

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang sering terjadi diseluruh dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara berkembang yaitu 27%. Hingga saat ini remaja putri merupakan salah satu banyak mengalami anemia (WHO, 2010). Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) berada dibawah batas nilai normal dan jika dibiarkan dapat memberikan masalah kesehatan. Penyebab anemia terbanyak di Indonesia dan negara berkembang lainnya adalah anemia defisiensi besi.

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi anemia pada perempuan sebanyak 27,2% lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, yaitu sebanyak 20,3% dan prevalensi anemia pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar 32%. Resiko terjadinya anemia pada remaja putri lebih tinggi dari remaja putra, karena remaja putri mengalami menstruasi tiap bulannya, yang menyebabkan banyaknya zat besi yang hilang (Kemenkes RI, 2018).

Tingginya prevalensi anemia dapat diakibatkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu kurangnya asupan zat besi maupun zat gizi lain seperti defisiensi asam folat, vitamin B12 dan Protein. Masa remaja adalah masa yang memerlukan zat gizi lebih banyak dan juga asupan gizi yang optimal untuk proses pertumbuhan dan perkembangan. Zat besi dibutuhkan dalam proses

pembentukan sel darah untuk sintesa hemoglobin sehingga asupan zat-zat gizi pada tubuh harus tercukupi (Sugiyanto, 2018).

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dilakukan dengan memberikan suplementasi dan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin. Salah satu cara untuk meningkatkan asupan makanan sumber zat besi dengan pola makan bergizi seimbang, yang terdiri dari aneka ragam makanan, terutama sumber pangan hewani yang kaya akan zat besi (besi *heme*) dalam jumlah yang cukup sesuai dengan AKG, dimana konsumsi zat besi perhari remaja umur 13-18 tahun adalah 15 mg (Kemenkes RI, 2019).

Makanan yang kaya sumber zat besi dari hewani salah satunya adalah ikan. Data tingkat konsumsi ikan menurut Dinas Kelautan dan Perikanan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2020 memiliki tingkat konsumsi ikan sebesar 31,24 kg/kapita/tahun (Bappeda, 2020). Data tersebut masih kurang dari target nasional yaitu sebesar 56,39 kg/kapita/tahun (Kementerian Perikanan dan Kelautan, 2020). Jumlah konsumsi ikan yang rendah di Daerah Istimewa Yogyakarta dikarenakan kurangnya kesadaran masyarakat akan manfaat mengkonsumsi ikan, padahal jika dibandingkan dengan harga dipasaran, harga untuk daging ayam, daging sapi dan telur jauh lebih mahal bila dibandingkan dengan ikan (Tri, 2017).

Keunggulan utama ikan adalah nilai cerna protein ikan yang sangat tinggi (lebih dari 90%) (Astawan, 2011). Berdasarkan penjelasan tersebut perlu adanya inovasi pembuatan produk kudapan untuk pencegahan anemia pada remaja

putri. Pembuatan produk pangan menggunakan bahan-bahan yang mudah ditemukan disekitar dan merupakan pangan sumber zat besi dan protein dengan harga yang relatif murah, salah satunya yaitu udang rebon kering dan ikan patin.

Udang rebon merupakan salah satu pangan yang mudah didapatkan serta harganya relatif murah. Di pasaran, udang rebon banyak ditemukan dalam bentuk udang rebon kering (Astawan, 2009). Meskipun harga udang rebon relatif lebih murah dibandingkan makanan sumber protein lain yang identik dengan harga yang mahal, ternyata udang rebon kaya akan zat gizi. Seperti produk hewani yang pada umumnya merupakan sumber protein, udang rebon juga mengandung protein yang tinggi. Dalam 100 g udang rebon kering terdapat kandungan protein sebanyak 59,4 g. Selain tinggi kandungan protein, udang rebon kering memiliki kandungan zat besi sebanyak 21,4 mg dalam setiap 100 g bahan (Persatuan Ahli Gizi Indonesia, 2018).

