

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah keadaan ketika tubuh mengalami kekurangan hemoglobin, sehingga distribusi oksigen ke jaringan tubuh menjadi tidak efisien. Pada remaja perempuan, penyebab utama adalah kurangnya zat besi yang disebabkan oleh menstruasi dan rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Seseorang dikatakan anemia jika kurang dari nilai normal dimana nilai normal kadar hemoglobin untuk laki-laki >13,5g/dl, sedangkan pada Wanita >12 g/dL. Hal ini dapat diamati ataupun dirasakan seseorang apabila ia mengalami 5L (lelah, letih, lesu, lunglai, lemas), pusing, mata berkunang-kunang, detak jantung tidak teratur, nafas pendek, dan wajah pucat (Pinasti *et al.*, 2020).

Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat global yang serius, terutama pada perempuan usia 15–49 tahun dan anak-anak. Menurut estimasi terbaru WHO tahun 2025, prevalensi anemia di kalangan perempuan usia 15 hingga 49 tahun masih tinggi. tercatat bahwa 30,7% perempuan dalam kelompok usia ini menderita anemia. Angka ini lebih tinggi pada ibu hamil, yakni mencapai 35,5%, sementara pada perempuan yang tidak hamil, prevalensinya mencapai 30,5%. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil penderita anemia di Indonesia yaitu sebesar 27,7%. Pada tahun 2024 prevalensi anemia pada ibu hamil di kota Kupang yaitu 1.943 kasus (46%) (Prajaningrum *et al.*, 2025).

Mengingat tingginya prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Kupang, diperlukan penanganan melalui program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Namun, intervensi tersebut harus didukung dengan pemenuhan asupan zat besi alami melalui konsumsi pangan yang kaya akan gizi mikro. ikan kembung dan daun bayam hijau merupakan bahan pangan yang mengandung zat besi yang bermanfaat bagi tubuh. Zat besi berperan penting dalam pembentukan sel darah merah sehingga dapat membantu mencegah anemia. Ikan kembung mengandung zat besi yang mudah diserap oleh tubuh, sedangkan daun bayam hijau juga mengandung zat besi serta vitamin yang membantu penyerapan zat besi.

Nugget merupakan salah satu makanan beku (*frozen food*) paling populer termasuk di kota kupang. Pemilihan nugget sebagai bentuk produk dalam penelitian ini didasarkan pada sifatnya yang praktis, memiliki daya simpan yang relatif lama, dan dapat diterima

dengan baik oleh masyarakat. Nugget adalah suatu bentuk produk olahan daging yang terbuat dari daging giling yang dicetak dalam bentuk potongan empat persegi potongan ini kemudian dilapisi tepung berbumbu. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan memformulasikan pangan lokal yang ada di Nusa Tenggara Timur untuk mengatasi masalah anemia dengan judul Pengaruh substitusi daun bayam hijau terhadap daya terima nugget ikan kembung pada penderita anemia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana pengaruh substitusi daun bayam hijau terhadap daya terima nugget ikan kembung pada ibu hamil penderita anemia?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Menganalisis pengaruh substitusi daun bayam hijau terhadap daya terima dan nilai gizi makro nugget ikan kembung.

2. Tujuan khusus

- a. Menganalisis daya terima daun bayam hijau terhadap Nugget ikan kembung dari aspek warna, aroma, tekstur, dan rasa.
- b. Menganalisis nilai gizi nugget ikan kembung dari hasil substitusi yang meliputi kandungan energi, protein, lemak, karbohidrat dan zat besi (Fe).

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti selanjutnya

Meningkatkan Pemahaman dan keahlian dalam teknologi pangan, khususnya dalam penciptaan produk alternatif untuk mengatasi masalah anemia.

2. Bagi masyarakat

Menambah pengetahuan bagi masyarakat mengenai masalah gizi anemia dan pemanfaatan pangan lokal seperti bayam dan ikan kembung.

3. Bagi Institusi

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber informasi ilmiah mengenai kombinasi penggunaan daun bayam hijau dan ikan kembung sebagai pemanfaatan pangan lokal sebagai alternatif makanan tambahan bagi ibu hamil penderita anemia.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

NO	Nama Peneliti	Judul Peneliti	Desain Penelitian	Metode Penelitian	Variabel Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Komang Ayu Puspa Hapsari, Made Sugitha, Putu Suparthana	Pengaruh penambahan pure daun kelor terhadap karakteristik nugget ikan kembung	Penelitian ini adalah eksperimen menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL)		1. Variabel bebas yaitu pembahan pure daun kelor (P0,0% P1,10% P2,20% P3,30% P4,40% P5,50%) 2. Variabel terikat Uji organoleptik (warna, aroma, rasa, dan tekstur) kadar air, kadar abu, kadar lemak , kadar protein , kadar serat kasar, aktivitas antioksidan,ppm	Penambahan puree daun kelor 20% menghasilkan nugget dengan karakteristik terbaik dengan kadar air 44,18%, kadar abu 1,47%, kadar lemak 11,49%, kadar protein 8,85%, kadar serat kasar 9,26%, aktivitas antioksidan 67,32%, IC50 3757,486 ppm, aroma biasa, rasa suka, tekstur biasa dan penerimaan keseluruhan suka.
2.	Kharisma Agustina	Pengaruh substitusi daun bayam hijau cabut terhadap daya terima nugget ikan lele	Penelitian ini adalah eksperimen menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL)		1. Variabel bebas : substitusi daun bayam cabut F0(200:0).F1(200:20).F2(170:30).F3(160:40). 2. Variabel bebas : uji organoleptik yaitu warna,aroma tekstur dan rasa	Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa penambahan daun bayam hijau cabut dalam nugget ikan lele memberikan pengaruh yang signifikan terhadap parameter warna, aroma, rasa, tekstur. Dari hasil yang diperoleh, formulasi F3 yaitu 160:40 cenderung memiliki nilai tertinggi pada sebagian besar aspek, yang menunjukkan tingkat kesukaan yang lebih baik dibandingkan dengan formulasi lainnya.
3.	Lala H. Djaru, Ifall, Siti Fathurahmi, Sitti Sabariyah, Yuanita Indiriasari Septriani	Karakteristik kimia dan organoleptik nugget ikan mujair pada perbandingan daging ikan dan ekstrak bayam merah	Penelitian ini adalah eksperimen menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL)		1. Variabel bebas yaitu 5 vormula perlakuan daging ikan mujair dan bayam merah. MB1=(90:10)MB2=(85:15)MB3=(80:20)MB4=(75:25)MB5= (70:30) 2. Variabel terikat Uji organoleptik (warna,aroma tekstur dan rasa) kadar protein, kalsium, antosianin, dan kadar air, serat kasar.	Meningkatan jumlah ekstrak bayam merah menyebabkan penurunan kadar air dan penerimaan warna, namun meningkatkan kadar protein, kalsium, serat kasar, dan antosianin. Formulasi MB5 (70% daging ikan : 30% bayam merah) menghasilkan kadar protein tertinggi (22,95%), kalsium (47,99%), dan antosianin (1,02%), dengan kadar air terendah (56,99%).

