

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi yang umum terjadi di dunia, terutama di negara berkembang. Di Indonesia, anemia merupakan salah satu dari empat masalah gizi utama disamping kekurangan energi protein, defisiensi vitamin A dan gondok endemik. Anemia merupakan suatu kondisi dimana kadar hemoglobin kurang dari yang diharapkan sesuai dengan usia dan jenis kelamin, dimana kadar hemoglobin saat kita lahir tinggi (20 gram/dl), tetapi menurun pada kehidupan tiga bulan pertama (10 gram/dl) sebelum meningkat kembali menjadi nilai dewasa normal (12 gram/dl) pada wanita dan > 13 gram/dl pada pria (Aulia, 2017).

Kurang lebih terdapat 370 juta wanita di berbagai negara berkembang menderita anemia defisiensi zat besi dengan 41% diantaranya wanita tidak hamil. World Health Organization (WHO) mempublikasi bahwa prevalensi anemia defisiensi besi sebesar 35-75% di negara-negara berkembang, dari data ini di dapat bahwa mayoritas anemia defisiensi besi terjadi pada anak-anak dan Wanita Usia Subur (WUS). Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang masih dalam usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15-49 tahun, dengan status belum menikah, menikah atau janda, yang berpotensi untuk mempunyai keturunan (Novitasary dkk, 2013). Wanita usia subur mengalami menstruasi yang datang setiap bulan, tetapi banyak wanita yang mengalami ketidaknyamanan fisik atau merasa tersiksa saat menjelang atau selama menstruasi berlangsung.

WUS sebagai salah satu kelompok yang rawan mengalami anemia serta defisiensi zat gizi lain, adanya masalah kesehatan dan status gizi pada WUS akan mengurangi kesejahteraan individu, menyebabkan kelelahan, mengganggu kondisi fisik dan produktivitas kerja. Dampak anemia pada WUS akan terbawa hingga dia hamil, apabila ibu hamil dengan anemia akan berdampak pada kesehatan ibu dan janin seperti berisiko kelahiran prematur, kelahiran berat bayi lahir rendah, ibu

menjadi rentan terkena infeksi, terhambatnya tumbuh kembang janin dalam rahim, hyperemesis gravidarum, perdarahan antepartum, dan terjadinya ketuban pecah dini (Sukmawati, 2019).

WHO mempublikasi prevalensi anemia pada wanita usia produktif tertinggi pada tahun 2018 berada pada wilayah Asia Tenggara yaitu sebesar 46,3%. Prevalensi anemia menurut WHO 2021 pada umur 15-49 tahun di Indonesia sendiri mengalami peningkatan dalam tiga tahun terakhir, pada tahun 2017 sebesar 29,6%, tahun 2018 meningkat menjadi 30,4%, dan tahun 2019 meningkat menjadi 31,2%. Prevalensi anemia pada tahun 2018 lebih tinggi jika dibandingkan dengan data sebelumnya, yakni pada tahun 2013 sebesar 37,1%, dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 48,9% (Risikesdas, 2018).

Menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019 kebutuhan asupan zat besi untuk wanita usia subur (WUS) berumur 19 -49 tahun adalah 18 mg/perhari. Sedangkan menurut penelitian Fitriani (2015) rata-rata asupan zat besi pada WUS hanya 6,19 mg/perhari. Salah satu penyebab anemia karena asupan zat besi yang tidak tercukupi apabila makanan yang dikonsumsi tidak mengandung zat besi dalam jumlah cukup, maka kebutuhan terhadap zat besi tidak terpenuhi serta kurangnya mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan dan lauk pauk akan meningkatkan resiko anemia zat besi. Menurut Mazrial (2017) ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah anemia antara lain meningkatkan konsumsi zat besi misalnya mengkonsumsi makanan yang bersumber dari hewani dalam jumlah cukup, mengkonsumsi suplemen zat besi contohnya di Indonesia suplemen zat besi yang masih umum diberikan adalah ferrous sulfat, fortifikasi makanan dengan zat besi contohnya salah satu kriteria pangan yang difortifikasi adalah bahan pangan yang banyak dikonsumsi serta mudah diakses oleh masyarakat seperti tepung gandum untuk pembuatan roti.

