

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu permasalahan gizi yang masih banyak terjadi pada ibu hamil adalah anemia (Irianto, 2014). Anemia merupakan suatu kondisi yang dimana kurangnya kadar sel darah merah di dalam tubuh. Keadaan anemia ini ditandai dengan kadar hemoglobin dalam sel darah merah lebih rendah dari standar yang sudah seharusnya. Ibu hamil dikatakan anemia apabila kandungan Hb < 11 gr/dl (Kemenkes, 2020).

Masalah gizi anemia ibu hamil di Indonesia masih mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Proporsi anemia pada tahun 2013 mencapai 37,1% dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 48,9% (Kemenkes, 2019).

Program yang telah dilakukan pemerintah dalam upaya penanggulangan anemia ibu hamil meliputi pemberian 90 tablet Fe selama periode kehamilan (Kemenkes, 2020), Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) (Kemenkes, 2023), memberikan edukasi gizi pada ibu hamil (Kemenkes, 2022).

Anemia Gizi Besi (AGB) disebabkan oleh pola makan yang rendah zat besi, terutama dalam bentuk besi heme, dan gangguan penyerapan (Kemenkes, 2020). Oleh karena itu, salah satu upaya penanggulan zat besi rendah pada ibu hamil dengan diberikan makanan kudapan atau selingan untuk konsumsi ibu hamil, seperti dimsum hati ayam dan bayam hijau.

Zat gizi yang dibutuhkan untuk ibu hamil anemia yaitu zat besi (Rismayanthi, 2006). Sasaran pada penelitian ini yaitu ibu hamil usia 15-24 tahun dengan usia kehamilannya pada trimester 1-3, dalam sehari memerlukan zat besi sebanyak 25,5 mg, 76,2 gram protein, dan 82,5 mg vitamin C, untuk persentase makanan selingan ibu hamil memakai 10% yaitu 2,55 zat besi, 7,62 gram protein, dan 8,25 gram vitamin C (TKPI, 2020).

Zat besi (Fe) termasuk zat gizi mikro yang penting bagi tubuh terutama dalam proses pembentukan darah khususnya pada pembentukan hemoglobin (Hb) (Nasution, I, A, D., & Daulay, A, S, 2022).

Vitamin C berperan untuk membantu meningkatkan atau *enhancer* penyerapan zat besi (Flora, R, 2022), serta protein mempunyai peranan penting dalam transportasi zat besi dalam tubuh (Rismayanthi, 2006)..

Dimsum merupakan makanan yang cukup populer di Indonesia, memiliki banyak keunikan yang membuat makanan ini banyak digemari dan diminati oleh semua orang (Asfandita, 2020). . Saat ini dimsum yang banyak dijual dipasaran yaitu dengan isian berupa ayam, udang, daging sapi, dan lain sebagainya (Chendawati, 2017).

Hati ayam (*Gallus Domesticus*) merupakan lauk hewani yang mengandung tinggi zat besi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk mencegah atau menangani anemia (Simbolon, dkk, 2012). Kandungan zat besi dalam 100 gram hati ayam terdapat 15,8 mg zat besi, 27,4 gram protein (TKPI, 2020).

Bayam Hijau (*Amaranthus Hybridus L.*) merupakan salah satu sayuran yang mengandung vitamin C. Dalam 100 gram bayam hijau mengandung 41 mg kandungan vitamin C, 0,9 gram protein dan mengandung 3,5 mg zat besi (TKPI, 2020).

Dimsum yang akan dibuat dalam penelitian ini yaitu berbasis hati ayam dan bayam hijau yang memiliki keunggulan yaitu sebagai makanan yang mengandung tinggi zat besi. Produk ini akan menjadi salah satu alternatif penanganan ibu hamil dengan anemia. Selain itu, penelitian ini

memakai bayam hijau karena bayam hijau dapat memenuhi kecukupan zat besi untuk ibu hamil usia 15-24 tahun dengan usia kehamilannya pada trimester 1-3.

