

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Permasalahan kesehatan remaja merupakan salah satu dari banyak permasalahan yang terjadi di Indonesia saat ini, diantaranya pola makan dan asupan gizi. Salah satu masalah yang dijumpai pada remaja Indonesia yaitu masalah gizi mikronutrien yang mana sebagian besar masalah tersebut disebabkan karena kekurangan zat besi (anemia defisiensi zat besi). Anemia pada remaja berakibat buruk akan penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas. Selain itu, anemia pada remaja putri mempunyai dampak yang lebih besar karena mereka merupakan calon ibu yang akan hamil (Yayasan Kesehatan Perempuan, 2021).

Remaja membutuhkan lebih banyak zat besi dan wanita membutuhkan lebih banyak lagi untuk menggantikan zat besi yang hilang melalui darah menstruasi (Mariana, dkk, 2013). Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia menunjukkan angka yang sangat tinggi. Berdasarkan data hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 prevalensi anemia pada remaja sebesar 22,7% (Riskesdas, 2013), mengalami peningkatan menjadi 32% di tahun 2018, dengan proporsi anemia pada kelompok umur 14-24 tahun (Riskesdas, 2018). Anemia pada remaja putri di Provinsi Jawa Barat masih merupakan masalah kesehatan masyarakat karena angka kejadian anemia pada remaja di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2018 mencapai 41,5% (Dinkes Jabar. 2018).

Melihat tingginya jumlah remaja perempuan penderita anemia, adapun upaya pencegahan yang dilakukan yaitu melalui mengonsumsi makanan tinggi zat besi, dan pemberian tablet tambah darah (TTD). Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah adalah upaya konseling dan intervensi gizi secara bertahap serta berkelanjutan dengan program rutin pemberian tablet tambah darah (TTD) yang didistribusikan pada wanita usia subur (WUS), termasuk remaja dan ibu hamil tersebut (Julaecha, 2020).

Selain melalui pemberian TTD, asupan makanan yang dikonsumsi juga dapat mencegah kejadian anemia, hal tersebut sesuai dengan penelitian Fitriani. K (2014) yang menyatakan adanya hubungan asupan makanan dengan kejadian anemia sehingga dibutuhkan pencegahan dengan memperhatikan asupan konsumsi. Salah satu upaya pencegahan anemia adalah dengan meningkatkan kualitas makanan selingan. Nutrisi yang diperoleh dari makanan selingan digunakan untuk melengkapi nutrisi yang diperoleh dari makanan pokok. Sehingga diperlukannya produk makanan selingan yang tidak hanya enak namun juga menyehatkan dan bergizi (Afiska dkk, 2021). Salah satu asupan konsumsi yang berpengaruh adalah makanan selingan, makanan selingan dapat menyumbang sekitar 10 – 15 % dari kebutuhan sehari – hari (Risksedas, 2013). Dan juga dengan meningkatkan konsumsi makanan yang mengandung tinggi zat besi diantaranya, daging, sereal, bayam, hati sapi, kacang merah, kacang hijau, dan kacang kedelai (Nur Hidayat dkk, 2021).

Asupan makanan selingan yang dapat menjadi alternatif pencegahan anemia pada remaja putri yaitu salah satunya dengan memanfaatkan kacang merah dan kacang kedelai dalam pembuatan produk olahan pangan. Kacang kedelai merupakan salah satu bahan pangan yang diyakini mampu mengatasi anemia

defisiensi besi. Kandungan zat besi pada kedelai menstimulasi produksi sel darah merah, sehingga dapat membantu mengatasi anemia (Lutfiah, dkk, 2021). Penyerapan zat besi yang didapatkan dari kedelai lebih baik diserap oleh tubuh dibandingkan makanan nabati lainnya. Beberapa negara seperti China mengonsumsi makanan berbahan dasar kedelai untuk mencegah anemia (Safira, dkk, 2022). Kandungan zat gizi pada 100 gram kacang kedelai yaitu protein 30,2 g, lemak 15,6 g dan zat besi 6,9 mg (TKPI, 2019).

Kacang merah memiliki beberapa kandungan untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah diantaranya karena memiliki kandungan zat besi. Kacang merah juga memiliki manfaat untuk mencegah anemia kekurangan zat besi (Jamil dkk, 2023). Dalam 100 gram kacang merah mengandung zat besi sebesar 10,3 mg/100g (TKPI, 2019). Kacang merah mempunyai banyak kegunaan, salah satunya tepung kacang merah memiliki keunggulan yaitu umur simpannya yang lama dan dapat di olah sebagai campuran makanan (Soeparyo, dkk, 2018).

