

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi merupakan salah satu masalah yang ada di setiap negara, baik negara miskin, negara berkembang, maupun negara maju. Masalah gizi yang terjadi di Indonesia salah satunya yaitu anemia. Anemia merupakan gejala kekurangan sel darah merah yang disebabkan karena kadar hemoglobin yang rendah.

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 melaporkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,8%. Target WHO pada tahun 2025 terjadi penurunan anemia pada WUS yaitu 25%. Kelompok usia yang rawan menderita anemia atau mengalami penurunan hemoglobin yaitu remaja putri, hal ini karena remaja putri mengalami menstruasi yang artinya banyak zat besi yang hilang melalui darah setiap bulannya. Remaja putri merupakan calon ibu yang apabila kebutuhan zat besi tidak tercukupi maka akan dapat berdampak pada masa selanjutnya (Adriani dan Wirjatmadi, 2016).

Prevalensi anemia yang tinggi salah satunya bisa disebabkan karena kurangnya pasokan nutrisi makanan yang mengandung zat besi. (Suryani *et al.*, 2015). Studi menunjukkan dampak negatif dari kekurangan zat gizi besi berpengaruh terhadap optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan remaja. Sebagai calon ibu, remaja putri jika menderita anemia maka dapat

melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) sehingga mempunyai kualitas hidup yang tidak optimal (Yulianti *et al.*, 2016).

Mengatasi hal tersebut selain dengan suplementasi, anemia gizi besi dapat dicegah dengan memperbaiki dan menjaga kebiasaan makan yang baik dengan mengonsumsi sayur yang kaya zat besi dan juga mengonsumsi protein. Zat besi dan protein merupakan komponen penting dalam pembentukan sel darah merah. Perlu dikaji pangan lokal alternatif sumber zat besi dengan harga murah namun jarang dimanfaatkan salah satunya adalah daun kelor, dan sumber protein hewani dapat diperoleh dari ikan lele.

Kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu tanaman lokal yang telah dikenal sebagai tanaman multiguna, padat nutrisi, dan berkhasiat sebagai obat. Daun kelor merupakan bahan makanan yang mengandung zat gizi tinggi (Minantyo *et al.*, 2019). Zat gizi yang terkandung dalam daun kelor yaitu vitamin A, vitamin B, vitamin C, kalsium, kalium, zat besi dan protein dalam jumlah yang sangat tinggi dan mudah dicerna oleh tubuh manusia. Kandungan zat besi pada daun kelor yaitu sebesar 7 mg per 100 g (DKBM, 2005).

Selain zat besi, protein juga diperlukan guna mengatasi masalah anemia. Zat besi dan protein merupakan komponen penting dalam pembentukan sel darah merah. Protein didalam sel darah merah disebut hemoglobin yang berfungsi sebagai pengangkutan oksigen dan karbon dioksida (Almatsier, 2009). Sumber protein hewani dapat diperoleh dari ikan lele. Ikan lele merupakan salah satu jenis ikan air tawar yang cukup

populer di masyarakat, yang mempunyai tekstur daging yang lembut dan cita rasa yang enak. Kandungan pada 100 g daging ikan lele mengandung 18,2 g protein (Apriyani, 2017).

Berdasarkan uraian sebelumnya maka peneliti tertarik memanfaatkan daun kelor untuk pencampuran dalam pembuatan *dim sum* ikan lele yang dapat menjadi inovasi baru yaitu *dim sum* Orle. *Dim sum* adalah makanan kecil yang memiliki nilai gizi tinggi, biasanya isian *dim sum* berbahan dari daging ayam, ikan, ataupun udang. *Dim sum* dipilih karena *dim sum* merupakan salah satu makanan yang banyak ditemui di pasaran dan sangat populer di Indonesia. *Dim sum* diminati dan digemari oleh masyarakat Indonesia terutama remaja. Diharapkan dari produk *dim sum* Orle ini dapat meningkatkan kadar zat besi yang dapat memberikan kontribusi pemenuhan kebutuhan zat besi pada tubuh serta sebagai makanan yang praktis, sehat, bergizi, dan bernilai ekonomis serta dapat menambah variasi baru dalam pemanfaatan daun kelor sebagai makanan fungsional yang tepat dan layak untuk dikonsumsi masyarakat. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi, kebutuhan zat besi perempuan usia 13-49 tahun berkisar antara 15 hingga 18 mg per hari (AKG, 2019).

