

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan kondisi tubuh di mana jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh karena kadar hemoglobin < 12 gr/dl. Ketika tubuh tidak memiliki cukup sel darah merah atau jumlah sel darah merah rendah maka tubuh tidak mendapatkan oksigen sesuai kebutuhannya sehingga tubuh akan merasa lelah atau menderita gejala lainnya. Anemia meningkatkan risiko infeksi dan kematian, merusak kemampuan kognitif dan juga menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan yang buruk (Arma et al., 2021). Menurut World Health Organization (WHO) prevalensi anemia didunia diperkirakan sebanyak 40% kasus anemia pada anak usia 6 – 59 bulan, pada remaja putri sebesar 30%, diseluruh dunia yang mengalami anemia, hal ini paling umum terjadi pada negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023).

Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Provinsi Lampung adalah salah satu provinsi yang memiliki prevalensi anemia tertinggi di Pulau Sumatera dengan persentase 63%. Data tersebut juga menunjukkan bahwa 24,6%, penderita anemia di Provinsi Lampung terjadi pada usia remaja putri. Angka kejadian anemia pada remaja tertinggi terjadi di Kabupaten Mesuji sebesar 36,1%, sedangkan urutan kedua yaitu Kabupaten Lampung Timur sebesar 35,4% (Sari et al., 2021), sedangkan prevalensi anemia di kota Bandar Lampung sebesar 23,37% (Dinas Kesehatan Kota, 2023). Prevalensi anemia di Lampung pada usia 15-24 tahun sebesar 15,5% dan untuk anemia perempuan yaitu 18,0% sedangkan laki-laki yaitu 14,4% (SKI, 2023).

Anemia menyebabkan berbagai masalah terhadap remaja putri seperti mudah merasa lelah, terjadinya penurunan konsentrasi belajar, produktivitas menurun, dan daya tahan tubuh menurun sehingga mudah terkena infeksi. Selain itu, anemia pada remaja juga menurunkan kesehatan reproduksi, perkembangan motorik, mental serta kecerdasan terhambat, tingkat kebugaran menurun, dan tidak mencapai tinggi badan yang maksimal. Anemia dapat berdampak jangka panjang pada saat remaja

putri menjadi dewasa dan mengandung, anemia dapat menyebabkan komplikasi pada saat kehamilan, persalinan BBLR, dan resiko kematian (Zuiatna, 2020).

Penyebab terjadinya anemia pada remaja putri terjadi karna kurangnya pengetahuan remaja mengenai anemia, asupan gizi (pola makan), kebiasaan mengkosumsi teh atau kopi, konsumsi tablet Fe, status sosial ekonomi, durasi tidur, siklus menstruasi, yang menyebabkan terjadinya anemia pada remaja putri (Rati Astuti, 2023). Remaja putri yang jarang mengkonsumsi protein hewani lebih rentan untuk mengalami resiko anemia. Asupan protein yang rendah pada remaja putri dengan akan mempengaruhi resiko anemia, asupan protein yang kurang akan menyebabkan penyerapan zat besi di dalam tubuh terhambat dan seiring berjalannya waktu akan menimbulkan kekurangan zat besi Farinendya et al.,(2019).

Ikan adalah salah satu jenis protein hewani yang menjadi sumber protein bermutu tinggi. Ikan mempunyai nilai gizi tinggi dengan kandungan protein, mineral vitamin dan lemak. Protein pada ikan mudah dicerna serta mengandung asam amino esensial yang diperlukan oleh tubuh. Salah satu jenis ikan yang memiliki kandungan protein tinggi adalah ikan ekor kuning. Kandungan protein pada ikan ekor kuning sebesar 22,3 gram per 100 gram, jumlah tersebut lebih besar jika dibandingkan dengan beberapa jenis ikan lainnya, antara lain ikan kembung dengan jumlah protein 21,3 gram dan ikan patin dengan jumlah protein sebesar 17 gram per 100 gram (TKPI 2019). Provinsi Lampung memiliki potensi perikanan pelagis yang tinggi, karna Lampung memiliki wilayah pesisir dan potensi kelautan yang besar sehingga banyak sekali jenis ikan yang sangat mudah di temukan seperti contohnya ikan ekor kuning yang termasuk ke dalam ikan pelagis Sitorus et al.,(2022).

Wortel merupakan salah satu sayuran sumber serat pangan. 100 g wortel mengandung serat pangan sebanyak 6 g. Jumlah tersebut mampu memenuhi 24% kebutuhan serat harian. Menurut Wibowo et al., (2014). Selain itu, wortel juga merupakan sumber provitamin A, vitamin C, vitamin B, kalsium, zat besi, fosfor, seng, dan kalium. Wortel sangat mudah ditemukan di Indonesia dan dapat tumbuh di segala musim. Jenis sayur ini mampu bertahan pada penyimpanan dengan suhu 10°C selama 2-6 minggu. Hal ini dapat menjamin ketersediaan sayur tersebut

sebagai bahan tambahan dalam pengolahan *chicken fish roll*. Selain ketersediaan dan umur simpan sayur, berbagai zat gizi yang terkandung di dalam sayur tersebut juga diharapkan mampu meningkatkan kandungan gizi produk akhir *chicken fish roll* dalam penelitian ini. Penelitian ini mengkaji karakteristik nilai gizi serta penerimaan sensori *chicken fish roll* dengan penambahan wortel.

