

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anemia merupakan keadaan pada saat terjadi penurunan jumlah masa eritrosit yang ditunjukkan oleh menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit, dan eritrosit (Nasruddin *et al.*, 2021). Remaja putri berisiko lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra karena mengalami menstruasi setiap bulannya sehingga banyak kehilangan zat besi (AIPGI, 2016). Remaja putri dikatakan mengalami anemia jika memiliki hemoglobin < 12 gr/dL (WHO, 2011).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) 2013 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja usia 15 – 24 tahun di Indonesia sebesar 18,40%. Angka tersebut mengalami peningkatan pada tahun 2018. Hasil Riskedas 2018 menyatakan bahwa 32% remaja di Indonesia usia 15 – 24 tahun mengalami anemia. Tiga sampai empat dari sepuluh remaja putri di Indonesia mengalami anemia (Maudisha, 2022).

Remaja putri yang mengalami anemia berkontribusi negatif terhadap kesehatan ketika dewasa bahkan pada masa kehamilan (Silalahi *et al.*, 2016). Kondisi anemia pada remaja akan berisiko melahirkan dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Dampak jangka panjang anemia yaitu bayi berisiko mengalami *stunting* karena zat besi merupakan salah satu elemen kunci dalam optimalisasi masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang termasuk salah satu upaya pencegahan *stunting* (Pramesti *et al.*, 2022).

Tingginya anemia pada remaja dapat disebabkan karena kurangnya konsumsi makanan sehari-hari, terutama yang mengandung zat besi (Nasruddin *et.al.*, 2021). Kebutuhan asupan zat besi sehari remaja putri usia 13 – 18 tahun menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019 yaitu 15 mg. Penelitian Sari *et al.*, (2016) menyatakan remaja putri di perkotaan dengan konsumsi zat besi yang kurang berpeluang 33,5 kali lebih besar mengalami anemia. Semakin parah tingkat kekurangan asupan zat besi akan meningkatkan peluang terjadinya anemia (Ekayanti *et al.*, 2020).

Pemerintah telah melakukan penanganan atau pencegahan anemia pada remaja putri melalui program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD). Remaja putri dianjurkan mengonsumsi TTD satu kali dalam seminggu atau 52 tablet selama setahun (Kemenkes RI, 2020). Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 80,9% remaja putri telah mendapatkan TTD di sekolah dan 19,1% tidak mendapatkan TTD. Presentase remaja putri dalam mengonsumsi TTD < 52 butir sebesar 98,6% sedangkan remaja putri yang mengonsumsi TTD > 52 butir sebanyak 1,4% (Kemenkes RI, 2018).

Pemberian TTD menimbulkan efek samping seperti mual, muntah, nyeri ulu hati, dan tinja berwarna hitam (Kemenkes RI, 2020). Efek samping tersebut mempengaruhi tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Penelitian Widiastuti dan Rusmini (2019) menyatakan, bahwa siswi di perkotaan hanya menghabiskan TTD kurang dari 50% karena mengalami kendala antara lain rasa mual, tidak suka dengan bau ataupun rasanya, dan adanya rasa malas serta bosan.

Adanya efek samping yang ditimbulkan setelah mengonsumsi TTD mempengaruhi tingkat kepatuhan remaja putri sehingga selain mengonsumsi TTD, diperlukan alternatif lain untuk mencukupi kebutuhan zat besi melalui makanan yang banyak digemari oleh masyarakat. *Cookies* merupakan makanan ringan yang dapat dijadikan sebagai camilan dan banyak digemari oleh kalangan masyarakat (Oktaviana dan Hersoelistyorini, 2017). Data statistik konsumsi pangan tahun 2020 menunjukkan, terjadi peningkatan konsumsi *cookies* pada tahun 2016 yaitu dari 19,449 ons menjadi 22,834 ons pada tahun 2020 dengan rata-rata pertumbuhan sebesar 4,250% pada tahun 2016 – 2020 (Kementerian Pertanian Republik Indonesia, 2020).

Bahan utama pembuatan *cookies*, yaitu tepung terigu yang mengandung banyak zat pati, seperti karbohidrat. Menurut Okpala dan Okoli (2011) diperlukan bahan pangan lain yang tersedia dan murah untuk mereduksi penggunaan tepung terigu karena tepung terigu kurang ekonomis di wilayah tertentu. Selain itu, untuk membantu mengatasi anemia, diperlukan bahan pangan lain untuk mengganti tepung terigu agar kandungan gizinya terutama zat besi meningkat. Contoh pemanfaatan bahan pangan lokal tinggi zat besi (Fe) diantaranya ikan teri dan oncom.

