

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia merupakan penyakit yang timbul akibat kurangnya zat besi untuk membentuk sel darah merah (Hasyim, Mutalazimah dan Muwakhidah, 2018). Data WHO 2019 menunjukkan prevalensi wanita usia 15-49 tahun terkena anemia sebanyak 28,9% (WHO, 2021). Anemia masih banyak terjadi di Indonesia. Dari data RISKESDAS tahun 2013 prevalensi anemia pada wanita usia subur 15-44 tahun sebesar 35,3%. (Kemenkes RI, 2014). Sekitar 50% kasus anemia di Indonesia ini terjadi karena kekurangan zat besi (Kadita *et al.*, 2016). Penanganan anemia gizi besi ini dapat dibantu dengan pemberian tablet tambah darah atau pemberian makanan yang mengandung tinggi zat besi (Almatsier, 2002).

Zat Besi merupakan zat gizi mikro yang dibutuhkan oleh tubuh. Hampir sebagian dari masyarakat Indonesia (45.7%) mengkonsumsi energi kurang dari 70% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan. Hal ini berarti asupan zat besi masyarakat Indonesia kurang dari 70% AKG. Kekurangan zat besi ini dapat menyebabkan anemia.

Sayuran merupakan sumber serat yang baik untuk kesehatan manusia, akan tetapi selain serat terdapat beberapa sayuran yang mengandung tinggi zat besi. Salah satu sayuran yang mengandung tinggi zat besi adalah bayam merah. Masyarakat masih banyak yang belum mengenal bayam merah. Masyarakat lebih familiar dengan bayam hijau untuk dikonsumsi. Menurut

TKPI 2017 dalam 100g bayam merah mengandung 7mg zat besi. Dengan kandungan tersebut, bayam merah lebih unggul dibandingkan sayuran lainnya. Bayam merah dapat dimanfaatkan sebagai metode alternative untuk mencegah dan mengatasi anemia defisiensi zat besi. Menurut penelitian (Rumimper, Posangi dan Wuisan, 2014) dalam jurnal “Uji Efek Perasan Daun Bayam Merah (*Amaranthus tricolor*) terhadap kadar hemoglobin pada tikus wistar (*Rattus norvegicus*)” menunjukkan hasil semakin tinggi dosis perasan daun bayam merah yang diberikan maka semakin tinggi kadar hemoglobin dalam darah. Hal ini berarti kandungan zat besi yang ada dalam bayam merah dapat meningkatkan zat besi dalam tubuh.

Salah satu makanan yang sedang digemari dimasyarakat pada tahun 2020 adalah *Churros*. *Churros* merupakan makanan ringan berbahan dasar *pastry dough* goreng. Makanan tradisional khas orang Spanyol dan Amerika Latin, akan tetapi makanan ini sudah diadaptasi ke berbagai negara termasuk Indonesia. *Churros* sudah masuk ke Indonesia sejak 2010. Pada tahun 2014 menjadi makanan yang populer dan digemari karena cara membuatnya yang mudah dan bahannya juga yang mudah untuk didapatkan. Menurut (Jayalaksana, tanpa tanggal), dalam 100g *Churros* mengandung 250 kalori.

Hasil penelitian (Rahayu, 2015) menunjukkan perbandingan konsentrasi tepung terigu dengan tepung pisang yang memiliki kualitas terbaik dalam pembuatan *churros* pisang adalah 60:40 yaitu 60g tepung terigu dan 40 g tepung pisang. Dari segi rasa dan aroma produk *churros* pisang tidak jauh berbeda. Pada penelitian (Lasima, 2018) variasi konsentrasi

bubur buah black mulberry sebanyak 10%, 15%, dan 20% berpengaruh terhadap kadar vitamin C, kadar serat, namun tidak berpengaruh terhadap respon organoleptik dan volume pengembangan. penggunaan tepung ubi jalar putih dan variasi konsentrasi bubur buah black mulberry sebanyak 15% memberikan karakteristik *churros* paling baik terhadap respon organoleptik.

