

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial. Masa ini merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju remaja yang ditandai dengan banyak perubahan, di antaranya penambahan massa otot, jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormon, perubahan tersebut memengaruhi kebutuhan gizi. Selain itu, kebutuhan gizi pada remaja juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial (Hardinsyah dan Supariasa, 2016). Menurut WHO (*World Health Organization*) menyatakan bahwa rentang usia remaja adalah usia 10 hingga 19 tahun (World Health Organization, 2018). Menurut Kementerian kesehatan RI tahun 2018, remaja adalah kelompok usia 10-18 tahun. Masalah utama gizi yang biasa dialami pada masa remaja salah satunya adalah anemia. Anemia adalah penurunan kuantitas sel-sel darah merah dalam sirkulasi atau jumlah hemoglobin berada dibawah batas normal (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

Anemia kurang zat besi adalah kondisi dimana berkurangnya kadar hemoglobin dalam darah yang disebabkan oleh kekurangan zat besi (fe) sebagai pembentukan hemoglobin (Hb) sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen ke seluruh tubuh (Astutik, 2018). Penyebab anemia antara lain perdarahan hebat, kadar zat besi, asam folat, dan vitamin B dalam tubuh rendah, leukemia, dan penyakit kronis. Tanda-tanda anemia antara lain lemah, letih, lesu, kurang bergairah dalam beraktivitas sehari hari, dan sesak (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

Anemia dikatakan menjadi suatu masalah kesehatan apabila prevalensinya diatas 20%. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan prevalensi anemia pada remaja putri dari 37,1% pada Riskesdas 2013 yang justru mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018. Menurut karakteristik kejadian anemia di Indonesia remaja perempuan lebih besar jika dibandingkan dengan remaja laki-laki. Besar perbandingannya pada perempuan

sebesar 27.2% sedangkan pada laki laki sebesar 20.3% kemudian berdasarkan kelompok umur 15-24 tahun lebih tinggi dibandingkan umur 5-14 tahun, besar perbandingan kejadian anemia adalah 5-14 tahun sebesar 26.8% dan 15-24 tahun sebesar 32% (Kemenkes, 2018).

Anemia pada remaja dapat menimbulkan dampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas. Selain itu, 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 (BBLR) (Kemenkes, 2018).

Makanan selingan atau snack adalah jenis makanan yang disajikan diluar waktu makan utama. Snack dapat membantu memenuhi kebutuhan kalori, selain yang diperoleh dari makanan utama. Dalam hal kandungan kalori, porsi snack harus lebih rendah daripada makanan utama. Makanan selingan ini merupakan produk makanan yang banyak peminatnya dari berbagai kalangan. Tanpa memandang usia, anak-anak, remaja, dan orang dewasa menyukai jajanan. Makanan ringan atau jajanan ini biasanya dikonsumsi kurang lebih 2-3 jam sebelum makan utama (sarapan, makan siang, dan makan malam) untuk menunda rasa lapar untuk sementara waktu. Snack dapat berupa makanan atau jajanan tradisional, kue-kue, aneka gorengan, makanan ringan, dan lain sebagainya (Wahab, 2018).

Stick merupakan makanan ringan atau jenis kue kering dengan bahan dasar tepung terigu, tepung tapioka atau tepung sagu, lemak, telur serta air, yang berbentuk pipih, atau bulat panjang dan dengan cara penyelesaiannya dengan cara digoreng, mempunyai rasa gurih serta bertekstur renyah sehingga banyak disukai masyarakat. Adonan stick tergolong dalam adonan gorengan jenis padat. Stick dapat dihidangkan setiap saat sebagai makanan ringan (cemilan), sebagai teman minum teh dan dapat sebagai buah tangan saat mengunjungi saudara. Stick merupakan kata sarapan dari bahasa inggris yang artinya tongkat atau sesuatu yang berbentuk seperti batang. Makanan ini bentuknya pipih panjang menyerupai tongkat maka makanan ini disebut dengan stick (Ramadani dan Suhairi, 2018).

