

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persoalan gizi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat utama di Indonesia. Masalah gizi pada umumnya terjadi pada anak balita karena pada umur tersebut anak mengalami pertumbuhan yang pesat, salah satu masalah gizi yang dialami yaitu gizi kurang. Gizi kurang pada balita ialah suatu kondisi dimana asupan zat gizi tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan tubuh, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak (Nugrahaeni, D. E. 2018). Kondisi gizi kurang pada balita dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti kurangnya konsumsi makanan yang memadai, pemberian ASI yang tidak eksklusif, penyakit infeksi yang dialami oleh balita, pola pengasuhan dalam keluarga, layanan kesehatan yang tersedia, jumlah anggota keluarga, tingkat pendidikan ibu, persepsi ibu mengenai gizi, status sosial ekonomi yang rendah, dan faktor budaya. (UNICEF, 2019)

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan 2018 menurut indikator BB/TB menunjukkan 17,7% bayi usia di bawah 5 tahun (balita) masih mengalami masalah gizi. Prevalensi gizi kurang cenderung meningkat antara tahun 2010 sampai 2016, namun hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021 memperlihatkan penurunan prevalensi menjadi 17,7% bahwa target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 sebesar 17% dimana hasil tersebut masih sedikit jauh dari target, ini merupakan masalah kesehatan masyarakat yang perlu diperhatikan.

Secara garis besar, kebutuhan gizi ditentukan oleh usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan. Antara asupan zat gizi dan pengeluarannya haruslah seimbang sehingga diperoleh status gizi yang baik. Gizi kurang pada balita dapat menimbulkan dampak negatif, seperti penurunan daya tahan tubuh, penurunan fungsi kognitif, penurunan prestasi belajar, dan penurunan produktivitas di masa depan (Nugrahaeni, D. E. 2018).

Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya-upaya untuk mencegah dan menangani masalah gizi kurang pada balita, baik dari segi individu, keluarga, masyarakat, maupun pemerintah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan gizi kepada ibu balita, agar mereka memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik dalam memberikan asupan gizi yang seimbang dan bervariasi kepada anak-anak mereka. Selain itu, perlu juga meningkatkan akses dan pemanfaatan pelayanan kesehatan seperti pemeriksaan status gizi balita dapat dipantau dengan menimbang anak setiap bulan dan dicocokkan dengan Kartu Menuju Sehat (KMS) (Rhamadani, R. A., *et al.*, 2020). Untuk mengatasi masalah gizi kurang antara lain dengan PMT Pemulihan, makanan lokal, serta dengan pemberian obat gizi seperti Kapsul Vitamin A, Tablet Tambah Darah, Mineral Mix, dan Taburia guna membantu memenuhi kebutuhan zat gizinya (SSGI,2022). Selain itu, langkah awal dalam penanggulangan gizi kurang pada balita adalah meningkatkan konsumsi pangan tinggi protein seperti ikan dan sayuran.

Menurut KEMENKES (2019) untuk porsi makan pada usia 6-24 bulan, sebanyak 35 persen dari porsi setiap makan dalam “Isi Piringku” merupakan makanan pokok, 25 persen terdiri dari sayur dan buah, 10 persen terdiri dari protein nabati atau kacang-kacangan, serta 30 persen terdiri dari protein hewani seperti daging sapi, ayam, ikan, dan telur.

Salah satu sumber protein yaitu ikan merupakan sumber protein hewani dapat membantu pertumbuhan sel otak, sehingga ikan sering dianggap sebagai makanan penunjang kecerdasan, contohnya ikan lele.

Abon yaitu makanan yang dibuat dari daging yang di suwir-suwir atau yang dipisahkan seratnya, kemudian ditambahkan bumbu-bumbu dan digoreng. Pada umumnya pembuatan abon biasa menggunakan daging sapi atau ayam. Walaupun demikian, semua jenis daging termasuk ikan maupun beberapa sayuran dapat diolah menjadi abon. Dengan menggunakan ikan, abon akan lebih ekonomis dalam pembuatannya serta bahan baku yang melimpah, dan meningkatkan harga jual bahan baku (Aditya *et al.*, 2016).

Jenis ikan lele dumbo merupakan hasil persilangan antara ikan lele yang berasal dari Afrika dengan ikan lele asli yang berasal dari Taiwan. Hasil persilangan ini kemudian dikenalkan ke Indonesia pada tahun 1989 (Khairuman *et al.*, 2009). Secara biologis ikan lele dumbo memiliki kelebihan diantara jenis lele lainnya, seperti mudah dibudayakan dan dipijahkan sepanjang tahun, selain itu mempunyai kecepatan tumbuh yang tinggi (Rohmana, 2009). Seperti halnya produk perikanan lainnya, ikan lele dumbo memiliki asam lemak tak jenuh seperti EPA dan DHA (Ernawati dkk., 2012). Jumlah lemak dalam daging ikan lele dumbo lebih rendah daripada daging sapi atau ayam, yaitu sekitar 2 gram per 100 gram daging (Hastuti dkk., 2009). Daging ikan mempunyai serat-serat protein yang lebih pendek daripada serat-serat protein pada daging sapi atau ayam. Oleh karena itu, ikan dan hasil produknya banyak dimanfaatkan oleh orang-orang yang mengalami kesulitan pencernaan (Putra, 2013: 162). Selain itu, ikan lele besar dapat dibudidayakan di lahan sempit dengan kepadatan tinggi dan mudah dipasarkan (Aqarista dkk., 2012).

