

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Salah satu masalah gizi yang masih banyak terjadi di Indonesia adalah anemia. Anemia berkaitan dengan lima masalah global lainnya terkait dengan gizi diantaranya adalah *stunting*, berat badan lahir rendah, kelebihan berat badan, pemberian ASI Eksklusif dan *wasting* (Suryani dkk, 2015). Pernyataan tersebut berdasarkan prevalensi data Kemenkes RI tahun 2019, Prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri di Indonesia sebesar 22,7%. (Kemenkes RI, 2019). Lalu pada tahun 2018, anemia di Provinsi Lampung adalah sebesar 11,67%, sedangkan prevalensi anemia di kota Bandar Lampung sebesar 23,37% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2018).

Anemia pada remaja berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas. Anemia yang terjadi pada remaja dapat menimbulkan rasa cepat lelah, kehilangan gairah dan tidak dapat berkonsentrasi, yang nantinya berakibat pada pertumbuhan yang tidak optimal serta menurunnya prestasi belajar. Sebagai calon ibu yang nantinya hamil, maka remaja putri tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya dan dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan dan persalinan yang berisiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR dan angka kematian perinatal. Seseorang dengan anemia mudah terserang penyakit infeksi sehingga dapat menghambat kualitas sumber daya manusia. (Tunnisa, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh (Kristianti, dkk. 2019) menunjukkan adanya hubungan antara anemia dengan siklus menstruasi seorang wanita. Saat mengalami menstruasi, remaja putri memerlukan lebih banyak asupan zat besi untuk menggantikan kehilangan zat besi selama proses menstruasi tersebut (Suryani dkk, 2015).

Pemberian suplementasi merupakan salah satu upaya untuk menurunkan kejadian anemia. Selain itu pemberian suplementasi zat besi secara rutin selama jangka waktu tertentu bertujuan untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara

cepat dan perlu dilanjutkan untuk meningkatkan simpanan zat besi di dalam tubuh (Kemenkes RI, 2016). Kemenkes RI (2018) sudah mencanangkan pemberian tablet tambah darah untuk remaja putri dengan prevalensi remaja putri yang mengonsumsi tablet tambah darah <52 tablet sebesar 98,6% dan >52 tablet sebesar 1,4%. Dari data tersebut terlihat perbandingan remaja putri yang minum tablet tambah darah <52 tablet lebih besar dari remaja putri yang mengonsumsi >52 tablet.

Menurut Almatsier (2010), upaya meningkatkan kadar Hb dalam tubuh dapat dilakukan juga dengan meningkatkan konsumsi makanan bergizi yang mengandung zat besi dari bahan makanan hewani. Substitusi bahan makanan yang tinggi zat besi juga merupakan upaya untuk pencegahan anemia. Substitusi adalah penambahan zat gizi tertentu ke dalam produk pangan yang dibuat menyerupai atau pengganti produk pangan yang asli (Kurniati, 2017). Substitusi yang dilakukan adalah penambahan zat besi yang bersumber dari hati ayam ke dalam combro. Hati ayam mengandung zat besi yang cukup tinggi yaitu sebesar 15,8 mg (TKPI, 2017). Selain itu, mineral yang berasal dari hati ayam atau pangan hewani tingkat absorpsinya tinggi yaitu 20 – 30%. (Santosa dkk, 2016).

Substitusi zat besi dapat dilakukan pada selingan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat dan digemari oleh semua kalangan. Salah satu selingan yang dapat disubstitusi zat besi adalah combro. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2012) di Jawa Barat, combro menjadi makanan yang paling disukai nomor 2 setelah arem – arem, dengan persentase kesukaan combro sebesar 92,6%. Lalu berdasarkan salah satu penjual gorengan di daerah pasar Way Kandis combro menjadi makanan yang paling banyak dibeli nomor 4 setelah tahu isi, tempe dan pisang goreng. Maka dari itu combro yang awalnya hanya berisikan oncom pada penelitian ini ditambahkan dengan hati ayam yang mana merupakan sumber zat besi.

Combro (oncom di jero) adalah jajanan tradisional dari Jawa Barat yang terbuat dari singkong dengan oncom di dalamnya. Berbentuk lonjong, berwarna coklat kekuningan, memiliki rasa rempah dan termasuk pangan semi basah yang memiliki daya simpan rendah (Aryani, 2016). Bahan baku pembuatan combro adalah singkong dan oncom. Singkong merupakan sumber karbohidrat, tinggi

kalsium, dan fosfor (TKPI, 2017) zat gizi tersebut sangat bermanfaat bagi tubuh. Oncom merupakan makanan yang diolah dengan cara difermentasi (Amar dkk., 2018). Combro memiliki nilai gizi yang tinggi dan murah yang berasal dari Jawa Barat.

