permasalahan gizi anak paling tinggi saat ini. *Stunting* dianggap dapat menyebabkan rendahnya kapasitas intelektual anak, menurunkan daya saing dan kualitas sumber daya manusia di masa depan dan pada akhirnya memberikan dampak negatif terhadap perekonomian Indonesia (Bappenas, 2018).

Stunting adalah masalah kurang gizi pada anak yang berlangsung lama (bisa dimulai dari saat masih dalam kandungan) yang menyebabkan gangguan pertumbuhan anak yaitu tinggi badan anak lebih rendah dari seusianya (kerdil) (Izwardy, 2020). Balita dikatakan *stunting* apabila hasil pengukuran PB atau TB menunjukkan <-2 SD (standar deviasi) dari median standar pertumbuhan berdasarkan WHO. Hal ini dapat diakibatkan karena kekurangan zat gizi kronis. Kejadian *stunting* pada balita dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya berasal dari situasi ibu yaitu kesehatan serta gizinya baik sebelum, saat masa kehamilan, maupun setelah melahirkan sehingga berdampak pada pertumbuhan anak atau janin. Sedangkan dari situasi bayi dan balita penyebab *stunting* diantaranya adalah tidak dilakukannya inisiasi menyusui dini (IMD), tidak mendapat ASI eksklusif serta Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) (Pusdatin Kemenkes RI, 2018). Selain itu, *stunting* juga dapat disebabkan oleh faktor terbatasnya akses pelayanan kesehatan ibu selama dan setelah kehamilan, belum optimalnya akses keluarga ke makanan yang bergizi, serta belum cukupnya akses ke air yang bersih juga sanitasi (TNP2K, 2017).

Stunting merupakan masalah kesehatan yang perlu segera diatasi. Indonesia merupakan negara tertinggi ketiga di Asia Tenggara setelah Timor Leste dan India (Teja, 2019). *Stunting* dapat terjadi sebagai akibat kekurangan gizi terutama pada saat 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Salah satu cara mencegah *stunting* adalah pemenuhan gizi dan pelayanan kesehatan kepada ibu hamil. Upaya ini sangat diperlukan, mengingat *stunting* akan berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan anak dan status kesehatan pada saat dewasa. Akibat kekurangan gizi pada 1000 HPK bersifat permanen dan sulit diperbaiki (Sifiana dan Sugiyatno, 2019). Pada tahun 2017 sebesar 22,2% balita di dunia mengalami *stunting* (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan hasil SSGI tahun 2021 angka *stunting* secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6% per tahun dari 27,7% tahun 2019 menjadi 24,4% tahun 2021. Hampir sebagian besar dari 34 provinsi menunjukkan penurunan dibandingkan tahun 2019 dan hanya 5 provinsi yang menunjukkan kenaikan. Hal tersebut menunjukkan bahwa implementasi dari kebijakan

pemerintah mendorong percepatan penurunan stunting di Indonesia telah memberi hasil yang cukup baik.

Pentingnya nutrisi mendukung pertumbuhan yang optimal dan mencegah penyakit kekurangan, mencegah keracunan serta mencegah penyakit yang dapat mengganggu kelangsungan hidup pada anak karena pada masa bayi dan anak mengalami tumbuh kembang yang pesat dan sangat penting dalam menentukan kualitas generasi yang akan datang. Status gizi dan kesehatan ibu berperan penting dalam menentukan masalah *stunting*. Seorang ibu dengan gizi kurang berpeluang melahirkan anak dengan pertumbuhan terhambat. Pemenuhan makro dan mikronutrien yang memadai diperlukan untuk menghindari dan meminimalkan risiko *stunting*. Salah satunya adalah kebutuhan protein dan kalsium. Protein memiliki peran utama dalam pertumbuhan pada anak balita. Asupan protein berhubungan dengan efek terhadap level plasma insulin growth factor I (IGF-I), protein matriks tulang, dan faktor pertumbuhan, serta kalsium dan fosfor yang berperan penting dalam formasi tulang (Sari et al., 2016). Asupan protein yang kurang berhubungan dengan risiko stunting 5,160 kali dibandingkan dengan asupan protein yang cukup pada anak balita. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa anak stunting memiliki asupan protein yang lebih rendah dibandingkan dengan anak yang normal (Cahyati and Yuniastuti, 2019).

Kalsium merupakan zat gizi esensial dengan berbagai fungsi penting dalam tubuh manusia. Kebutuhan kalsium selama kehamilan meningkat karena pembentukan tulang dan gigi bayi, karena itu sebaiknya seorang ibu memenuhi rekomendasi kalsium perharinya untuk menghindari terpakainya kalsium cadangan ibu. Janin akan menggunakan kalsium untuk pembentukan jaringan tulang rawan. Tapi jika ibu hamil kekurangan kalsium, maka berisiko tinggi terkena osteoporosis. Jika mengalami osteoporosis di masa kehamilan, dampaknya bisa mendatangkan bahaya seperti rentan terjadi patah tulang di daerah pinggul dan tulang belakang. Kalsium bisa didapat dengan mengonsumsi produk susu, tahu, brokoli, kacang-kacangan (Aizid.R, 2010).