Chicken fish roll adalah jajanan yang terbuat dari kulit kembang tahu yang berisikan adonan ayam yang telah dibumbui dan diberi pelengkap lain. *Chicken fish roll* diadaptasi dari selingan berupa *fish Roll* dengan isian daging ikan. Fish roll merupakan produk olahan ikan yang terbuat dari lumatan ikan surimi, air, tepung tapioka, minyak nabati, sayuran (wortel, daun bawang, bawang putih), gula, garam, kulit tahu dan penguat rasa (Persika, 2018). Hal tersebut membuat fish roll menjadi salah satu olahan ikan yang diminati karena termasuk dalam topping seblak yang disukai oleh remaja. Dalam penelitian Pian et al.,(2021) banyak remaja yang menyebutkan seblak, *fish ball*, sosis, nugget, dan telur gulung sebagai makanan yang paling sering mereka konsumsi.

Selain itu, pada makanan *Chinnese chicken fish roll* termasuk kedalam dimsum goreng yang disebut sebagai tofu skin roll. Hidangan tersebut terbuat dari aneka isi sayuran dan daging ayam yang dibungkus menggunakan kulit tahu. Selama ini, selingan banyak tersedia dipasaran ataupun sebuah toko dan restoran yang hanya mengandung kandungan gizi seperti karbohidrat, protein, lemak dan sedikit kandungan mikro yang mungkin terdapat di kemasan ataupun website produk.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Heriani (2024) tentang kajian pembuatan *chicken fish roll* dengan substitusi ikan teri nasi asin dan daun kelor segar sebagai makanan tinggi kalsium dan zat besi untuk remaja, dari penelitian tersebut dibuat 5 formula dan yang paling disukai yaitu pada formula 3 dengan substitusi ikan teri nasi dan ayam 50:50 dengan penerimaan keseluruhan 80,3% dan rata – rata nilai 4,01. Hanya saja pada saat penelitiannya memiliki kekurangan yaitu tidak menambahkan bahan pengikat seperti tepung tapioka dan tidak menggunakan sayuran yang berwarna, sehingga produk yang dihasilkan mudah hancur dan berwarna pucat. Berdasarkan hasil tersebut perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang *chicken fish roll* dengan penambahan bahan pengikat

agar tekstur yang dihasilkan tidak mudah hancur dan penambahan sayuran yang lebih berwarna untuk mempercantik tampilan. Berdasarkan uraian diatas, pada penelitian kali ini bermaksud untuk membuat *chicken fish roll* berbahan ikan ekor kuning (*Caesio cuning*), hati ayam dan wortel (*Daucus carota*) sebagai selingan tinggi protein dan zat besi.

B. Rumusan Masalah

Prevalensi anemia remaja putri tahun 2018 di Provinsi Lampung (24,8%) dari tahun 2007 prevalensi anemia remaja putri di Provinsi Lampung sebesar 12,5%. Sedangkan prevalensi anemia pada provinsi Lampung menduduki posisi pertama anemia tertinggi pada wilayah Sumatera dengan nilai 63%. Hal tersebut dapat mempengaruhi perkembangan bagi remaja dan bakal calon anak. Selain anemia, terdapat masalah gizi berupa gizi kurang dan juga gizi lebih pada masa pertumbuhan. Salah satu pencegahan anemia dan masalah gizi remaja adalah dengan memberikan makanan yang kaya protein dan serat. Ikan ekor kuning adalah salah satu jenis protein hewani yang menjadi sumber protein bermutu tinggi, hati ayam yang tinggi zat besi bahan pangan lain yang memiliki tinggi serat terdapat pada wortel juga merupakan sumber vitamin A, vitamin C, vitamin B, kalsium, zat besi, fosfor, seng, dan kalium sehingga kedua bahan pangan tersebut dapat dimanfaatkan dalam pembuatan *chicken fish roll*. Oleh karna itu rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimanakah ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel pada pembuatan *chicken fish roll* terhadap kadar protein dan organoleptik *chicken fish roll*?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik *chicken fish roll* berbahan ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel segar.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk :

- a. Mengetahui tingkat kesukaan (warna, aroma, rasa, tekstur, penerimaan keseluruhan) pada *chicken fish roll* dengan berbahan ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel.

- b. Mengetahui kandungan energi, protein, lemak, dan karbohidrat pada *chicken fish roll* dengan berbahan ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel yang paling disukai dengan TKPI 2020.
- c. Mengetahui *food cost* dan harga jual *chicken fish roll* dengan berbahan ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Terioritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan pengembangan terkait kajian pembuatan *chicken fish roll* berbahan ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel segar sebagai makanan tinggi protein dan serat bagi remaja serta dapat memberikan manfaat positif kepada pembaca.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam makanan tinggi protein dan serat dan menjadi sumber informasi kepada masyarakat tentang cara pembuatan makanan *chicken fish roll* dengan berbahan ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel segar.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah penerapan dalam bidang Ilmu Teknologi Pangan dalam menganalisis daya terima (warna, rasa, aroma, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) terhadap *chicken fish roll* berbahan ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel untuk mencegah anemia pada Remaja Putri. Penilaian tersebut melibatkan 75 panelis tidak terlatih dengan satu kali pengulangan dilaksanakan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Penilaian dilaksanakan pada Tanggal 25 November 2024 di Laboratorium uji cita rasa Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang untuk organoleptik. Selain itu, analisis dilakukan dengan menggunakan TKPI 2020 untuk mengetahui kandungan zat gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, zat besi).