

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Inovasi merancang menu yang sehat dan bergizi adalah usaha kreatif untuk membuat hidangan yang tidak hanya memenuhi kebutuhan gizi, tetapi enak di lidah, menarik secara visual, dan menggunakan sumber daya lokal. Upaya ini sangat penting untuk mengatasi tantangan pemenuhan gizi di berbagai kelompok masyarakat, dari anak-anak sekolah hingga orang lanjut usia, serta untuk beradaptasi dengan tren dan kebutuhan zaman. Ikan kaya akan gizi yang penting, termasuk protein, asam lemak omega-3 paling berguna bagi wanita hamil dan perkembangan otak bayi, juga vitamin dan berbagai mineral yang bermanfaat bagi ibu serta bayi. Lampung sebagai daerah pesisir dengan kekayaan sumber daya laut yang banyak, sehingga mempunyai peluang besar dalam memanfaatkan ikan kembung sebagai bahan makanan utama bagi masyarakat.

Diversifikasi atau yang dikenal sebagai keanekaragaman pangan merupakan salah satu cara memperkenalkan produk olahan ikan dan ayam kepada masyarakat. Produk ini biasanya hanya ditawarkan dalam bentuk digoreng, atau dibakar, tetapi sebenarnya bisa kita tawarkan dengan cara yang lebih menarik tanpa menurunkan nilai gizinya. Produk diversifikasi dapat dinikmati berawal dari anak-anak, dewasa sampai usia lanjut. Produk ini mampu di jadikan snack atau sebagai lauk hewani seperti *chicken fish roll* yang berasal dari bahan baku ikan dan ayam (Bija et al., 2024).

Ikan kembung adalah salah satu spesies ikan laut yang menjadi salah satu hasil tangkapan nelayan, permasalahan yang dihadapi nelayan dan pedagang saat ini ada pada proses penanganan seperti cara susun ikan tidak teratur dan pemberian es yang tidak sesuai dengan jumlah ikan. Kualitas ikan segar cepat membusuk dikarenakan adanya pertumbuhan mikroorganisme, suhu lingkungan, dan kerusakan fisik. Kualitas ikan yang buruk yang menjadi faktor utama menurunnya minat konsumsi ikan pada masyarakat.

Surimi ikan yakni daging ikan telah dibersihkan dari kulit, tulang, isi perutnya, kemudian dicuci air atau larutan garam dengan suhu antara 5 hingga 10°C ditambahkan *cryoprotectan*. Proses pembuatan surimi melibatkan pencucian yang berulang bertujuan menghilangkan lemak, darah, dan komponen larut air lainnya. Proses ini menyebabkan sebagian protein larut air (sarkoplasma) ikut terbuang, sehingga kadar protein surimi lebih rendah dibandingkan ikan segar. Penggunaan ikan kembung sebagai alternatif pengganti surimi ikan dalam produk olahan mempunyai beberapa keunggulan, kandungan gizi tinggi, memiliki harga yang lebih ekonomis, warna daging ikan kembung berwarna merah dan kandungan lemak cukup tinggi. Ikan kembung adalah salah satu spesies ikan laut tinggi protein yaitu 21,3g, selain itu ikan kembung memiliki nilai ekonomis dan sering dijumpai dipasaran. Kandungan gizi yang ada di ikan kembung selain protein dan kalsium adalah Omega-3. Kandungan omega-3 pada ikan kembung adalah 2,6 gram dengan nilai gizi lain yaitu lemak 3,4 g, karbohidrat 2,2 g dan besi 0,8 mg.

Bayam merah (*Amaranthus tricolor L*) memiliki beraneka ragam komponen gizi, di antaranya zat besi, vitamin C, protein, kalsium, kalium, dan fosfor. Bayam merah paling bagus dimakan sebab mengandung zat besi sebesar 7 mg. Daun bayam merah bisa menjadi alternatif pencegahan anemia. Zat gizi lain yang ada dalam daun bayam merah mengandung energi sebesar 41 kkal, protein sebanyak 2,2 g, lemak 0,8 g, serta karbohidrat 6,3 g. Daun bayam merah sangat mudah ditemui dipasaran. Selain itu, bayam merah juga memiliki banyak antioksidan berfungsi menetralkan radikal bebas, melindungi sel dari kerusakan, dan mengurangi inflamasi.