Salah satu cara untuk pencegahan anemia adalah dengan mengonsumsi makanan yang tinggi akan zat besi. Stik kue bawang ini sangat disukai remaja banyak orang tertarik untuk mengkonsumsinya, dalam stik kue bawang mengandung nilai gizi zat besi sebesar 1,15 mg termasuk ke dalam kategori rendah sedangkan batas normal nilai gizi zat besi 15 mg. Oleh karena itu, dilakukan substitusi tepung hati ayam dengan nilai gizi zat besi 18,87 mg termasuk ke dalam kategori tinggi. Salah satu contoh makanan yang mengandung zat besi tinggi salah satunya adalah hati ayam. Hati ayam merupakan tempat penyimpanan besi sehingga mengandung besi dengan kadar tinggi yang dibutuhkan untuk mencegah anemia. Selain hati ayam, makanan sumber zat besi yaitu daging, telur, ikan, sereal tumbuk, kacang-kacangan, sayuran hijau dan beberapa jenis buah. Hati ayam merupakan produk jeroan yang sangat diminati dan sering digunakan sebagai sumber makanan. Hati ayam juga termasuk mudah didapat dipasar tradisional dan harganya juga cukup murah sehingga semua bisa mendapatnya berbeda jika harus menggunakan hati sapi yang selain jarang juga harganya mahal. Hati ayam mengandung zat besi cukup tinggi, kandungan zat besi dalam 100 gr hati ayam yaitu 15,8 mg (TKPI, 2017).

Berdasarkan Penelitian Widyawati (2021) mengenai pembuatan stick keju berbahan dasar tepung mocaf dengan substitusi hati ayam didapatkan formula yang paling disukai oleh panelis pada formula 4 dengan substitusi hati ayam 35% dengan indikator terhadap warna, aroma, rasa, tekstur dan penerimaan keseluruhan. Demikian perbedaan dari penelitian ini yaitu dalam pengolahan menggunakan tepung hati ayam serta produk yang akan dibuat dimodifikasi menjadi stick kue bawang.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk memodifikasi pembuatan stick kue bawang dengan substitusi tepung hati ayam sebagai alternatif makanan selingan kaya zat besi bagi remaja.

B. Rumusan Masalah

Hati ayam memiliki potensi yang besar untuk dikembangkan menjadi olahan makanan yang lebih menarik karena hati ayam mengandung tinggi zat besi. Pembuatan produk stick kue bawang mengandung nilai gizi sebesar 1,15 mg termasuk ke dalam kategori rendah sedangkan batas normal nilai gizi zat besi 15 mg. Oleh karena itu, peneliti melakukan substitusi tepung hati ayam dengan nilai gizi zat besi 18,87 mg sehingga dapat dimanfaatkan ke dalam pembuatan stick kue bawang.

Berdasarkan uraian masalah tersebut dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: "Bagaimana Kajian Pembuatan, sifat organoleptik dan nilai gizi Stick Kue Bawang dengan Substitusi Tepung Hati Ayam sebagai makanan selingan tinggi zat besi untuk remaja ”?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui karakteristik (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) produk stick kue bawang dengan substitusi tepung hati ayam sebagai makanan selingan tinggi zat besi untuk remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui sifat organoleptik pada pembuatan stik kue bawang dengan substitusi tepung hati ayam yang paling disukai.
- b. Mengetahui kandungan zat gizi makro (energi, protein, lemak, karbohidrat) pada stick kue bawang dengan substitusi tepung hati ayam yang paling banyak disukai berdasarkan TKPI.
- c. Mengetahui kandungan zat besi pada produk stik kue bawang dengan substitusi tepung hati ayam yang paling banyak disukai dengan metode ICP-MS.
- d. Mengetahui *food cost* dan harga jual produk stik kue bawang dengan substitusi tepung hati ayam sebagai makanan selingan tinggi zat besi.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penelitian dibidang pengembangan ilmu pangan terkait kajian pembuatan stick kue bawang dengan substitusi tepung hati ayam sebagai makanan tinggi zat besi.

2. Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kreativitas masyarakat terkait pemanfaatan sumber daya yang tersedia, khususnya produk stick kue bawang dengan substitusi tepung hati ayam sebagai makanan selingan tinggi zat besi.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari penelitian ini adalah penerapan ilmu teknologi pangan dengan menganalisis Kajian Pembuatan (rasa, aroma, tekstur, warna dan penerimaan keseluruhan), analisis kadar zat besi pada substitusi tepung hati ayam terhadap stick kue bawang yang paling disukai dibandingkan kontrol untuk meningkatkan zat besi pada remaja. Pengujian organoleptik terlaksana di laboratorium cita rasa Politeknik Kesehatan Tanjung Karang dan uji kadar zat besi terlaksana di Universitas Lampung pada bulan April - Mei 2023.