Pemanfaatan ikan teri sebagai pangan lokal masih terbatas pada usaha pengasinan serta umumnya dikonsumsi secara langsung (Ramadhan, *et al*, 2019). Menurut Tabel Komposisi Pangan Indonesia 2017, ikan teri tawar kering memiliki kandungan protein sebesar 66,70 g/100 g dan zat besi

sebesar 23,4 mg/100 g. Kandungan protein serta zat besi yang tinggi pada ikan teri dapat mencegah anemia dan memperlancar kerja sel darah merah untuk mengalirkan oksigen dan sari-sari makanan ke seluruh tubuh (Thalib *et al.*, 2021).

Oncom merupakan produk fermentasi bungkil kacang tanah dengan sedikit campuran ampas tahu yang sangat terkenal di daerah Jawa Barat (Wikanta, 2017). Oncom memiliki kandungan karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang cukup tinggi (Wikanta, 2017). Menurut Tabel Komposisi Pangan Indonesia 2017, zat besi yang terdapat pada oncom hitam yaitu 27 mg/100 gram. Keunggulan oncom yaitu dapat mencegah perut kembung karena tidak menyebabkan terbentuknya gas akibat dari proses fermentasi oncom (Mulyani dan Wisma, 2016). Namun, oncom memiliki kandungan alfatoksin yang dapat berasal dari bahan baku atau proses pembuatannya sehingga perlu diperhatikan kualitas oncom ketika akan mengonsumsinya.

Pemanfaatan bahan pangan lokal seperti ikan teri dan oncom yang dibuat menjadi tepung dapat membantu mengurangi penggunaan atau konsumsi tepung terigu dalam pembuatan *cookies*. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait daya terima dan kandungan zat besi pada pembuatan produk *cookies* substitusi tepung ikan teri dan oncom sebagai makanan selingan untuk remaja putri.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat perbedaan daya terima remaja putri terhadap *cookies* yang disubstitusi oleh tepung ikan teri dan oncom?
2. Apakah terdapat perbedaan kandungan zat besi pada *cookies* yang disubstitusi oleh tepung ikan teri dan oncom?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisis perbedaan daya terima remaja putri terhadap *cookies* yang disubstitusi oleh tepung ikan teri dan oncom
2. Menganalisis perbedaan kandungan zat besi pada *cookies* yang disubstitusi oleh tepung ikan teri dan oncom

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Masalah yang diteliti adalah daya terima dan kandungan zat besi pada *cookies* dengan substitusi tepung ikan teri dan oncom sebagai makanan selingan bagi remaja putri.

2. Lingkup Metode

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* dengan desain Rancangan Acak Lengkap (RAL).

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian ini termasuk ke dalam ilmu gizi, khususnya bidang gizi pangan.

4. Lingkup Tempat

Penelitian dilaksanakan di Laboratorium Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan. Pengujian organoleptik dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi serta pengujian kandungan zat besi pada formulasi *cookies* dilakukan di Laboratorium SIG (Saraswati Indo Genetech).

5. Lingkup Sasaran

Sasaran dalam penelitian ini adalah mahasiswa gizi Universitas Siliwangi sebagai panelis dalam pengujian organoleptik.

6. Lingkup Waktu

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2023 – Juli 2023.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah keterampilan dan pengalaman peneliti dalam mengaplikasikan mata kuliah yang diampu sehingga dapat membuat produk pangan yang bermanfaat bagi remaja putri.

2. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi terkait pemanfaatan ikan teri dan oncom yang dapat dijadikan tepung untuk diolah menjadi produk pangan seperti *cookies* sebagai makanan selingan bagi remaja putri.

3. Bagi Prodi Gizi

Memberikan tambahan referensi dan kepustakaan terkait formulasi pembuatan *cookies* dengan substitusi tepung ikan teri dan oncom serta dapat dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya.

4. Bagi Keilmuan

Menambah referensi ilmu terkait formulasi pembuatan *cookies* dengan substitusi tepung ikan teri dan oncom.