

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Wanita usia subur merujuk pada perempuan didalam masa reproduksi. Wanita usia subur (WUS), yakni perempuan berusia antara 15 hingga 49 tahun, berada dalam fase yang dimulai dengan menstruasi pertama hingga berhentinya menstruasi atau menopause. Mereka bisa saja menikah, belum menikah, atau janda, namun tetap berpotensi untuk hamil. Seseorang dianggap memasuki masa reproduksi ketika pertama kali mengalami haid. Kondisi kesehatan dan status gizi WUS memiliki dampak besar terhadap kualitas generasi mendatang yang dilahirkannya. Salah satu gangguan gizi yang sering dialami oleh WUS adalah anemia (Sulyambona, 2024).

Salah satu masalah kesehatan yang banyak dihadapi secara global adalah anemia, terutama di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Secara global, prevalensi anemia diperkirakan berkisar 9% di negara maju dan 43% di negara berkembang. Data dari Riskesdas 2018 memaparkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia mencapai 48,9%.

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi anemia menurut usia 15-24 th (15,5%), usia 25-34 th (13,2%), usia 35-44 (14,6%), usia 45-54 th (14,7%) sedangkan menurut jenis kelamin Wanita 18%. Prevalensi anemia pada Wanita hamil di Indonesia 27,7% (SKI, 2023b).

Hampir setengah miliar wanita usia subur (WUS) di dunia terpengaruh oleh anemia. Selama kehamilan, WUS memiliki risiko tinggi mengalami anemia, yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan janin. Dampak lainnya termasuk meningkatnya risiko komplikasi pada masa kehamilan dan persalinan, serta potensi kematian ibu dan bayi (Wijayanti dan Fitriani, 2019).

Faktor utama penyebab besarnya prevalensi anemia adalah rendahnya asupan zat besi serta sejumlah nutrisi penting lainnya misalnya vitamin A, C, folat, riboflavin, serta B12. Didalam pemenuhan kebutuhan zat besi harian, disarankan mengonsumsi makanan hewani menjadi sumber zat besi yang lebih cepat terserap oleh tubuh. Asupan nabati juga dapat dikonsumsi, namun penyerapannya

cenderung lebih sulit meskipun kandungan zat besinya tinggi (Siauta serta Anita, 2020).

Anemia pada WUS terjadi ketika jumlah hemoglobin (Hb) ataupun sel darah merah didalam darah ada di bawah batas normal, ialah kurang dari 12 gr/dL kepada perempuan. Gejala umum yang muncul meliputi kelelahan, rasa lemas, lesu, sesak napas, peningkatan denyut nadi, penurunan selera makan, dan kecenderungan untuk sering merasa mengantuk (Astuti et al., 2023). Anemia kepada wanita umur subur dapat diatasi lewat snack tinggi Fe yaitu snack akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam.

Pencegahan anemia pada perempuan umur subur (WUS) berfokus kepada program promosi serta pencegahannya, seperti meningkatkan asupan makanan yang mengandung zat besi tinggi, menyediakan suplemen tablet tambah darah (TTD), serta memperkaya bahan konsumsi pada zat besi juga asam folat. Pemerintah Indonesia memprioritaskan suplementasi TTD sebagai upaya memenuhi kebutuhan zat besi. Dengan dosis yang tepat, TTD bisa menangkalkan anemia serta menekan cadangan zat besi tubuh.

Kue akar kelapa adalah salah satu jenis cemilan tradisional Indonesia yang dikenal dengan sebutan kue akar serabut, kue akar pinang, atau kue kecipir. Jenis kue ini telah ada sejak zaman dahulu, mencerminkan warisan kuliner tradisional Indonesia terutama Betawi. (Kurniawan et al., 2020). Untuk meningkatkan nilai gizi snack akar kelapa dalam rangka penurunan kejadian anemia pada wanita subur maka dilakukan penambahan ikan ekor kuning juga hati ayam.

Ikan ekor kuning (*Caesio cuning*) adalah ikan laut pantai yang harganya ekonomis serta diketahui kaya akan zat besi. Setiap 100 gram bagian yang layak konsumsi (BDD) mengandung 74,10 g air, 108,00 kkal energi, 22,30 g protein, 1,20 g lemak total, 2,10 g karbohidrat total, serta 0,50 mg zat besi. (Astuti et al., 2018).

