

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan dunia terutama di negara-negara berkembang, tidak terkecuali Indonesia. Prevalensi kejadian anemia di dunia diperkirakan sebesar 9% di negara maju dan 43% di negara berkembang (Sudgiono, 2016). World Health Organization (WHO) (2015) menargetkan penurunan anemia pada tahun 2025 sebesar 50% pada wanita usia subur (WUS) berusia 15-49 tahun.

Wanita usia subur merupakan kelompok yang rawan menderita anemia serta defisiensi zat gizi lain, sehingga memerlukan perhatian khusus. Adanya gangguan kesehatan dan status gizi pada WUS akan berdampak pada kualitas sumber daya manusia generasi yang akan dilahirkannya (Sahana, 2015). Data riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menyebutkan bahwa persentase anemia pada wanita usia 15-44 tahun sebesar 35,3%. Anemia memengaruhi kehidupan hampir setengah milyar WUS di seluruh dunia.

Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik. Faktor-faktor penyebab anemia gizi besi adalah status gizi yang dipengaruhi oleh pola makanan, sosial ekonomi keluarga, lingkungan dan status kesehatan (Kemenkes RI, 2019).

Dengan gejala umum anemia yaitu cepat lelah, lesu, mata berkunang-kunang, wajah pucat sehingga berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, prestasi belajar menurun karena kurangnya konsentrasi, tak hanya itu, anemia juga meningkatkan kerentanan penyakit pada saat dewasa serta melahirkan generasi yang bermasalah gizi (Taufiq dkk, 2020).

Agar anemia bisa dicegah atau diatasi maka harus banyak mengonsumsi makanan yang kaya zat besi seperti yang terdapat pada hati ayam dan daun kelor. Pada 100 g hati ayam mengandung zat besi 15,8 mg, dan pada 100 g daun kelor mengandung 6,0 mg (TKPI, 2017).

Dimsum merupakan sejenis makanan Cina, dimsum ini sudah dikenal sebagai makanan populer sejak ribuan tahun lalu karena cara disajikan dalam wadah kukusan bumbu agar tetap panas. Dimsum makanan kecil yang memiliki nilai gizi tinggi ini biasanya diisi dengan daging, ayam, ikan, udang, buah-buahan, dan sayur-sayuran. Kepopuleran dimsum di Indonesia cukup luas, sangat diminati dan digemari oleh masyarakat Indonesia (Lestari, 2011).

Dengan makanan yang banyak beredar saat ini dan produk dimsum yang cukup banyak diterima dimasyarakat. Dari hasil survei yang dilakukan penulis pada penjual dimsum rata-rata pembeli dimsum dari usia sekitar 16-25 tahun, dengan membeli 2-3 bungkus dimsum per-orang, dan rata-rata pembeli pada penjualan dimsum perhari yaitu 25-30 orang perhari.

Karena hal tersebut tertarik untuk menambahkan hati ayam dan daun kelor pada dimsum. Dimana hal tersebut dilakukan untuk meningkatkan zat gizi dari dimsum dan dapat dikonsumsi kalangan remaja dimana dimsum dapat menambah pemenuhan zat besi dengan penambahan hati ayam dan daun kelor. Dimana standar konsumsi zat besi perhari pada wanita umur 13-15 tahun adalah 15 mg, 16-18 tahun 15 mg, 19-29 dan 30-49 tahun 18 mg (AKG, 2019).

Hati ayam merupakan tempat penyimpanan besi sehingga mengandung zat besi dengan kadar tinggi yang dibutuhkan untuk mencegah anemia (Simbolon, Masfria, dan Sudarmi, 2012). Zat besi yang terkandung dalam hati ayam termasuk jenis Zat besi heme (*heme iron*). Bentuk *heme iron* lebih dapat diserap oleh tubuh daripada non heme iron yang terdapat pada sayur dan buah (Palupi, 2008).

Kelor (*Moringa oleifera*) adalah tanaman yang kaya nutrisi dan sering disebut "*miracle tree*" dikarenakan semua bagian tumbuhan kelor sangat bermanfaat bagi kehidupan masyarakat. Kandungan nutrisi tersebar pada seluruh bagian tanaman kelor, mulai dari daun, kulit batang, bunga, buah (polong), sampai akarnya dan sudah dikenal luas sebagai tumbuhan obat (Jusnita dan Syurya, 2019).

Menurut Aminah dan Yanis (2015), tanaman kelor adalah tanaman perdu dengan ketinggian 7-11 meter dan tumbuh subur mulai dari dataran rendah 3 sampai ketinggian 700 m di atas permukaan laut. Semua bagian dari tanaman

kelor memiliki nilai gizi, berkhasiat untuk kesehatan dan bermanfaat di bidang industri salah satunya yaitu daun kelor.

Penggunaan daun kelor untuk penambahan gizi sudah dilakukan pada peneliti sebelumnya yaitu pemanfaatan daun kelor menjadi produk bakso tempe dengan penambahan daun kelor (Hasniar dkk, 2019). Dan pembuatan dimsum dengan penambahan hati ayam (Devillya, 2018).

Kandungan zat besi yang tinggi terutama zat besi pada hati ayam dan daun kelor menjadi ketertarikan penulis dalam pengembangan produk penambahan hati ayam dan daun kelor pada produk dimsum. Dimsum merupakan salah satu produk yang banyak disukai masyarakat saat ini terutama remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dalam latar belakang masalah, maka yang menjadi rumusan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana karakteristik produk dimsum tinggi zat besi (Fe) dengan penambahan hati ayam dan daun kelor pada sebagai pencegahan terjadinya anemia pada wanita usia subur (WUS)?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik produk dimsum tinggi zat besi (Fe) dengan penambahan hati ayam dan daun kelor sebagai pencegahan anemia pada wanita usia subur (WUS).

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kesukaan meliputi aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan pada produk dimsum tinggi zat besi (Fe) dengan penambahan hati ayam dan daun kelor.
- b. Mengetahui kandungan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan Fe pada produk dimsum tinggi zat besi (Fe) dengan penambahan hati ayam dan daun kelor berdasarkan TKPI.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Pendidikan

Sebagai sumber data dalam menyusun Tugas Akhir di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peneliti untuk menciptakan produk pangan yang memiliki nilai gizi tinggi, menambah ilmu keterampilan dalam ilmu teknologi pangan, pengembangan ilmu teknologi pangan yang telah didapatkan selama menempuh pendidikan.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini dapat dijadikan referensi serta pengembangan penelitian terkait pembuatan dimsum tinggi zat besi (Fe) dengan penambahan hati ayam dan daun kelor sebagai makanan alternatif pencegahan anemia pada wanita usia subur (WUS).

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah penerapan ilmu teknologi pangan dengan menganalisis sifat organoleptik pada produk dimsum tinggi zat besi (Fe) dengan penambahan daun kelor dan hati ayam sebagai alternatif makanan pencegahan anemia pada wanita usia subur. Penelitian ini dilakukan pada bulan November – Desember 2021 dan April – Juni 2022 dan dilaksanakan di Laboratorium Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang dengan menganalisis produk dimsum yang paling disukai menggunakan uji organoleptik yang dinilai oleh 25 panelis dengan 3 kali pengulangan meliputi warna, aroma, rasa, tekstur, dan tingkat kesukaan pada produk dimsum.