Produk olahan pangan untuk penanganan anemia pada remaja putri, salah satunya adalah kue kering atau cookies. Salah satu produk cookies yang sedang populer dan diminati saat ini adalah macaron. Macaron adalah jenis cookies tradisional Perancis yang terbuat dari meringue (putih telur yang dikocok dengan gula) dan tepung almond (Wulandari, 2013). Macaron ini merupakan kue kering dengan tekstur renyah yang dapat disimpan pada suhu rendah 3 hingga 10 ° Celcius selama satu bulan. Macaron mudah dibuat karena bahannya relatif sedikit dibandingkan makanan panggang lainnya. Menurut data prediksi volume distribusi makanan ringan di Indonesia, makanan ringan atau makanan selingan dengan volume distribusi terbesar pada tahun 2021 yaitu terdapat pada kategori cookies dan crackers dengan persentase

sebesar 85% dan mengalami peningkatan 6,5% di tahun 2022 (Islandsun, 2022).

Pada penelitian (Safira, dkk, 2022) dengan produk cookies soygreen dan (Sulistyo, dkk, 2022) dengan produk pie vla, yang menganalisis sifat organoleptik dan kadar Fe pada produk olahan pangan yang mengandung tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai mendapatkan data formula yang paling disukai yaitu formula A dengan penilaian sangat suka terhadap overall 80%. Dan juga berdasarkan penelitian (Riansari 2018) yang membuat macaron dengan bahan tepung kacang hijau dan tepung merah menyebutkan bahwa semakin banyak penurunan jumlah tepung kacang hijau dan semakin banyak ditambahkan tepung berprotein tinggi seperti tepung kacang kedelai akan membuat nilai daya patah lebih rendah sehingga macaron menjadi renyah. Sedangkan pada penelitian ini ialah membahas tingkat kesukaan dan nilai gizi produk macaron dengan bahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai melalui desain penelitian yang digunakan yaitu eksperimental.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Gambaran Tingkat Kesukaan dan Nilai Gizi Macaron dengan Bahan Dasar Tepung Kacang Merah dan Tepung Kacang Kedelai Sebagai Alternatif Makanan Selingan Bagi Remaja Putri Untuk Pencegahan Anemia”**. Penelitian ini bertujuan untuk pengembangan produk mengenai manfaat tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai yang tinggi zat besi bagi kesehatan salah satunya pencegahan anemia, serta penulis ingin mengetahui tingkat kesukaan dan nilai gizi pada produk macaron dengan imbang yang dibuat.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran tingkat kesukaan dan nilai gizi macaron dengan bahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai sebagai alternative makanan selingan bagi remaja putri untuk pencegahan anemia?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran tingkat kesukaan dan nilai gizi macaron dengan bahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai bagi remaja untuk pencegahan anemia

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mendapatkan data formula bahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai yang tepat untuk menghasilkan macaron dengan mutu terbaik
- b. Mengetahui tingkat kesukaan macaron setiap formula bahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai yang meliputi warna, aroma, tekstur, rasa, dan overall
- c. Menganalisa nilai zat gizi yang meliputi energi, karbohidrat, protein, dan zat besi, yang terkandung pada macaron dengan formula tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai
- d. Mengetahui kisaran biaya pembuatan macaron dengan bahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai

## **1.4 Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian yang dilakukan merupakan bagian dari penelitian Ilmu Teknologi Pangan yaitu gambaran daya terima dengan memperhatikan sifat organoleptik menggunakan metode uji hedonik

dan nilai gizi macaron dengan formula tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai sebagai alternatif makanan selingan bagi remaja putri penderita anemia.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan dan keterampilan dalam bidang Ilmu teknologi pangan mengenai gambaran tingkat kesukaan menggunakan uji hedonik, dan mengenai inovasi makanan selingan dengan bahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai pada macaron sebagai alternatif makanan selingan bagi remaja putri penderita anemia.

### **1.5.1 Bagi Masyarakat**

Meningkatkan dan menambah pengetahuan baru mengenai pemanfaatan bahan pangan yang dijadikan makanan selingan, serta memperkenalkan macaron tinggi zat besi kepada sasaran dan masyarakat sehingga dapat digunakan sebagai salah satu cara penanggulangan anemia pada remaja putri.

### **1.5.1 Bagi Institusi Jurusan Gizi**

Menambah produk pengembangan dari teknologi pangan mengenai produk olahan berbahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai serta bermanfaat dalam menjadi referensi peneliti lain dan dapat digunakan sebagai bahan perbaikan di penelitian selanjutnya.

## **1.6 Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan yang dialami peneliti pada pembuatan produk ini adalah banyaknya varietas kacang merah dan kacang kedelai yang di jual di pasaran sehingga dapat membuat

ketidakhomogenan bahan, untuk itu penulis mengatasinya dengan cara membeli masing-masing bahan dari satu penjual saja supaya mutu kacang merah maupun kacang merah tetap sama.

Keterbatasan lainnya yang dialami peneliti yaitu perhitungan nilai gizi yang dilakukan hanya menghitung berat mentah menggunakan database TKPI 2020, sehingga tidak dapat memprediksi pengaruh pengolahan terhadap nilai gizi produk. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut di laboratorium untuk mengetahui nilai gizi pada produk.