Peneliti telah melakukan uji pendahuluan dengan perbandingan daun kelor dan tepung sagu sebesar 40% : 60%, 50% : 50%, dan 60% : 40% dan menghasilkan rasa *dim sum* yang berwarna hijau pekat, aroma langu, rasa pahit dengan tekstur kurang kenyal, sehingga peneliti memilih

perbandingan dengan pencampuran daun kelor lebih sedikit untuk penelitian ini yaitu sebesar 20% : 80%, 25% : 75%, dan 30% :70%.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian mengenai pengaruh pencampuran daun kelor pada pembuatan *dim sum* ikan lele sebagai alternatif snack tinggi zat besi ditinjau dari sifat fisik, sifat organoleptik, dan kadar zat besi.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada perbedaan variasi pencampuran daun kelor (*Moringa oleifera*) pada pembuatan *dim sum* ikan lele terhadap sifat fisik, sifat organoleptik dan kadar zat besi *dim sum* Orle?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui variasi pencampuran daun kelor pada pembuatan *dim sum* ikan lele ditinjau dari sifat fisik, sifat organoleptik, dan kadar zat besi.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya sifat fisik *dim sum* ikan lele dengan pencampuran daun kelor.
- b. Diketuainya sifat organoleptik *dim sum* ikan lele dengan pencampuran daun kelor.
- c. Diketuainya kadar zat besi *dim sum* ikan lele dengan pencampuran daun kelor.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah bidang gizi dengan cakupan bidang Ilmu Teknologi Pangan yang akan menghasilkan sebuah produk pangan.

E. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Menciptakan inovasi baru dalam pengembangan teknologi pangan dengan memanfaatkan daun kelor dalam pembuatan *dim sum* ikan lele.

2. Praktisi

a. Bagi Institusi

Bagi institusi adalah sebagai bahan informasi tentang bagaimana pengaruh variasi pencampuran daun kelor pada *dim sum* ikan lele ditinjau dari sifat fisik, sifat organoleptik, dan kadar zat besi.

b. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai alternatif penggunaan daun kelor dalam pembuatan *dim sum* ikan lele yang kaya zat besi.

c. Bagi Peneliti Lain

Manfaat penelitian ini bagi peneliti lain yaitu dapat menjadi rujukan, sumber informasi dan bahan referensi penelitian selanjutnya agar bisa dikembangkan.

F. Keaslian Penelitian

Berdasarkan referensi penelitian yang ada, penelitian ini belum pernah diteliti namun ada penelitian yang serupa yaitu :

1. Ni Putu Ardhanawati (2019) “Daya Terima Dan Kandungan Gizi *Dim Sum* yang disubstitusi Ikan Patin (*Pangasius Sp.*) dan Pure Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Snack Balita”. Perbedaan dengan penelitian ini adalah bahan baku yang digunakan yaitu pure daun kelor dan ikan patin, sedangkan dalam penelitian ini yang digunakan tepung daun kelor dan ikan lele.
2. Devillya Puspita Dewi (2018) “Substitusi Tepung Daun Kelor (*Moringa oleifera L.*) pada *Cookies* Terhadap Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, Kadar Proksimat, dan Kadar Fe”. Perbedaan dengan penelitian ini adalah produk yang dihasilkan yaitu *cookies*, uji yang dilakukan yaitu uji kadar proksimat sedangkan dalam penelitian ini produk yang dihasilkan yaitu *dim sum*, dan uji yang akan dilakukan yaitu uji sifat fisik, uji sifat organoleptik, dan uji kadar zat besi.
3. Rahma Miftahul Jannah, Sulistiatutik, I Komang Suwita (2018) “Substitusi Ikan Lele (*Clarias Sp.*) dan Daun Kelor (*Moringa oleifera*) pada Sioma Ikan Tenggiri sebagai Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Balita Gizi Kurang”. Perbedaan dengan penelitian ini adalah produk yang dihasilkan yaitu siomay, uji yang dilakukan yaitu mutu kimia dan mutu organoleptik. Sedangkan dalam penelitian ini produk

yang dihasilkan yaitu *dim sum*, dan uji yang akan dilakukan yaitu uji sifat fisik, uji sifat organoleptik, dan uji kadar zat besi.

4. Faidatun Nisak Aprilianti (2016) “Pengaruh Penambahan Tepung Daun Kelor Terhadap Kadar Protein, Kadar Air, Kadar Betakaroten, dan Daya Terima pada Bakso Ikan Lele”. Perbedaan dengan penelitian ini adalah produk yang dihasilkan yaitu bakso, uji yang dilakukan yaitu kadar protein, kadar air, kadar betakaroten, dan daya terima. Sedangkan dalam penelitian ini produk yang dihasilkan yaitu *dim sum*, dan uji yang akan dilakukan yaitu uji sifat fisik, uji sifat organoleptik, dan uji kadar zat besi.