Modifikasi combro sudah pernah dilakukan oleh Saputri, Fuzia dwi (2019) dalam penelitian modifikasi combro menjadi makanan kekinian agar di gemari kaum *millennial*. Combro yang biasanya berisi oncom, dimodifikasi dengan ditambahkan isian yang berbagai macam, seperti kornet, ayam, telur, hati, sosis, dan bakso. Menurut Saputri, Fuzia dwi (2019) penelitian ini di tujukan karena pola konsumsi masyarakat mulai banyak berubah, semakin maraknya makanan modern semakin menurun pula tingkat konsumsi makanan tradisional di kalangan masyarakat, sehingga di lakukan modifikasi tersebut.

Menurut penelitian tentang persepsi dan perilaku remaja terhadap makanan tradisional dan makanan modern, terlihat adanya penurunan minat remaja terhadap makanan tradisional. Remaja masa kini lebih memilih makanan modern dari pada makanan tradisional. Hal ini dibuktikan dengan persentase remaja yang menyukai makanan tradisional hanya 39% sedangkan remaja yang menyukai makanan modern memiliki persentase lebih tinggi yaitu 61% (Sempati, 2017).

Penelitian mengenai substitusi besi telah banyak dilakukan. Salah satunya, Santosa, dkk (2016) melakukan substitusi zat besi ke dalam bubur bayi instan berbahan dasar ubi ungu. Namun sepengetahuan peneliti belum ada penelitian pembuatan combro yang tersubstitusi zat besi yang berasal dari hati ayam yang tujuannya, snack ini dapat digunakan sebagai salah satu pilihan snack bagi remaja penderita anemia maupun sebagai snack pencegahan anemia.

Formulasi pembuatan combro yang disubstitusikan hati ayam pada penelitian ini dibuat dengan 5 formulasi yaitu formula 0 (kontrol), 1, 2, 3, 4 dengan variasi penambahan hati ayam yaitu 0%, 30%, 40%, 50%, dan 60%. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti bermaksud untuk membuat kajian pembuatan combro dengan penambahan hati ayam sebagai makanan tinggi zat besi untuk remaja putri.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah daya terima dan kandungan gizi combro dengan penambahan hati ayam sebagai makanan tinggi zat besi untuk remaja putri?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui daya terima combro (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) dan kandungan zat besi dari combro dengan penambahan hati ayam yang paling di sukai.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui sifat organoleptik pada pembuatan combro dengan penambahan hati ayam yang paling di sukai.
- b. Diketahui kandungan zat besi pada combro dengan penambahan hati ayam yang paling di sukai berdasarkan uji Spektrofotometri Serapan Atom.
- c. Diketahui nilai gizi energi, protein, lemak, karbohidrat pada combro yang paling di sukai berdasarkan TKPI.
- d. Diketahui *food cost* dan harga jual combro dengan penambahan hati ayam yang paling di sukai.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan pengembangan produk terkait kajian pembuatan combro dengan penambahan hati ayam sebagai makanan tinggi zat besi untuk remaja putri.

### **2. Manfaat Aplikatif**

Diharapkan dengan mengonsumsi combro dengan penambahan hati ayam dapat meningkatkan asupan gizi terutama zat besi dan sebagai makanan alternatif tinggi zat besi. Penelitian ini dilakukan peneliti untuk mengaplikasikan ilmu yang sudah di dapat selama menempuh Pendidikan di Politeknik Kesehatan Tanjung Karang Jurusan Gizi.

### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Kajian Pembuatan Combro Dengan Penambahan Hati Ayam Sebagai Makanan Tinggi Zat Besi Untuk Remaja Putri”. Panelis pada penelitian ini adalah remaja putri yang berusia 10 - 18 tahun di Kota Bandar Lampung. Variabel pada penelitian ini yaitu melakukan analisis daya terima (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) pembuatan combro dengan penambahan hati ayam sebagai makanan tinggi zat besi untuk remaja putri, serta menghitung kandungan zat besi pada combro dengan penambahan hati ayam yang paling disukai berdasarkan uji Spektrofotometri Serapan Atom (SSA). Penelitian dilakukan di laboratorium cita rasa Poltekkes Tanjungkarang dan laboratorium analisis Polinela pada bulan Desember 2021 – Mei 2022.