

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia masih menjadi salah satu masalah gizi utama yang masih sering ditemukan di Indonesia. Anemia merupakan suatu keadaan ketika jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin dalam darah berkurang. Prevalensi anemia penduduk Indonesia umur ≥ 1 tahun mencapai 21,7%. Proporsi anemia berdasarkan kelompok umur, sebesar 18,4% pada umur 15-24 tahun, 16,9% umur 25-34 tahun, 18,3% umur 35-44 tahun. Berdasarkan proporsi kelompok jenis kelamin, laki-laki sebesar 18,4% dan perempuan sebesar 23,9%¹. Risiko anemia lebih besar terjadi pada wanita usia subur karena kondisi alamiah seperti menstruasi setiap bulannya².

Salah satu upaya untuk mencegah anemia dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Makanan yang mengandung zat besi salah satunya terdapat dalam bit merah. Bit merah bisa langsung dikonsumsi mentah sebagai lalapan atau jus. Namun dapat juga digunakan sebagai bahan tambahan pada masakan³.

Bit merah termasuk makanan kaya zat besi dalam kategori sedang yaitu 1-2 miligram⁴. Zat besi diperlukan tubuh untuk membentuk sel darah merah⁵. Kandungan zat besi pada bit merah berpotensi membantu dalam membentuk sel darah merah untuk mencegah terjadinya anemia.

Bit (*Beta vulgaris* L.) merupakan sayuran yang banyak ditanam di beberapa daerah dataran tinggi di Indonesia. Bit ditanam di Pulau Jawa, terutama di daerah Cipanas, Lembang, Pengalengan, dan Batu. Bit termasuk sayuran dalam famili Chenopodiaceae. Saat ini terdapat dua varietas bit yaitu bit merah (*B. vulgaris* L. var. *rubra* L.) dan bit putih (*B. vulgaris* L. var. *cicla* L.)⁶. Varietas bit merah ini merupakan jenis bit yang sering ditanam di Indonesia dibanding dengan varietas bit putih.

Bit merah memiliki ciri-ciri morfologis yaitu umumnya berwarna merah atau ungu, memiliki bentuk bulat atau menyerupai gasing, memiliki batang yang sangat pendek, akarnya tunggang yang nantinya akan tumbuh menjadi umbi, daunnya tumbuh terkumpul pada leher akar tunggal atau pangkal umbi, dan memiliki rasa sedikit manis⁶. Bit mengandung nilai gizi protein 1,6 gram, lemak 0,1 gram, karbohidrat 9,6 gram, dan zat besi 1 miligram dalam 100 gram⁷.

Pada penelitian dalam pembuatan biskuit dengan penambahan tepung dan parutan bit merah dapat meningkatkan kandungan zat besi dibandingkan dengan biskuit tanpa penambahan bit merah⁸. Oleh karena itu bit merah berpotensi dikembangkan menjadi produk camilan lainnya seperti sus kering.

Sus atau disebut juga dengan *choux pastry* merupakan adonan *pastry* yang diproses melalui perebusan adonan. Adonan *pastry* yang dihasilkan berupa adonan lembut dan mengembang. *Pastry* ini menghasilkan rongga pada adonan saat dilakukan pemanggangan⁹.

Hasil uji coba pendahuluan sudah dilakukan dengan penambahan bit merah dalam bentuk pure pada pembuatan sus kering sebanyak 50% dari 100 gram tepung terigu. Hasil dari percobaan tersebut menghasilkan warna merah kecoklatan, aroma khas bit merah, rasa asin dan tekstur yang renyah sedikit keras.

Penelitian ini dilakukan dengan mengembangkan sus kering dari tepung terigu dengan variasi penambahan bit merah dalam bentuk pure sebesar 30%, 40%, dan 50%. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi camilan alternatif untuk meningkatkan nilai gizi pada sus kering terutama kandungan zat besinya dan dapat diterima oleh masyarakat dengan memperhatikan sifat fisik, organoleptik, kadar proksimat dan kadar zat besi.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada pengaruh penambahan pure bit merah terhadap sifat fisik pada sus kering?
2. Apakah ada pengaruh penambahan pure bit merah terhadap sifat organoleptik pada sus kering?
3. Apakah ada pengaruh penambahan pure bit merah terhadap kadar proksimat pada sus kering?
4. Apakah ada pengaruh penambahan pure bit merah terhadap kadar zat besi pada sus kering?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang diharapkan dan diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Tujuan Umum

Menghasilkan produk camilan alternatif sus kering dengan penambahan bit merah untuk meningkatkan nilai gizi terutama kandungan dalam zat besi

2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui pengaruh variasi penambahan pure bit merah terhadap sifat fisik meliputi warna, aroma, tekstur, dan rasa pada sus kering
2. Mengetahui pengaruh variasi penambahan pure bit merah terhadap sifat organoleptik pada sus kering
3. Mengetahui pengaruh variasi penambahan pure bit merah terhadap kadar proksimat pada sus kering
4. Mengetahui pengaruh variasi penambahan pure bit merah terhadap kadar zat besi pada sus kering

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian dengan judul “Penambahan Bit Merah (*Beta vulgaris* L.) dalam Pembuatan Sus Kering Ditinjau dari Sifat Fisik, Organoleptik, Kadar Proksimat dan Kadar Zat Besi” ini termasuk penelitian dalam bidang teknologi pangan dan gizi terapan (modifikasi resep).

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam membuat inovasi produk makanan dari bit merah

b. Bagi Institusi terkait

Sebagai bahan referensi untuk dijadikan informasi tentang inovasi produk olahan bit merah sehingga meningkatkan kualitas makanan

2. Manfaat praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang alternatif camilan sus kering dengan penambahan bit merah untuk meningkatkan nilai gizi terutama kandungan zat besi

b. Bagi Pemerintah

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan kepada pemerintah tentang pemanfaatan bit merah sebagai upaya dalam penganekaragaman pangan karena mudah dibudidayakan di Indonesia

F. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang “Penambahan Bit Merah (*Beta vulgaris* L.) dalam Pembuatan Sus Kering Ditinjau dari Sifat Fisik, Organoleptik, Kadar Proksimat dan Kadar Zat Besi” belum pernah dilakukan. Beberapa penelitian sebelumnya memiliki kemiripan diantaranya terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Winda Melisa Br. Ginting, Evawany, dan Jumirah ⁸	Pengaruh Penambahan Tepung dan Hasil Parutan Bit Merah dalam Pembuatan Biskuit Terhadap Kandungan Gizi, 2013	Bahan yang digunakan sama yaitu bit merah	Penelitian ini menggunakan penambahan pure bit merah dalam pembuatan sus kering
2.	Amalia Marom, Pudji Astuti, Meddiati Fajri Putri ¹⁰	Pengaruh Penggunaan Tepung Kulit Ari Biji Kedelai Sebagai Bahan Substitusi Terhadap Kualitiitas <i>Choux Pastry</i> Kering, 2014	Produk yang dihasilkan sama yaitu sus kering	Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pure bit merah
3.	Noor Layla ¹¹	Pemanfaatan Tepung Kedelai Sebagai Bahan Substitusi Sus Kering Tepung Mocaf Dengan Variasi Penambahan Jahe, 2015	Produk yang dihasilkan sama yaitu sus kering	Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pure bit merah
4.	Mila Lestari Widyanin grum ¹²	Pengaruh Penambahan <i>Puree</i> Bit (<i>Beta vulgaris</i>) terhadap Sifat Organoleptik Kerupuk, 2014	Bahan yang digunakan sama yaitu menggunakan penambahan pure bit merah	Penelitian ini menghasilkan produk sus kering