Hati ayam merupakan sumber protein hewani kaya akan zat besi. Menurut Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI), setiap 100 gram hati ayam segar mengandung 261 kkal energi, 27,4 gram protein, 16 gram lemak, juga 15,8 mg zat besi. Sebagai organ penyimpanan zat besi, hati ayam memiliki kadar zat besi yang tinggi, yang penting untuk pencegahan anemia (Tenrirawe, 2022).

Astuti et al. (2023) melaporkan bahwa pada penelitian tentang otak-otak ikan ekor kuning, perlakuan A1 (terdiri dari 200 gram ikan ekor kuning, 75% tepung tapioka, serta 25% tepung sagu) adalah yang paling disukai terkait warna, rasa, dan tekstur. Sementara itu, penelitian Listiani et al. (2022) terkait nugget berbahan dasar kacang merah dan hati ayam menemukan formula C (75 gram hati ayam juga 25 gram kacang merah) paling disukai, dengan kontribusi zat besi mencapai 35%, kekerasan sebesar 22,3 m/g/s, serta nilai kesukaan 3,68 yang termasuk dalam kategori "suka".

Dari hasil uraian diatas diketahui bahwa anemia pada wanita usia subur terbilang banyak jumlahnya. Oleh sebab itu butuh adanya usaha pencegahan peningkatan anemia pada wanita usia subur. Penelitian mengenai snack akar kelapa ikan ekor kuning dengan menambahkan hati ayam menjadi cemilan tinggi zat besi tidak pernah terjadi. Oleh dari itu peneliti hendak mengembangkan inovasi produk tinggi zat besi dengan berbagai formula.

B. Rumusan Masalah

Ikan ekor kuning sebagai sumber protein mempunyai sumber zat besi yang kaya. Oleh sebab itu, dikembangkan olahan makanan akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam. Penambahan hati ayam dalam snack akar kelapa berbahan dasar ikan ekor kuning peningkatan zat besi untuk menciptakan makanan yang efektif dalam mencegah anemia. Rumusan masalah yang diangkat adalah: “Bagaimana penerimaan konsumen terhadap snack akar kelapa berbahan dasar ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam yang dianggap paling disukai?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menelaah proses pembuatan akar kelapa berbahan ikan ekor kuning yang diperkaya dengan hati ayam serta pengaruhnya pada sifat organoleptik, yaitu warna, aroma, rasa, tekstur, serta penerimaan konsumen secara menyeluruh.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya tingkat preferensi terhadap warna, aroma, tekstur, rasa, serta penilaian menyeluruh pada snack akar kelapa ikan ekor kuning

- dengan penambahan hati ayam.
- b. Diketahui nilai gizi snack akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam yang sangat disukai menurut TKPI.
- c. Diketahui *food cost* serta harga jual formula 1 didalam olahan snack akar kelapa ikan ekor kuning pada penambahan hati ayam.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Dengan diketahuinya kandungan gizi yang tinggi pada akar kelapa yang paling disukai sehingga produk akar kelapa ikan ekor kuning dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan cemilan yang mengandung nilai gizi zat besi yang tinggi. Terkait eksperimen penambahan hati ayam terhadap olahan snack akar kelapa menjadi asupan selingan kaya zat besi pada wanita usia subur.

2. Manfaat Aplikatif

Riset ini bertujuan untuk menjadi pedoman dalam mendorong kewirausahaan di sektor pangan khususnya komoditas akar kelapa serta menambah pengetahuan tentang zat besi pada olahan hewani. Hasil riset ini bisa dipakai menjadi dasar pengembangan makanan dengan kandungan gizi tinggi demi meningkatkan kualitas gizi masyarakat.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini adalah tentang pembuatan akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam, yang akan dilakukan pada wanita usia subur (WUS). Riset ini akan dilangsungkan di labolatorium uji citarasa poltekkes tanjungkarang pada bulan Februari 2025. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen untuk mengetahui daya terima (rasa, aroma, tekstur, warna, serta penerimaan menyeluruh), akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam dengan konsentrasi formula yang sama 10%, 15%, juga 20%. Analisis kadar zat besi pada snack akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam yang sangat digemari daripada kontrol agar mendorong zat besi kepada wanita usia subur. Pengujian organoleptik akan dilaksanakan di Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.