Chicken fish roll termasuk kedalam dimsum goreng biasa disebut sebagai *tofu skin roll*. Makanan ini biasa terbuat dari isi sayuran maupun daging ayam dan dibungkus dengan kulit tahu. Hidangan ini biasanya hanya mempunyai kandungan gizi protein, lemak, karbohidrat, sedikit gizi mikro terdapat di kemasan atau web produk. Berdasarkan penelitian Heriani, (2024) tentang Kajian pembuatan *chicken fish roll* substitusi ikan teri nasi serta daun kelor segar menjadi makanan tinggi kalsium juga zat besi guna remaja formula yang di gunakan yakni: 100:0 (F1), 75:25 (F2), 50:50 (F3), 25:75 (F4), 0:100 (F5) diperoleh hasil yang paling disukai

adalah formula 50:50 (F3). Namun, formula ini masih memiliki tekstur yang mudah hancur dan warna yang gelap. Sehingga dibutuhkan bahan pengikat lain agar tekstur yang dihasilkan tidak mudah hancur. Maka dengan adanya perbaikan formula tersebut, diharapkan tekstur dan warnanya akan lebih baik (Heriani, 2024).

Pentingnya makan makanan sehat bisa membantu kita memelihara kesehatan tubuh. Mengingat penyakit tidak menular seperti KEK, anemia, gizi kurang, dan gizi lebih yang kian marak, mengubah pola hidup dengan mengutamakan makan makanan bergizi seimbang adalah hal yang mendesak, memperbanyak konsumsi buah, sayur, dan makanan sumber protein. Makanan sehat dapat menurunkan resiko penyakit serta meningkatkan daya tahan tubuh dan produktivitas.

B. Rumusan Masalah

Ikan kembung dan ayam merupakan pangan yang kaya akan protein, sehingga bahan pangan tersebut dapat dimanfaatkan untuk pembuatan *chicken fish roll*. Bagaimana substitusi ikan kembung dan daun bayam merah segar pada pembuatan *chicken fish roll* terhadap kadar protein, dan organoleptik *chicken fish roll*?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui karakteristik *chicken fish roll* dan kandungan protein dari *chicken fish roll* substitusi ikan kembung dengan penambahan daun bayam merah segar.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui tingkat kesukaan (warna, aroma, rasa, tekstur, penerimaan keseluruhan) pada *chicken fish roll* substitusi ikan kembung dengan penambahan daun bayam merah segar
- b. Mengetahui energi, lemak, protein, zat besi, dan karbohidrat pada *chicken fish roll* substitusi ikan kembung dengan penambahan daun bayam merah segar yang paling disukai.

- c. Mengetahui *food cost* dan harga jual *chicken fish roll* substitusi ikan kembung dengan penambahan daun bayam merah yang paling disukai.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

diharapkan mampu memberikan informasi mengenai penerapan ilmu teknologi pangan bagi peneliti. Lalu, dapat menjadi sumber informasi dan makanan alternatif pangan olahan yang kaya akan protein dan zat besi bagi masyarakat terkait pembuatan *chicken fish roll* substitusi ikan kembung dengan penambahan daun bayam merah segar.

2. Manfaat aplikatif

diharapkan mampu membantu untuk pengembangan pangan alternatif makanan selingan *chicken fish roll* substitusi ikan kembung dengan penambahan daun bayam merah yang tinggi protein dan zat besi bagi remaja.

E. Ruang lingkup

Ruang lingkup kajian mencakup penerapan dalam bidang Ilmu Teknologi Pangan yang berfokus pada analisis penerimaan (rasa, warna, aroma, tekstur, serta keseluruhan penerimaan). pada produk *Chicken fish roll* substitusi ikan kembung dengan penambahan daun bayam merah sebagai makanan sumber protein. Penilaian melibatkan 75 panelis dengan usia 19 – 49 tahun di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Penilaian dilangsungkan pada bulan November 2024 di Laboratorium uji cita rasa Poltekkes Kemenkes TanjungKarang organoleptik pada bulan November 2024. Selain itu, rencana analisis akan dilakukan dengan TKPI 2020 untuk mengetahui kandungan zat gizi (Energi, protein, lemak, dan karbohidrat) pada produk *Chicken fish roll* substitusi ikan kembung dengan penambahan daun bayam merah segar.