

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia mengalami masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Umumnya masalah gizi kurang disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kualitas lingkungan kurang baik, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier,2010). Anemia merupakan masalah gizi yang terdapat di seluruh dunia. Kelompok yang mengalami masalah anemia adalah wanita usia subur (WUS), ibu hamil, anak usia sekolah, dan remaja (Briawan, 2013).

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu permasalahan bangsa yang menyumbang angka mortalitas dan morbiditas ibu dan janin (Hidayati dan Andyarini, 2018). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi ibu hamil menderita anemia meningkat menjadi 48,9% jika dibandingkan pada tahun 2013 yaitu 37,1%. Pada tahun 2018, jumlah anemia pada ibu hamil paling banyak pada usia 15 – 24 tahun sebesar 84,6%, usia 25 – 34 tahun sebesar 33,7%, usia 35 – 44 tahun sebesar 33,6%, dan usia 45 - 54 tahun sebesar 24%.

Penyebab anemia yaitu adanya defisit asupan zat besi dan rendahnya asupan zat gizi lainnya. Zat gizi tersebut yaitu asam folat, vitamin B6, B12, vitamin A, vitamin C, tiamin, piridoksin, niasin, asam pantotenat, dan vitamin E. Anemia dijumpai pada individu yang memiliki konsumsi pangan hewani rendah, tidak sarpan, menderita

inflamasi, mengeluarkan darah haid berlebihan, dan penderita infeksi (Briawan, 2013)

Selama masa kehamilan, kebutuhan zat gizi besi pada ibu hamil berdasarkan angka kecukupan gizi yang dianjurkan rata – rata 37 mg. Sementara rata – rata makanan ibu per 100 kalori menghasilkan 8 – 10 mg zat besi, jika asupan makan 2500 kalori per hari maka akan menghasilkan 20 - 25 mg zat besi (Dinkes, 2016). Kebutuhan vitamin C pada ibu hamil meningkat 85 mg/hari (Grober, 2013).

Tambahan asupan zat besi pada ibu hamil sangat diperlukan untuk meningkatkan simpanan zat besi ibu. Dari simpanan zat besi tersebut, janin juga mendeposit zat besi yang digunakan untuk mencukupi kebutuhan saat bayi lahir sampai usia 46 bulan. Wanita yang melahirkan dengan operasi sesar akan mengalami banyak kehilangan darah yang lebih banyak sehingga menguras simpanan zat besi untuk proses peningkatan volume darah ibu dan untuk mencukupi kebutuhan plasenta dan janin. Sumber zat besi pada pangan yang utama adalah hati dan daging (Darawati, 2016).

Hati merupakan salah satu pangan hewani yang mengandung besi heme yang mudah dijumpai pada masyarakat dan memiliki bioavailabilitas yang tinggi dibandingkan dengan pangan sumber nabati (Zarianis,2006). Hati ayam mengandung zat besi yang cukup tinggi yaitu sebesar 15,8 mg/ 100 gram (TKPI, 2017). Selain itu, mineral yang berasal dari hati ayam lebih mudah diabsorpsi karena mengandung lebih sedikit bahan pengikat mineral (Santosa dkk, 2016).

Hati ayam adalah tempat penyimpanan besi sehingga mengandung zat besi dengan kadar tinggi yang dibutuhkan untuk mencegah anemia (Simbolon, dkk., 2012). Zat besi yang terkandung dalam hati ayam termasuk jenis heme iron. Bentuk heme lebih dapat diserap oleh tubuh daripada non heme yang terdapat pada sayur dan

buah (Palupi, 2008). Adanya asam askorbat (Vitamin C) dalam makanan dapat membantu proses penyerapan zat besi (Lean, 2013).

