

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kelemahan kurang besi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, kurangnya mengkonsumsi sumber makanan hewani sebagai salah satu sumber zat besi yang mudah diserap (zat besi heme), sedangkan bahan makanan nabati (zat besi non-heme) merupakan sumber zat besi yang tinggi tetapi sulit diserap sehingga dibutuhkan. Porsi yang besar untuk mencukupi kebutuhan zat besi dalam sehari-hari. Selain itu, hal ini disebabkan adanya kekurangan zat gizi yang kaya akan protein dan vitamin C dalam pembuatan zat besi. Konsumsi serat tinggi, tanin, dan fitat dapat meningkatkan risiko zat besi.³ Faktor lain yang juga dapat meningkatkan risiko anemia gizi besi, antara lain pola haid, penelitian tentang anemia, dan status gizi. Penyakit defisiensi vitamin B12 dan folat juga sering terjadi pada remaja karena kurangnya asupan zat gizi tersebut (Masthalina, 2015).

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang akan melanjutkan cita-cita bangsa. Harapan dan masa depan bangsa merupakan tanggung jawab remaja. Akibatnya, masyarakat lebih cenderung terlibat dalam sosok remaja, yang berpotensi meningkatkan potensi diri serta kapasitas pertumbuhan (termasuk aspek moral, emosional, intelektual, sosial, dan spiritual) (Azmi, 2015).

Remaja adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah gizi salah satunya adalah defisiensi zat besi, dapat mengenai semua kelompok status sosial-ekonomi, terutama yang berstatus sosial-ekonomi rendah. Masalah gizi merupakan permasalahan yang serius karena mempengaruhi kesejahteraan fisik, psikis, emosional, dan spiritual seseorang. Ada satu hal yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup, yaitu meningkatkan derajat masyarakat secara umum. Suatu status gizi yang baik akan mempengaruhi status kesehatan dan prestasi belajar seseorang. Masalah gizi perlu mendapat perhatian yang lebih khusus untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Fajriyah dkk, 2016).

Remaja putri pasti akan mengalami dampak buruk berupa lemas karena remaja berada dalam masa pertumbuhan yang membutuhkan lebih banyak suplemen, termasuk zat besi. Datangnya menstruasi secara terus-menerus merupakan salah satu dari dua faktor yang membuat remaja putri rentan terhadap kekurangan zat besi. Selain itu, remaja putri umumnya sangat khawatir dengan bentuk tubuh mereka, sehingga banyak yang menghentikan konsumsi makanan dan banyak membatasi makanan, misalnya pada pola makan vegetarian (Amany dan Rokhanawati, 2017).

Anemia cukup banyak terjadi di Indonesia. Berdasarkan informasi Riskesdas 2018, prevalensi penyakit pada remaja sebesar 32%, artinya 3-4 dari 10 remaja mengalami dampak buruk kelemahan. Anemia disebabkan oleh gizi yang tidak mencukupi dan kurang aktivitas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Berdasarkan data Lembaga Pengukuran Fokus NTT pada tahun 2021, jumlah penduduk di NTT sebanyak 5.387.738 jiwa dan 956.639 jiwa merupakan penghuni berusia 15-24 tahun. Dengan jumlah penduduk Kota Kupang sebanyak 79.061 jiwa yang berusia 15 hingga 24 tahun atau sekitar 17,5% dari jumlah penduduk, perlu dilakukan upaya untuk mencegah anemia pada remaja putri. Penelitian yang dilakukan oleh Djogo, Betan dan Letor (2021) menunjukkan bahwa prevalensi kekurangan zat besi pada remaja putri di Kota Kupang adalah sebesar 65%. Angka ini lebih besar dibandingkan rata-rata masyarakat, yaitu 32% (Permatasari dan Soviana, 2022). Asupan zat gizi dan penyakit menular merupakan dua penyebab utama terjadinya kekurangan gizi.