Berdasarkan dari latar belakang, peneliti akan membuat dimsum hati ayam dan bayam hijau untuk makanan selingan ibu hamil. Produk ini mengandung energi, zat besi, protein, dan vitamin C yang diperuntukkan bagi ibu hamil dengan anemia. Dilihat dari angka prevalensi anemia ibu hamil yang masih tinggi di Indonesia, maka dibuatlah produk dimsum hati ayam dan bayam hijau yang bertujuan untuk menangani Ibu hamil dengan anemia, sehingga dapat mengurangi anemia pada ibu hamil

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran sifat organoleptik dimsum hati ayam dan bayam hijau sebagai makanan selingan untuk ibu hamil dengan anemia?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran sifat organoleptik dimsum hati ayam dan bayam hijau sebagai makanan selingan untuk ibu hamil dengan anemia.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui formula pembuatan produk dimsum hati ayam dan bayam hijau.
- b. Mengetahui sifat organoleptik dari produk dimsum hati ayam dan bayam hijau yang meliputi warna, aroma, rasa, tekstur, dan *overall*.
- c. Mengetahui energi, protein, zat besi dan vitamin C pada produk dimsum hati ayam dan bayam hijau.
- d. Membuat makanan selingan dengan harga yang terjangkau.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini di bidang ilmu Gizi Pangan mengenai gambaran sifat organoleptik dimsum hati ayam dan bayam hijau sebagai makanan selingan untuk ibu hamil dengan anemia.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Penulis

Diharapkan pada penelitian dan pembuatan produk dimsum hati ayam dan bayam hijau ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan peneliti serta mampu menjadi sarana untuk mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh selama kuliah dalam mata kuliah Ilmu Teknologi Pangan khususnya yang berkaitan dengan pembuatan produk makanan.

1.5.2 Manfaat Bagi Institusi Jurusan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi, wawasan, dan bahan informasi dalam bidang gizi pangan, serta sebagai bahan rujukan mahasiswa gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung dalam bahasan mengenai perkembangan produk dimsum hati ayam dan bayam hijau.

1.5.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, wawasan, dan edukasi kepada masyarakat mengenai produk dimsum hati ayam dan bayam hijau sebagai makanan selingan ibu hamil dengan anemia.

1.6 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan peneliti dalam pembuatan produk dimsum hati ayam dan bayam hijau ini adalah hati ayam dan bayam hijau yang digunakan sebagai bahan utama yaitu perlu menggunakan hati ayam dan bayam hijau yang segar dan kualitas nya yang masih baik.

Untuk mendapatkan hati ayam dengan kualitas yang baik, didapatkan dengan cara membeli hati ayam yang masih berwarna merah segar merata, aromanya masih segar (tidak bau busuk), bentuk dan permukaannya utuh, serta tidak mengalami kerusakan atau hancur saat

disentuh. Untuk membuat hati ayam agar tetap segar apabila tidak akan langsung diolah yaitu dengan cara menyimpan hati ayam pada wadah tertutup dan dimasukkan pada kulkas dengan suhu $\pm 4^{\circ}\text{C}$ atau pada freezer dengan suhu -17°C .

Cara lain agar mendapatkan hati ayam dalam kualitas baik apabila hati ayam yang dibeli masih terdapat empedu yang menempel yaitu empedu di potong terlebih dahulu menggunakan pisau atau gunting secara tidak ragu-ragu agar empedu tidak pecah, karena apabila empedu pecah cairan empedu dapat menempel pada hati ayam yang akan menyebabkan hati ayam terasa pahit saat dikonsumsi.

Untuk mendapatkan bayam hijau segar dan kualitasnya masih baik didapatkan dengan cara memilih bayam hijau yang berwarna hijau tua, daunnya tidak rontok, teksturnya masih kencang dan tidak layu, aromanya relatif segar, tidak licin saat dipegang dan belum ditumbuhi bunga. Untuk membuat bayam hijau agar tetap segar apabila tidak akan langsung diolah yaitu dengan menyimpan bayam hijau (tanpa dicuci) kedalam wadah atau plastik yang kemudian dilapisi dengan kertas (apabila disimpan di dalam wadah, simpan pada kulkas dengan suhu sekitar $1-4^{\circ}\text{C}$, dan jangan disimpan bersama sayur lain.

Pada hasil akhir penelitian utama menghasilkan kulit dimsum yang teksturnya keras dan tebal karena hanya dibuat menggunakan *roller*, hal ini dikarenakan keterbatasan alat untuk pembuatan kulit dimsum. Untuk mendapatkan kulit dimsum yang tipis perlu menggunakan alat giling adonan sehingga bentuk dimsum menjadi lebih menarik.