

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut World Health Organization (WHO) (2018), Kebutuhan zat besi pada anak usia sekolah dipengaruhi oleh pertumbuhan fisik dan aktifitas fisik. Kebutuhan akan zat besi akan meningkat pada masa pertumbuhan seperti pada bayi, anak-anak, remaja, kehamilan dan menyusui. Kebutuhan zat besi juga meningkat pada kasus-kasus pendarahan kronis yang disebabkan oleh parasit. Remaja putri berusia 10-12 tahun 8 mg, 13-15 tahun 15 mg perhari, usia 16-18 tahun 15 mg perhari (Kemenkes, 2019).

Penderita anemia harus mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi yang bertujuan untuk meningkatkan kadar Hemoglobin (Hb) dalam darah. Salah satu bahan makanan yang tinggi akan zat besi adalah tanaman daun kelor. Daun kelor biasanya diolah menjadi sayur, teh, serbuk, dan lainnya. Kandungan zat gizi yang tinggi dalam daun kelor juga dapat mengatasi kekurangan zat gizi pada penderita. Asam organik seperti Vitamin C sangat membantu penyerapan zat besi. Hal ini dikarenakan asam organik/vitamin C akan membuat kondisi lambung menjadi asam sehingga perubahan zat besi dari bentuk ferri menjadi bentuk ferro lebih optimal. Bentuk ferro lebih mudah diserap tubuh. Di samping itu Vitamin C membentuk gugus besi askorbat yang tetap larut pada pH lebih tinggi dalam duodenum. Oleh karena itu, sangat dianjurkan mengonsumsi makanan sumber vitamin C bersamaan atau dalam waktu berdekatan dengan makanan yang mengandung zat besi (Krisnadi, 2015).

Daun kelor merupakan daun yang berasal dari pohon kelor. Daun kelor merupakan salah satu bahan makanan yang mengandung nutrisi penting seperti vitamin A, vitamin C, vitamin B, kalsium, kalium, protein serta zat besi. Cara

konsumsi daun kelor dapat dengan berbagai cara seperti dikonsumsi dalam bentuk segar, bentuk minuman, dan olahan daun kelor yang lain seperti olahan dalam bentuk tepung (Purba, 2018). Kandungan zat besi pada 100 gram daun kelor yaitu 6 mg, apabila ditepungkan maka kandungan zat besinya mencapai 35,91 mg (Winarno, 2018).

Di Indonesia pohon kelor banyak ditanam sebagai pagar hidup atau ditanam disepanjang ladang dan sawah sebagai tanaman penghijau (Nugraha, 2013). Kelor termasuk dalam genus *Moringa*, spesies *Moringa oleifera*, familia *Moringaceae*, ordo *Rhoeadales (Brassicales)* dengan regnum *Plantae*. Tanaman kelor dikenal sebagai tanaman obat maupun makanan dengan memanfaatkan seluruh bagian dari tanaman kelor mulai dari daun, kulit, batang, biji hingga akarnya (Simbolan dkk., 2007). Tanaman kelor memiliki banyak kandungan senyawa aktif berupa antioksidan terutama pada bagian daunnya (Rofiah, 2015).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti mempunyai inisiatif untuk melakukan penelitian dengan memanfaatkan daun kelor (*Moringa Oleifera*) menjadi *takoyaki*. Karena *takoyaki* banyak di gemari oleh anak-anak, sebab bentuknya bulat seperti baso, maka *takoyaki* disebut juga baso panggang jepang (tako = octopus; yaki = panggang). Cara pembuatannya tidak digoreng dalam minyak yang banyak, tetapi diolesi dengan minyak dalam suatu cetakan setengah bulatan kemudian adonan dituang dan dibalik sehingga berbentuk bulatan penuh. *Takoyaki* di Jepang sudah menjadi makanan favorit untuk semua kalangan. Rasanya yang gurih membuat *takoyaki* menjadi alternatif makanan pengganti nasi. Masyarakat di Indonesia kini sudah mulai mengenal dan menerima produk *takoyaki*, bahkan diperkirakan akan semakin populer. *Takoyaki* yang berasal dari Jepang terbuat dari tepung terigu. Mengingat perhatian konsumen akan makanan yang sehat semakin tinggi, maka upaya meningkatkan Fe pada produk *takoyaki* perlu dilakukan dengan menambahkan tepung daun kelor pada pembuatan *takoyaki*.

B. Rumusan Masalah

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2014). Anemia dapat

dicegah dengan cara fortifikasi makanan dengan zat besi. Rumusan masalah yang akan dikaji pada penelitian ini adalah Peningkatan kadar Fe *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor.

C. Tujuan

Adapun tujuan penelitian “kajian pembuatan *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor sebagai alternatif makanan tinggi zat besi untuk pencegahan anemia sejak dini” ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pembuatan *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor sebagai alternatif makanan tinggi zat besi untuk pencegahan anemia sejak dini.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kesukaan terhadap warna, aroma, rasa, tekstur dan penilaian keseluruhan pada *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor.
- b. Untuk mengetahui kandungan Fe pada pembuatan *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor.
- c. Untuk mengetahui nilai gizi pada *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor yang paling disukai berdasarkan TKPI.
- d. Mengetahui *food cost* produk *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti : Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan referensi dibidang pengembangan ilmu pangan dengan eksperimen kajian pembuatan *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor sebagai alternative makanan tinggi zat besi untuk pencegahan anemia sejak dini.
2. Bagi Masyarakat : Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan, referensi dan sarana penambah ilmu pengetahuan serta wawasan masyarakat dalam menangani anemia sejak dini dengan bahan baku yang ada di sekitar.

3. Bagi Penulis : Manfaat penelitian bagi peneliti adalah untuk menambah ilmu pengetahuan, wawasan dan sarana pengembangan ilmu yang telah didapatkan selama menempuh pendidikan.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari penelitian ini adalah penerapan ilmu teknologi pangan dengan menganalisis sifat organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan). Serta uji zat besi untuk mengetahui nilai gizi dan formulasi *takoyaki* yang paling disukai. Sehingga didapatkan kajian pembuatan *takoyaki* dengan penambahan tepung daun kelor sebagai alternatif makanan tinggi zat besi untuk pencegahan anemia sejak dini.