Seperti diketahui, contoh pemanfaatan sumber pangan sumber zat besi dalam masyarakat Indonesia umumnya masih minim dan jarang terjadi, khususnya pangan hewani yang tinggi protein dan zat besi mudah disimpan, seperti ikan, daging, dan jenis pangan hewani lainnya. Orang mendapat asupan zat besi tambahan dari sayuran yang sulit dipertahankan. Padahal, akan lebih efisien jika zat besi yang berasal dari produk hewani seperti ikan kembung diolah menjadi berbagai produk pangan yang lezat dengan tetap menjaga kualitas dan kandungan gizi, khususnya kandungan zat besi dari bahan-bahan tersebut.

Ikan kembung merupakan salah satu jenis ikan laut yang paling banyak disantap masyarakat Indonesia karena harganya yang murah, mudah ditemukan, serta memiliki cita rasa yang enak, lezat, dan gurih. Ikan kembung juga mempunyai beberapa bahan yang layak bila dikonsumsi seperti protein 22 gr, lemak 1 gr, fosfor 200 mg, kalsium 20 mg, zat besi 1 gr, vitamin A 30 SI, dan vitamin B1 0,05 mg. Ikan kembung memiliki 70% total lemak, sebagian besar asam lemak omega 3 dan omega 6. Sistem kekebalan tubuh, ingatan, penglihatan, dan kesehatan mental seseorang semuanya dapat memperoleh manfaat dari konten ini (MAISURI, 2022).

Jumlah produksi ikan kembung dengan menggunakan alat tangkap satchel seine (lampara) yang diperoleh di PPI Oeba selama beberapa tahun terakhir (2018-2020) terus meningkat. Tahun 2020 merupakan tahun produksi ikan kembung terbanyak, yaitu 47.050 kg. Hal ini disebabkan oleh peningkatan produksi hasil tangkapan dibandingkan tahun 2019 yang hanya sebesar 35995 kg (Zadrakh Umbu Turupaita et al., 2023) sebagai dampak dari banyaknya upaya penangkapan ikan purse seine.

Puff pastry adalah sejenis roti yang permukaannya kering dan berlapis-lapis, dibuat dengan menggunakan tepung terigu, lemak, gula, garam, air dan bahan-bahan lainnya. Adonan kue dilapisi dengan lemak yang kuat sehingga diperoleh banyak lapisan adonan dan lemak. Short Crust Pastry, Puff Pastry, Croissant, Choux Pastry, dan Phyllo Pastry adalah berbagai jenis pastry. Penggunaan lemak semi padat dalam proses pelipatan dan penggulungan adonan hingga membentuk adonan, seperti pada Puff Pastry, Danish Pastry, dan Croissant, merupakan pembeda utama antara pastry dan produk roti lainnya. Menurut (Aryani, 2017), pada saat adonan dipanggang, lapisan uap air pada adonan mengeluarkan uap dan menambah jumlah udara yang terperangkap sehingga menyebabkan sebagian udara terpisah.

Manfaat kue puff pastry yang dipanggang: Dapat dibekukan, dapat disimpan dalam waktu lama, dapat berbeda-beda bentuk, variasi dan rasanya, disukai oleh berbagai pihak.

Berdasarkan landasan tersebut, para ahli akan melakukan perubahan untuk meningkatkan manfaat kesehatan dari kue lapis dengan menambahkan tepung

ikan tenggiri yang tinggi protein hewani yang dapat membantu penyerapan yang mendesak sehingga mencegah kulit pucat pada remaja putri.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana daya terima *Puff pastry* substitusi ikan kembung?”

B. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui daya terima uji organoleptic warna, rasa, aroma, tekstur, puff pastry substitusi ikan kembung.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

- 1) Mengetahui daya terima (warna, rasa, aroma, tekstur) *puff pastry* substitusi tepung ikan kembung
- 2) Mengetahui nilai gizi formula *puff pastry*

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan pengetahuan di bidang pangan dan gizi, terutama dalam pengaplikasian cara meningkatkan mutu puff pastry dari tepung ikan kembung.

2. Bagi Masyarakat

Dapat meningkatkan pengetahuan di bidang pangan gizi dan Kesehatan terutama dalam pembuatan puff pastry dengan menggunakan tepung ikan kembung.