Menurut Rahmawati (2013), ikan patin merupakan salah satu jenis ikan air tawar yang cukup dikenal di Indonesia, serta memiliki nilai ekonomis yang tinggi. Seperti halnya ikan lele, ikan patin tidak bersisik dan memiliki duri yang tajam di bagian siripnya, sehingga keduanya sama-sama digolongkan ke dalam jenis *catfish*. Namun demikian, rasa daging ikan patin lebih enak dan gurih dibandingkan dengan ikan lele (Rahmawati, 2013). Berdasarkan Tabel Komposisi Pangan Indonesia tahun 2017 ikan patin mengandung protein sebanyak 17 g. Selain tinggi kandungan protein ikan patin memiliki kandungan zat besi yaitu 1,6 mg per 100 gram segar (Persatuan Ahli Gizi Indonesia, 2018).

Ikan patin termasuk ikan yang mudah diolah menjadi berbagai macam produk perikanan, salah satunya adalah *dim sum*. Ditengah keberagaman makanan kudapan cepat saji yang diolah dengan cara digoreng, *dim sum* merupakan alternatif yang lebih sehat, karena *dim sum* diolah dengan cara dikukus. Harga *dim sum* cukup terjangkau karena banyak pelaku bisnis yang mulai mengembangkan ide untuk menjual *dim sum*. Produk *dim sum* juga dapat dijadikan suatu usaha yang menguntungkan di era pandemi yang sebagian besar masyarakat kehilangan pekerjaan. Menurut artikel kompas.com pada tahun 2020 terdapat 12 produk makanan yang menjadi *trend* pada masa pandemi, satu diantaranya yaitu *dim sum* (Kompas, 2020). Kepopuleran *dim sum* di Indonesia cukup luas, sangat diminati dan digemari oleh semua kalangan khususnya remaja karena remaja memiliki perilaku makan yang ingin mencoba berbagai macam hal baru yang sedang trend (Lestari, 2011).

Menurut penelitian Monica Dean Maulia (2019), meneliti daya terima nugget ubi jalar yang di suplementasi udang rebon kering terhadap mutu organoleptik dan kadar protein, dengan persentase penambahan udang rebon kering yaitu 5%, 10% dan 15% menghasilkan nugget ubi jalar yang paling disukai oleh panelis yaitu dengan penambahan udang rebon kering sebanyak 15% (Maulia, 2019).

Peneliti telah melakukan uji pendahuluan dengan perlakuan perbandingan ikan patin dan udang rebon kering sebesar 90%:10%, 85%:15%, dan 80%:20%. *Dim sum* ikan patin udang rebon dengan perbandingan persentase 90%:10% menghasilkan warna kuning kecoklatan, aroma khas *dim sum* udang rebon (+),

rasa gurih, dan tekstur kenyal. Perbandingan persentase 85%:15% menghasilkan warna kuning kecoklatan, aroma khas *dim sum* udang rebon (++) , rasa gurih, dan tekstur kenyal. Perbandingan persentase 80%:20% menghasilkan warna coklat, aroma khas *dim sum* udang rebon (++) , rasa gurih, dan tekstur kenyal.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh variasi pencampuran udang rebon kering pada pembuatan *dim sum* ikan patin sebagai alternatif kudapan tinggi zat besi pencegah anemia untuk remaja putri ditinjau dari sifat fisik, sifat organoleptik, dan kadar zat besi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh variasi pencampuran udang rebon kering terhadap sifat fisik *dim sum* ikan patin?
2. Apakah ada pengaruh variasi pencampuran udang rebon kering terhadap sifat organoleptik *dim sum* ikan patin?
3. Apakah ada pengaruh variasi pencampuran udang rebon kering terhadap kadar zat besi *dim sum* ikan patin?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan Umum :

Mengetahui pengaruh variasi pencampuran udang rebon kering pada *dim sum* ikan patin terhadap sifat fisik, sifat organoleptik dan kadar zat besi.

2. Tujuan Khusus :

- a. Diketuainya pengaruh variasi pencampuran udang rebon kering terhadap sifat fisik *dim sum* ikan patin
- b. Diketuainya pengaruh variasi pencampuran udang rebon kering terhadap sifat organoleptik *dim sum* ikan patin
- c. Diketuainya pengaruh variasi pencampuran udang rebon kering terhadap kandungan zat besi *dim sum* ikan patin.