Bahan makanan sumber vitamin C yaitu brokoli, jeruk, mangga, jambu, papaya, cabai, bayam, nanas, kiwi, dan kembang kol. Vitamin C mereduksi besi feri menjadi fero dalam usus halus sehingga mudah diabsorpsi. Vitamin C menghambat pembentukan hemosiderin yang sukar dimobilisasi untuk membebaskan besi bila diperlukan (Almatsier, 2010). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan kembang kol sebagai alternatif sumber vitamin C.

Kembang kol (*Brassica oleracea*) merupakan salah satu sayuran dengan vitamin C yang tinggi, yaitu 69 mg per 100 gram kembang kol (Data Konsumsi Pangan Indonesia, 2017). Selain itu kembang kol memiliki senyawa bioaktif yang ditemukan dalam kembang kol dikenal untuk mengurangi peradangan. Peningkatan konsumsi vitamin C dibutuhkan dalam keadaan stress psikologik atau fisik, seperti pada luka, panas tinggi atau suhu lingkungan tinggi, dan pada ibu hamil (Grober, 2013).

Siomay selama perkembangannya sangat diminati oleh masyarakat Indonesia dan mudah ditemukan. Siomay biasanya ditemui di acara pesta ataupun tempat jajanan – jajanan. Di Indonesia terdapat berbagai jenis siomay berdasarkan daging untuk isi, mulai dari ikan tenggiri, ayam, dan udang. Bahan untuk isi dicampur dengan tepung sagu ataupun tapioka.

Siomay pada penelitian ini berbasiskan olahan hati ayam dan kembang kol akan menjadi produk pangan tinggi zat besi. Produk ini dapat menjadi salah satu produk alternatif dalam meningkatkan konsentrasi zat besi bagi ibu hamil yang mengalami defisiensi zat besi sehingga dapat mengurangi risiko anemia.

Berdasarkan latar belakang, peneliti akan membuat siomay hati ayam kembang kol. Siomay hati ayam kembang kol ini diperuntukan pada kehamilan trimester II. Pada kehamilan trimester II merupakan

masa kritis dimana kebutuhan zat gizi meningkat. Akan tetapi, walaupun siomay pada penelitian ini memiliki kandungan zat besi yang tinggi tetap harus diimbangi dengan tambahan tablet besi. Karena pada masa tersebut zat gizi tidak diandalkan dari asupan sehari saja (Hidayati dan Andyarini, 2018). Selain sebagai alternatif peningkat kadar zat besi, siomay hati ayam kembang kol diharapkan dapat menghasilkan produk siomay yang tidak kalah baik dengan siomay yang berbahan dasar bahan makanan lain.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi siomay dengan imimbangan hati ayam dan kembang kol?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi siomay dengan imimbangan hati ayam dan kembang kol.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mendapatkan formula yang tepat pada imimbangan hati ayam dan kembang kol yang sesuai untuk pembuatan siomay.
- b. Mengetahui sifat organoleptik siomay hati ayam kembang kol yang meliputi warna, aroma, rasa, dan tekstur.
- c. Mengetahui nilai gizi zat besi siomay hati ayam kembang kol.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah bidang ilmu dan teknologi pangan, yaitu tingkat kesukaan panelis terhadap sifat organoleptik siomay dari bahan hati ayam dan kembang kol.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Panelis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan ilmu Teknologi Pangan khususnya yang berkaitan dengan pembuatan Siomay

1.5.2 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi dan edukasi pada masyarakat mengenai siomay hati ayam kembang kol sebagai produk makanan selingan bagi anemia ibu hamil.

1.5.3 Manfaat Bagi Institusi Jurusan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi, wawasan, dan informasi di bidang gizi pangan, serta sebagai bahan rujukan mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Bandung dalam bahasan mengenai perkembangan produk siomay hati ayam kembang kol.

1.6 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian yang dihadapi peneliti dalam pembuatan produk ini adalah Hati ayam yang digunakan sebagai bahan dasar menggunakan hati ayam segar dari ayam sehat dan kualitas yang baik. Untuk mendapatkan hati ayam dengan kualitas yang baik, didapatkan dengan membeli langsung pada supplier yang terpercaya.