Selain ikan lele dumbo, daun kelor (*Moringa Oleifera*) dapat menjadi alternatif sumber protein, daun kelor awalnya berasal dari India, namun saat ini telah tersebar luas di beberapa negara di Asia, Eropa, dan Afrika,

termasuk Indonesia. Tanaman ini dapat tumbuh di lingkungan tropis dengan karakteristik cuaca panas, lembab, kering, maupun tanah yang tidak subur. Selain itu, daun kelor dikenal sebagai tanaman yang mengandung zat aktif antioksidan dan antibakteri, dianggap mampu meningkatkan kinerja dan mencegah kerusakan organ dalam sehingga berpengaruh baik terhadap peningkatan metabolisme dan penyerapan nutrisi dalam tubuh yang dapat memicu pertumbuhan, serta sangat ekonomis dan memiliki kandungan gizi yang sangat baik, sehingga bisa digunakan sebagai alternatif untuk mengatasi masalah gizi (Kou *et al.*, 2018).

Menurut penelitian sebelumnya, daun kelor memiliki nutrisi yang paling baik dibandingkan bagian-bagian yang lainnya (Gopalakrishnan *et al.* 2016; El-moursi *et al.* 2012). Daun kelor juga kaya akan vitamin C dan E, serta mineral kalsium dan magnesium (Aslam *et al.* 2005). Hasil analisis laboratorium menunjukkan bahwa daun kelor mengandung protein 33.89% dan antioksidan 239.42 ppm. Makanan yang kaya antioksidan bermanfaat untuk menjaga fungsi imun dan menurunkan risiko penyakit jantung (Thomas *et al.* 2010).

Pada umumnya daun kelor digunakan kurang optimal sebagai bahan pangan oleh masyarakat, biasanya digunakan hanya untuk bahan sayuran. Pada tanaman bagian daun kelor dapat diolah menjadi ekstrak, bubuk, maupun tepung yang bisa digunakan untuk menambahkan zat gizi pada pangan (Aminah *et al.*, 2015) seperti pada penelitian ekstrak daun kelor oleh Diantoro, Agung, *et al* tentang “Pengaruh penambahan ekstrak daun kelor (*Moringa Oleifera*) terhadap kualitas yoghurt”, dan penelitian tepung daun kelor dari Dewi, Fitri tentang “Pembuatan cookies dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa Oleifera*) pada berbagai suhu pemanggangan”.

Berdasarkan latar belakang diatas untuk pembuatan produk abon ini mempunyai inovasi dalam pembuatan abon lele dumbo dengan substitusi

daun kelor yang sesuai sehingga memiliki sifat organoleptik yang baik berdasarkan SNI (Standar Nasional Indonesia) abon ikan. Peneliti bertujuan untuk melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Sifat Organoleptik dan Nilai Gizi Penambahan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Pada Abon Ikan Lele Dumbo (*Clarias Garlepinus*) Sebagai Alternatif Makanan Lauk Hewani Tinggi Protein Bagi Balita Gizi kurang”.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

Bagaimana gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi penambahan daun kelor (*Moringa Oleifera*). Pada abon ikan lele dumbo (*Clarias Garlepinus*) sebagai alternatif lauk hewani tinggi protein bagi balita gizi kurang.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi penambahan daun kelor (*Moringa Oleifera*) pada abon ikan lele dumbo (*Clarias Garlepinus*) sebagai alternatif makanan lauk hewani tinggi protein bagi balita gizi kurang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui formulaimbangan yang tepat pada penambahan daun kelor pada abon ikan lele
- b. Mendapatkan gambaran sifat organoleptik abon ikan lele dumbo dengan tambahan daun kelor yang paling disukai meliputi warna, rasa, aroma, dan tekstur.
- c. Mengetahui nilai gizi pada makanan abon ikan lele dengan penambahan bahan daun kelor.

d. Menganalisa biaya produk abon ikan lele daun kelor yang dibuat.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian yang dilakukan penulis ini meliputi bidang Ilmu Teknologi Pangan, khususnya penelitian tentang penambahan daun kelor terhadap sifat organoleptik abon ikan lele dumbo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Menerapkan ilmu khususnya ilmu Teknologi Pangan dan Gizi dalam kehidupan bermasyarakat dalam membuat produk pangan lokal yaitu abon ikan lele dumbo dengan penambahan daun kelor.

1.5.2 Bagi Institusi

Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian lanjutan tentang pemanfaatan ikan lele dumbo dan daun kelor.

1.5.3 Bagi Responden

Sumber informasi kepada responden tentang cara pembuatan makanan abon ikan lele dumbo dengan penambahan daun kelor.

1.6 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian yang dihadapi oleh penulis adalah daun kelor sulit dipisahkan dari batang daun dikarenakan struktur daun yang kecil sehingga proses pengolahannya mempengaruhi tekstur dari produk abon serta penggunaan data gizi yang berasal dari TKPI tahun 2019 dan dari Jurnal Kelautan dan Perikanan Terapan (JKPT) (Asriani., et al. 2019). Tidak melakukan pengujian laboratorium, sehingga hasilnya kurang akurat, dan diperlukan penelitian lebih lanjut yang dilanjutkan oleh peneliti selanjutnya.