**D. Ruang Lingkup**

1. Ruang lingkup keilmuan gizi dalam penelitian ini termasuk dalam bidang Ilmu Teknologi Pangan
2. Ruang lingkup materi dalam penelitian ini yaitu tentang pemanfaatan udang rebon kering dan ikan patin menjadi olahan *dim sum* sebagai alternatif kudapan tinggi zat besi pencegah anemia bagi remaja putri
3. Ruang lingkup sasaran dalam penelitian ini yaitu remaja putri
4. Ruang lingkup institusi dalam penelitian ini adalah institusi pendidikan antara lain Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta
5. Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini yaitu pada tahun 2021-2022

**E. Manfaat Penelitian**

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan produk *dim sum* yang tinggi kandungan zat besi dan menambah wawasan serta pengetahuan bagi peneliti terkait pemanfaatan udang rebon kering dan ikan patin khususnya mengenai sifat fisik, sifat organoleptik dan kadar zat besi.

## 2. Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat :

### a. Bagi Mahasiswa

Manfaat bagi mahasiswa adalah sebagai media untuk belajar, menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penyusunan Proposal Skripsi serta menerapkan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh.

### b. Bagi Pembaca / Peneliti Lain

Manfaat penelitian ini bagi peneliti lain yaitu dapat digunakan sebagai bahan kajian sekaligus perbandingan terhadap penelitian atau acuan untuk penelitian selanjutnya.

### c. Bagi Civitas Akademika di Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi institusi guna menambah literatur perpustakaan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta mengenai pemanfaatan udang rebon kering dan ikan patin pada pembuatan *dim sum* sebagai alternatif kudapan tinggi zat besi pencegah anemia untuk remaja putri ditinjau dari sifat fisik, sifat organoleptik dan kadar zat besi.

### d. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam membuat inovasi kudapan berbasis pangan lokal dan menerapkan ilmu teknologi pangan yang telah didapatkan di bangku kuliah.

## F. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian diambil dari beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya yang mempunyai karakteristik relatif sama. Beberapa penelitian sebelumnya diantaranya terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
Abraham Manik, Dewita, Desmelati	Studi Penerimaan Konsumen Terhadap <i>Dim Sum</i> Ikan Patin ( <i>Pangasius hypophthalmus</i> ) yang Difortifikasi dengan Alga Hijau Biru ( <i>Spirulina</i> ) (Manik, 2020)	Merupakan penelitian eksperimental dengan bahan baku dan produk yang sama yaitu <i>dim sum</i> ikan patin serta melakukan uji penerimaan konsumen (uji kesukaan) berupa parameter rupa, aroma, dan rasa.	Penggunaan bahan baku campuran yaitu alga hijau biru ( <i>spirulina</i> ) serta parameter yang diamati dalam penelitian ini adalah analisis proksimat yang meliputi kadar air, abu, protein dan lemak.
Dianty Ayu Oetari	Pengaruh Perbandingan Tepung Terigu, Tepung Kedelai, dengan Tepung Sagu dan Penambahan Udang Rebon Terhadap Mutu Stik Udang Rebon (Oetari, 2020)	Merupakan penelitian eksperimental dengan penambahan bahan yang sama yaitu udang rebon dan melakukan uji hedonik (kesukaan).	Produk yang dihasilkan yaitu stik dengan parameter analisa yang dilakukan yaitu kadar air, kadar air, kadar abu, kadar protein, kadar lemak, kadar karbohidrat, dan kadar serat
Afiatul Rahmi Fatty	Pengaruh Penambahan Udang Rebon Terhadap Kandungan Gizi Dan Hasil Uji Hedonik Pada Bola-Bola Tempe (Afiatul, 2012)	Merupakan penelitian eksperimen dengan penambahan bahan campuran yang sama yaitu udang rebon serta melakukan analisis kandungan zat besi dan uji hedonik	Bahan baku dan produk yang dihasilkan yaitu bola-bola tempe