Uji pendahuluan dilakukan sebanyak dua kali, uji pendahuluan pertama dengan membuat variasi campuran tepung bayam sebanyak 10%, 20%, 30%, dan 40%. Hasilnya pada penambahan variasi 20%, tekstur luarnya masih renyah akan tetapi tekstur dalam sedikit lembek atau kurang mengembang, sedangkan pada variasi 40% warna *churros* jauh lebih gelap. Pada uji pendahuluan ke dua, dengan variasi pencampuran tepung bayam sebanyak 5%, 10%, dan 15% hasilnya untuk warna, aroma, dan tekstur, tidak jauh berbeda, akan tetapi untuk rasa pada variasi 15% lebih terasa bayam merah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti akan mengembangkan inovasi dengan variasi pencampuran tepung daun bayam merah yang mengandung tinggi zat besi pada pembuatan *churros* sebagai alternatif snack tinggi zat besi, ditinjau dari sifat fisik, sifat organoleptik, dan kadar zat besi dengan 4 variasi perlakuan, 1 kontrol dan 3 perlakuan 5%, 10%, dan 15%. Sehingga dapat menghasilkan produk yang enak dan mengandung tinggi zat besi.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana sifat fisik *churros* dengan variasi pencampuran tepung daun bayam merah ?
2. Bagaimana sifat organoleptik *churros* dengan variasi pencampuran tepung daun bayam merah?
3. Bagaimana kandungan zat besi *churros* variasi pencampuran tepung daun bayam merah?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk menghasilkan produk makanan tinggi zat besi dengan variasi pencampuran tepung bayam merah terhadap sifat fisik, sifat organoleptik, dan kadar zat besi pada *Churros*.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya sifat fisik *Churros* dengan variasi pencampuran tepung daun bayam merah.
- b. Diketuainya sifat organoleptik *Churros* dengan variasi pencampuran tepung daun bayam merah.
- c. Diketuainya kadar zat besi *Churros* dengan variasi pencampuran tepung daun bayam merah.

#### **D. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini adalah Ilmu dan Teknologi Pangan yaitu untuk mengetahui perbedaan variasi pencampuran tepung bayam merah dengan uji sifat fisik, sifat organoleptik dan kadar zat besi pada *Churros*.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah :

##### 1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan informasi bagi mahasiswa dalam membuat inovasi makanan dari tepung bayam merah yang tinggi zat besi. Penelitian bisa digunakan sebagai referensi dan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman langsung peneliti dalam membuat inovasi tentang variasi pencampuran bayam merah pada *Churros*.

###### b. Bagi Institusi

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan pembelajaran dalam bidang Ilmu dan Teknologi Pangan berupa data tentang pengembangan produk dari tepung bayam.

###### c. Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai pemanfaatan bayam merah dalam pembuatan makanan yang tinggi zat besi.

#### **F. Keaslian Penelitian**

Penelitian mengenai variasi pencampuran tepung bayam merah pada *Churros* ini belum pernah dilakukan oleh peneliti lain, akan tetapi terdapat beberapa penelitian serupa antara lain :

1. (Rahayu, 2015) “Inovasi Churros Dengan Penambahan Buah Pisang dan Analisis Uji Daya Terima konsumen”. Perbedaan dengan penelitian ini adalah bahan tambahan yang digunakan berbeda. penelitian Riski menggunakan buah pisang sebagai campuran dan menggunakan uji daya terima, sedangkan penelitian ini menggunakan bahan campuran bayam merah, dan ditinjau dari sifat fisik, sifat organoleptik, dan kadar zat besi.
2. (Rochmah *et al.*, 2019) “Karakteristik Sifat Kimia dan Organoleptik *Churros* Tersubstitusi Tepung Beras dengan Tepung Ubi” Perbedaan penelitian ini adalah bahan yang digunakan berbeda, pada penelitian Rochmah menggunakan substitusi tepung beras dan tepung ubi, sedangkan penelitian ini menggunakan campuran terigu dan tepung bayam merah. Pada penelitian Rochmah *churros* yang dihasilkan diuji secara organoleptik, sedangkan penelitian ini *churros* yang dihasilkan diuji secara fisik, organoleptik, dan kadar zat besi.
3. (Lasima, 2018) “Variasi Konsentrasi Bubur Buah Black Mulberry (*Morus nigra L.*) Dalam Produk *Churros* Berbasis Tepung Umbi-

Umbian”. Perbedaan penelitian ini adalah bahan yang digunakan, pada penelitian Lasima bahan yang digunakan adalah bubur buah black mulberry dan tepung umbi-umbian, sedangkan penelitian ini menggunakan bahan dari tepung terigu dan tepung bayam. Persamaan dengan penelitian ini adalah produk yang dihasilkan berupa *churros* dan variasi yang digunakan sebesar 5%, 10%, dan 15%.