Terdapat berbagai macam bahan makanan yang tinggi akan kandungan zat besi didalamnya, sumber bahan makanan yang mengandung zat besi tinggi berasal dari hewani dan nabati, serta sayuran yang berwarna hijau juga memiliki tingkat zat besi yang cukup tinggi (Lestari & Helmyati, 2018). Salah satu bahan pangan lokal

nabati yang memiliki kandungan zat besi tinggi adalah daun kelor. Konsumsi daun kelor merupakan salah satu alternatif untuk menanggulangi kasus kekurangan gizi di Indonesia. Kelor juga merupakan tanaman yang sering kali ditemui di banyak daerah bahkan kita dapat membudidayakan tanaman kelor sendiri di rumah. Penelitian Sari (2017) menyatakan zat besi dalam 100 gram daun kelor yaitu 7 mg, namun apabila ditepungkan akan menjadi 28,2 mg. Penelitian Dachana, dkk menyatakan bahwa semakin tinggi pemberian daun kelor memiliki manfaat yang cukup banyak kandungan nutrisi seperti vitamin A, vitamin B kompleks, vitamin C, kalsium, zat besi, potassium, protein. Beberapa jenis penyakit yang dapat disembukan dengan memanfaatkan daun kelor, diantaranya cacangan, bronchitis, gangguan hati, kanker prostat dan kulit, anemia, diabetes, gangguan saraf, kolik di saluran pencernaan, rematik, demam, dan lain-lain (Andareto, 2015). Tingginya kandungan zat besi (Fe) pada daun kelor kering ataupun dalam bentuk tepung daun kelor yaitu setara dengan 25 kali lebih tinggi daripada bayam dapat dijadikan alternatif penanggulangan anemia (Aminah, 2015).

Di Indonesia, kue kering seperti lidah kucing, nastar, putri salju dan lainnya digemari oleh berbagai kalangan masyarakat karena memiliki rasa yang manis dan renyah. Selain memiliki rasa yang digemari oleh hampir semua kalangan umur, lidah kucing juga menggunakan bahan mudah ditemukan, dan hanya membutuhkan empat bahan yaitu tepung terigu, telur, gula halus dan mentega (Hubner, 2020). Lidah kucing sendiri menggunakan teknik panggang atau pengovenan serta mempunyai sifat yang tahan lama (Rahma Wati, 2013). Menurut data USDA (2019) kandungan zat besi pada kue kering yaitu 0,60 mg. Konsumsi rata-rata kue kering sebanyak 19.499 kg/tahun pada tahun 2016 dan meningkat menjadi 22.834 kg/tahun pada tahun 2020 (Statistik Konsumsi Pangan, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis melakukan penelitian mengenai pembuatan kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun kelor sebagai makanan selingan bagi WUS untuk mencegah anemia. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan membantu dalam mengembangkan produk makanan fungsional yang dapat meningkatkan nilai gizi kue lidah kucing terutama zat besi. Selain itu kue

lidah kucing dari tepung daun kelor ini diharapkan mampu membantu menurunkan prevalensi anemia di Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

- a. Bagaimana kandungan zat besi terhadap kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun kelor sebagai makanan selingan bagi WUS untuk mencegah anemia
- b. Bagaimana pengaruh nilai organoleptik (warna, rasa, aroma, dan tekstur) yang terdapat pada kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun kelor sebagai makanan selingan bagi WUS untuk mencegah anemia
- c. Bagaimana perlakuan terbaik pada formulasi kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun kelor sebagai makanan selingan bagi WUS untuk mencegah anemia
- d. Bagaimana perbandingan komposisi gizi dari perlakuan terbaik terhadap tepung daun kelor dengan SNI-2973-2011 kue lidah kucing.
- e. Bagaimana takaran saji/porsi kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun kelor sebagai makanan selingan bagi WUS untuk mencegah anemia

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis formulasi kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun kelor sebagai makanan selingan bagi wanita usia subur (WUS) untuk mencegah anemia.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis kandungan zat besi terhadap kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun kelor sebagai makanan selingan bagi WUS untuk mencegah anemia
- b. Mengetahui pengaruh nilai organoleptik (warna, rasa, aroma, dan tekstur) yang terdapat pada kue lidah kucing dengan substitusi tepung

daun kelor sebagai makanan selingan bagi WUS untuk mencegah anemia

- c. Untuk mengetahui perlakuan terbaik pada pembuatan kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun sebagai makanan selingan kelor bagi WUS untuk mencegah anemia
- d. Untuk mengetahui perbandingan komposisi gizi dari perlakuan terbaik terhadap daun kelor dengan SNI-2973-2011 kue kering
- e. Untuk mengetahui takaran saji/porsi kue lidah kucing dengan substitusi tepung daun kelor sebagai makanan selingan bagi WUS untuk mencegah anemia

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang baru tentang pengembangan produk makanan fungsional yang memiliki kadar zat besi dan dapat digunakan sebagai salah satu makanan selingan untuk mencegah anemia.

1.4.2 Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat dalam mencegah anemia dengan mengkonsumsi makanan selingan yang bersumber zat besi.

1.4.3 Manfaat bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahanajar baru untuk dijadikan sebagai bahan acuan untum menciptakan keinginan mengembangkan formula lain pada produk olahan.