Salah satu bahan pangan yang mengandung kalsium tinggi yaitu ikan teri nasi (*Stolephorus sp.*). Ikan teri yang dikonsumsi sekaligus dengan tulangnya banyak mengandung kalsium yang berguna untuk kesehatan gigi dan tulang.

Kandungan gizi teri segar per 100 g meliputi energi 144 kkal, protein 32,5 gram, lemak 0,6 gram, kalsium 1000 mg, fosfor 1000 mg, dan besi 3.0 mg (Tabel Komposisi Pangan Indonesia, 2017).

Kehadiran makanan siap saji semakin memanjakan konsumen dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Makanan jajanan yang bersifat instan, menarik, dan harga terjangkau menjadi pilihan yang banyak disukai masyarakat. Indonesia memiliki masyarakat yang gemar mengonsumsi *nugget*. *Nugget* sudah menjadi jajanan masyarakat karena kandungan karbohidrat dan protein yang cukup tinggi sehingga dapat digunakan sebagai jajanan alternatif karena kandungan gizi yang dimiliki tidak kalah baiknya dengan daging ayam utuh, karena bahan baku utamanya adalah daging ayam dan berwarna putih.

Nugget merupakan produk olahan daging yang populer. *Nugget* biasanya terbuat dari daging ayam, atau ikan yang digiling dicampur bumbu, bahan pengisi dan bahan tambahan lainnya. Bahan sudah tercampur kemudian dibentuk, dikukus, dicelupkan pada putih telur dan ditaburi tepung pati atau pada tepung roti kemudian dapat disimpan dalam *freezer* dan dengan atau tanpa digoreng pada suhu 180°C (Mawati dkk, 2017). Selama ini *nugget* ayam banyak tersedia dipasaran mengandung zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, dan sedikit terdapat kandungan zat gizi mikro. Berdasarkan kandungan zat gizi yang tertera dalam kemasan *nugget*, *nugget* termasuk sedikit mengandung kalsium dan fosfor. Nutrisi ini diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu perlu adanya penambahan ikan teri nasi pada *nugget* yang dapat dijadikan sebagai olahan yang lauk hewani yang kaya akan zat gizi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Khoirunnisa, Naqia Salsa (2020), tentang Pembuatan Sosis Ayam dengan Substitusi Ikan Teri Nasi (*Stolephorus sp.*) sebagai Alternatif Pangan Tinggi Kalsium menggunakan enam formula perbandingan berat daging ayam dengan substitusi ikan teri nasi yang digunakan yaitu 100 : 0 (F0), 90 : 10 (F1), 80 : 20 (F2), 70 : 30 (F3), 60 : 40 (F4), dan 50 : 50 (F5), diperoleh hasil produk yang paling disukai yaitu formula F5 dengan perbandingan berat daging ayam dengan substitusi ikan teri nasi 50 : 50.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti bermaksud untuk membuat kajian pembuatan *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi sebagai makanan tinggi kalsium.

B. Rumusan Masalah

Stunting masih menjadi masalah gizi di Indonesia sampai saat ini. Berdasarkan hasil SSGI tahun 2021 angka *stunting* secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6% per tahun dari 27,7% tahun 2019 menjadi 24,4% tahun 2021. Perbaikan pola makan merupakan salah satu cara menanggulangi masalah *stunting*. Salah satu zat gizi yang berperan penting dalam pertumbuhan yaitu kalsium. Kebutuhan kalsium pada wanita dewasa hingga lansia sebesar 1.000-1.200 mg/hari serta bertambah 200 mg/hari pada wanita hamil, sedangkan pada anak usia 1-3 tahun kalsium yang dibutuhkan yaitu 650 mg/hari. Diperlukan makanan yang mengandung kalsium untuk pencegahan *stunting*. Salah satunya adalah pangan yang berasal dari ikan teri nasi.

Maka dari itu peneliti melakukan penelitian dengan memanfaatkan ikan teri nasi. Bagaimana daya terima dan kandungan gizi pada *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi sebagai makanan tinggi kalsium?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya daya terima *nugget* (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) dan kandungan kalsium dari *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi yang paling disukai, serta *food cost* dan harga jual *chicken nugget* ikan teri nasi.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui sifat organoleptik pada *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi yang paling disukai.
- b. Diketahui kandungan kalsium, zat besi, energi, protein, lemak, dan karbohidrat pada *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi yang paling disukai berdasarkan TKPI.

- c. Diketahui *food cost* dan harga jual *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan referensi dan pengembangan terkait kajian pembuatan *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi sebagai makanan tinggi kalsium.

2. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber manfaat bagi para pelaku UMKM

3. Bagi peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti adalah untuk mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Jurusan Gizi dan menambah wawasan serta memenuhi tugas akhir.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah penerapan ilmu teknologi pangan dengan menganalisis daya terima (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) pembuatan *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi, serta menghitung kandungan energi, protein, lemak, karbohidrat, zat besi, dan kalsium pada *chicken nugget* dengan penambahan ikan teri nasi yang paling disukai menggunakan TKPI 2017.

