

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal yaitu pada wanita berada di bawah 12 g/dL, dan untuk pria di bawah 13 g/dL, serta di bawah 11 g/dL untuk ibu hamil. Kondisi ini menyebabkan kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh menjadi tidak optimal, yang secara sistemik berdampak pada penurunan kebugaran dan fungsi organ. (Turner *et al.*, 2023).

Prevalensi anemia pada remaja putri memiliki prevalensi yang cukup tinggi. Menurut data WHO prevalensi remaja putri usia subur 15-49 tahun dengan anemia di dunia yaitu 30,7% ini masih tergolong tinggi bila dilihat dari standar yang ditetapkan (WHO, 2023). Sedangkan menurut Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun tercatat 15,5 %. Data Riskesdas menunjukkan prevalensi anemia yakni 84,6% pada remaja putri, mengacu pada cakupan data Dinkes kota Kupang di tahun 2023 tercatat bahwa sejumlah remaja putri dengan diagnosis anemia menduduki angka 1.218 individu (Safriza *et al.*, 2025).

Melihat tingginya prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Kupang, diperlukan penanganan komprehensif melalui program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Namun, intervensi tersebut harus didukung dengan pemenuhan asupan zat besi alami melalui konsumsi pangan fungsional yang kaya akan gizi mikro. Selain sumber hewani, produk nabati seperti buah naga dan ubi ungu menjadi alternatif krusial.

Ubi ungu mengandung antosianin yang tinggi sebagai antioksidan serta zat besi yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin. Berdasarkan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI, 2020), dalam 100 g ubi ungu terdapat kandungan karbohidrat sebesar 25,6 g, zat besi sebesar 0,5 mg dan vitamin C sebesar 24 mg.

Buah naga berperan penting dalam meningkatkan kadar hemoglobin karena kandungan zat besi yang tinggi. Berdasarkan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI, 2020) dalam 100 g buah naga terdapat kandungan karbohidrat sebesar 9,1 g, zat besi sebesar 0,4 mg dan vitamin C sebesar 1 mg. Pemanfaatan ubi ungu menjadi tepung dan buah naga menjadi selai merupakan strategi untuk meningkatkan nilai ekonomi dan diversifikasi produk pangan guna mendukung program pencegahan anemia di wilayah NTT.

Soft cookies merupakan varian biskuit populer yang memiliki tekstur lembut di dalam dan sedikit renyah di luar, menjadikannya camilan yang sangat digemari oleh berbagai kalangan usia di daerah perkotaan seperti Kupang. Berbeda dengan cookies tradisional yang cenderung keras, *soft cookies* memiliki kadar air yang sedikit lebih tinggi sehingga lebih mudah dikonsumsi sebagai pangan darurat atau tambahan. Pemilihan *soft cookies* sebagai bentuk produk dalam penelitian ini didasarkan pada sifatnya yang praktis, memiliki daya simpan yang relatif lama, dan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat (*acceptability*). Inovasi *soft cookies* berbahan dasar tepung ubi ungu dengan isian selai buah naga diharapkan tidak hanya menjadi camilan rekreasional, tetapi juga menjadi alternatif pangan fungsional yang padat gizi untuk mengatasi masalah anemia dengan meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri (Djuari, 2024).

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian membuat *soft cookies* yang memformulasikan bahan pangan lokal di provinsi Nusa Tenggara Timur untuk mengatasi masalah Anemia dengan judul “ Daya Terima dan Kandungan Gizi *Soft Cookies* Ubi Ungu Isian Selai Buah Naga Sebagai Alternatif Pangan Fungsional Pencegah Anemia”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana daya terima dan kandungan zat gizi *soft cookies* ubi ungu isian selai buah naga sebagai alternatif pangan fungsional pencegah anemia?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengevaluasi daya terima dan kandungan zat gizi *soft cookies* ubi ungu isian selai buah naga sebagai alternatif pangan fungsional pencegah anemia.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis pengaruh substitusi tepung ubi dengan isian selai buah naga terhadap daya terima *soft cookies* dari aspek warna, aroma, tekstur dan rasa.
- b. Untuk menganalisis pengaruh substitusi tepung ubi ungu dengan isian selai buah naga terhadap nilai gizi *soft cookies*.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi :

1. Institusi

Mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai pemanfaatan ubi ungu dan buah naga dalam pengembangan pangan lokal sebagai alternatif makanan selingan bagi remaja putri.

2. Masyarakat

Menambah wawasan ilmu pengetahuan dalam lingkup ilmu kesehatan masyarakat khususnya mengenai pemanfaatan pangan lokal dalam penanganan masalah anemia.

3. Peneliti

Meningkatkan pemahaman dan keahlian dalam teknologi pangan khususnya dalam membuat produk alternatif untuk mengatasi masalah anemia.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama peneliti, tahun	Judul penelitian	Variabel penelitian	Hasil penelitian
1	Rosida & Rosida, 2024	Pengaruh Proporsi Tepung Ubi Jalar Ungu Termodifikasi, Tapioka, dan Oat dengan Variasi Penambahan Kurma Terhadap Analisis Proksimat dan Organoleptik Cookies	Variabel Bebas: Proporsi tepung jalar ubi ungu termodifikasi, tapioka dan oat yaitu (70%:20%:10%,60%:20%:20%, 50%:20%:30%) dan variasi penambahan Kurma (60%, 80%, 100%). Variabel Terikat: Analisis proksimat dan organoleptik.	Penambahan kurma berpengaruh nyata terhadap kadar air, abu, lemak, karbohidrat, dan tingkat kesukaan (warna, aroma, rasa, tekstur). Formula terbaik menggunakan 50% ubi ungu dan 100% kurma.
2	(Fatmawati, 2021)	Diversifikasi Tepung Garut (<i>Maranta arundinaceae</i> Linn.) Pada Pembuatan <i>Soft Cookies</i> Isi Selai Buah Naga	Variabel Bebas: Persentase substitusi tepung garut terhadap tepung terigu, yaitu sebesar 50%, 75%, dan 100%.Variabel Terikat: Karakteristik fisik (tekstur), kimia (kadar karbohidrat, lemak, protein, dan total kalori), serta	Formulasi soft cookies dengan tepung garut berpengaruh nyata terhadap karakteristik fisik, kimia, dan sensori produk. Formula terbaik adalah P2 (substitusi tepung garut sebesar 75%) karena memiliki nilai rata-rata tingkat kesukaan tertinggi pada parameter

No	Nama peneliti, tahun	Judul penelitian	Variabel penelitian	Hasil penelitian
			sensori/organoleptik (warna, rasa, aroma, tekstur, dan overall).	ukuran, bentuk, warna, aroma, dan overall dibandingkan formula lainnya. Produk pengembangan ini memiliki kandungan energi sebesar 193,9 Kkal per keping dan dinyatakan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat luas.