3. Bagi Perguruan Tinggi

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan sumbangan bagi instalasi di bidang pangan gizi dan Kesehatan terutama dalam pemanfaatan tepung ikan kembung, dalam pembuatan puff pastry.

D. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan dan Perbedaan
1	(Aini & Rinawati, 2020)	Substitusi tepung ikan kembung (Rastelliger Brachysoma) pada pembuatan nastar kaya protein.	Rancangan acak lengkap (RAL) dengan taraf 4 perlakuan	1) Resep nastar dengan pengganti ikan tenggiri menghasilkan perbandingan 35% tepung ikan dan 75% tepung, menurut temuan penelitian. 2) Strategi penanganan yang digunakan adalah pemanasan dengan teknik blending krim, 3) Protein dan kandungan omega-3 yang paling penting adalah pengganti diatas 15%, 4) Harga jual yang tepat untuk produk perbaikan adalah Rp 8.500, 5) Kelayakannya nastar ikan tenggiri hasil uji organoleptik meliputi bentuk, ukuran, variasi, rasa, wangi, dan permukaan bungkusnya serta diperoleh angka tipikal : 4;4;3.8;3.6;3.9;4.4;4.5.	Persamaan : Produk sama-sama menggunakan bahan yang sama yaitu tepung ikan kembung Perbedaan : Peneliti ini membuat nastar substitusi tepung ikan kembung
2	(Hendrayati et al., 2022)	Daya terima dan kandungan protein serta zat besi pada cookies dengan substitusi tepung jewawut (setaria italica) dan tepung ikan kembung.	Rancangan acak lengkap (RAL) dengan taraf 4 perlakuan	Hasil eksplorasi menunjukkan bahwa: Hasil tepung dari 1 kg millet mutiara menghasilkan 807 g tepung, (hasil 80,7%) 2 kg tepung ikan tenggiri menghasilkan 431 g ikan tenggiri pesta (hasil: 21,55%). Pembuatan suguhan isian tepung millet dan tepung makarel menggunakan 4 (rencana) definisi tepung millet 0% (kontrol), 15%, 35%	Persamaan: Kedua item tersebut menggunakan bahan yang serupa, yaitu makan malam ikan tenggiri. Perbedaannya: Peneliti ini mengganti tepung millet dan tepung ikan kembung pada kuenya.

				dan tepung setengah makarel 0% (kontrol), 5%, 10% dan 15%.	
3	(Munira et al., 2023)	Karakteristik biskuit yang disubstitusi tepung ikan kembung (<i>rastrelliger brachysoma</i>) sebagai pemberian makanan tambahan anak sekolah (PMT-AS)	Rancangan acak lengkap (RAL) dengan taraf 4 perlakuan	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : perlakuan tertinggi dari kandungan gizi yaitu P3 (tepung ikan kembung 20 gr : tepung terigu 80 gr) dengan nilai kadar air 4,76%, kadar lemak 2,43%, kadar protein 23,44% dan serat kasar 4,29%. Sedangkan uji organoleptik yang disukai pada parameter (warna, aroma, rasa) yaitu perlakuan P1 (tepung ikan kembung 10 gr : tepung terigu 90 gr) pada parameter tekstur yaitu P3 (tepung ikan kembung 20 gr : tepung terigu 80 gr).	Persamaan : produk sama-sama menggunakan bahan yang sama yaitu tepung ikan kembung Perbedaan : Peneliti ini membuat Biskuit substitusi tepung ikan kembung
4	(Daniswara & Harsana, 2020a)	Pemanfaatan substitusi ikan teri dalam pembuatan puff pastry ragout rouch	Rancangan acak lengkap (RAL) dengan taraf 4 perlakuan	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : perlakuan tertinggi dari kandungan gizi yaitu tepung ikan teri 15gr : Tepung terigu : 170 gr sedangkan uji organoleptik yang disukai pada parameter (Aroma, warna, tekstur, rasa) yaitu perlakuan P1 (tepung ikan teri 5gr : tepung terigu 200gr).	Persamaan : Produk sama-sama membuat puff pastry Perbedaan : Peneliti ini membuat puff pastry substitusi tepung ikan teri