

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa atau disebut juga masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan, yaitu mulai usia 14 pada pria dan mulai usia 12 pada wanita. Sedangkan *World Health Organization* (WHO) mengklasifikasikan batasan umur remaja yaitu 10 sampai dengan 19 tahun (Octavia, 2020). Masalah gizi yang muncul pada masa remaja disebabkan oleh pola konsumsi yang tidak baik, yakni ketidakseimbangan antara konsumsi (*intake*) dengan kecukupan gizi yang dianjurkan. Masalah gizi yang sering terjadi pada masa remaja, terutama remaja putri adalah gizi kurang (*underweight*), gizi lebih (*overweight*) dan anemia. Kejadian anemia terjadi pada remaja dikarenakan rendahnya asupan zat besi (Margiyanti, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, ditemukan bahwa hampir setengah dari populasi di Indonesia mengalami anemia dengan tingkat prevalensi mencapai 48,9%. Prevalensi anemia jenis defisiensi besi ditemukan pada remaja perempuan yaitu sebesar 22,7%, sedangkan pada remaja laki-laki sebesar 12,4% (Riskesdas, 2018). Remaja perempuan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki, terutama karena faktor menstruasi terlebih ketika pola menstruasi tersebut berjalan tidak normal, sehingga sering kali menyebabkan pengeluaran darah yang berlebihan. Selain itu, remaja putri juga lebih cenderung menjaga penampilan dan berusaha mendapatkan tubuh ideal, yang dapat mengakibatkan kebiasaan diet dan pengurangan asupan makanan yang dapat berpengaruh pada kesehatan (Lubis et al., 2023).

Pola konsumsi makanan sumber zat besi masyarakat Indonesia hingga saat ini masih tergolong minim dan jarang terutama produk pangan hewani yang tinggi akan protein dan zat besi yang mudah diserap seperti ikan, daging, dan bahan pangan hewani lainnya. Data dari *National Nutrient Database for Standard*

Reference(USDA) tahun 2018, mendokumentasikan nilai gizi yang terkandung dalam setiap jenis ikan memiliki kualitas nilai gizi tertentu. Ikan teri selain kaya akan zat gizi terutama protein dan zat besi yang sangat berperan penting dalam pencegahan anemia, juga memiliki keunggulan dari segi harga yang relatif sangat murah dan mudah diperoleh jika dibanding dengan jenis ikan lainnya (Salma, 2020).

Sumber zat besi dapat juga ditemukan dalam sayuran hijau seperti bayam. Kandungan mineral dari bayam yang cukup tinggi terutama kalsium dan magnesium sangat berperan penting dalam membantu penyerapan zat besi yang juga terkandung dalam sayuran bayam. Zat besi ini sangat ampuh dalam meningkatkan kadar hemoglobin darah terutama pada penderita anemia. Selain itu, kandungan asam folat dan asam oksalat dalam bayam juga sangat bermanfaat terutama untuk mengobati rasa letih, lesu dan kurang bersemangat sebagai akibat dari anemia (Susanto, 2021).

Pangsit goreng merupakan jenis olahan makanan berwarna kuning kecoklatan, yang biasanya berbentuk persegi atau segitiga. Keripik pangsit sering disajikan bukan untuk dijadikan makanan utama melainkan makanan selingan atau dijadikan sebagai pelengkap sajian hidangan pokok mie seperti, mie pangsit, mie kuah, mie ayam sekaligus pelengkap hidangan bakso yang sangat digemari oleh masyarakat serta sering dikonsumsi dalam jumlah kecil maupun banyak oleh penikmatnya. Karena proses pengolahan pangsit goreng yang mudah, harganya yang terjangkau, dan memiliki kemasan cukup kecil membuat produk keripik pangsit ini mudah dibawa bepergian maupun untuk dijadikan cemilan sehari-hari. Keripik pangsit sebenarnya sudah terkenal sejak dulu dan hingga saat ini masih sangat banyak dijumpai di toko-toko, warung dan rumah makan (Muniroh & Pangesthi, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti akan melakukan modifikasi resep keripik pangsit dengan cara mensubstitusikan tepung bayam yang tinggi akan zat besi dan tepung ikan teri yang tinggi akan protein hewani yang dapat membantu penyerapan zat besi sehingga mencegah terjadinya anemia pada remaja putri melalui produk makanan ringan yang mudah dijumpai.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana daya terima organoleptik (warna, aroma, rasa dan tekstur) dan nilai gizi dari produk keripik pangsit dengan substitusi tepung bayam dan tepung ikan teri sebagai makanan selingan untuk pencegahan anemia pada remaja putri?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui daya terima organoleptik (warna, aroma, rasa dan tekstur) dan nilai gizi keripik pangsit dengan substitusi tepung bayam dan tepung ikan teri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui daya terima keripik pangsit yang disubstitusikan dengan tepung bayam dan tepung ikan teri terhadap warna, aroma, tekstur, dan rasa keripik pangsit.
- b. Mengetahui nilai gizi keripik pangsit dengan substitusi tepung bayam dan tepung ikan teri.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

- a. Dapat memperoleh pengalaman langsung cara membuat keripik pangsit dengan substitusi tepung bayam dan tepung ikan teri
- b. Dapat menambah wawasan dalam bidang teknologi pangan khususnya pemanfaatan tepung bayam dan tepung ikan teri

2. Bagi Masyarakat

- a. Dapat meningkatkan nilai guna dan nilai ekonomi tepung bayam dan tepung ikan teri.

- b. Dapat menjadi referensi untuk masyarakat bahwa tepung bayam dan tepung ikan teri juga dapat dibuat menjadi bahan campuran keripik pangsit.
- c. Menambah pengetahuan kepada masyarakat mengenai pangan dan gizi.

3. Bagi Akademis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan sumbangan bagi institusi di bidang pangan gizi dan kesehatan terutama dalam pemanfaatan tepung bayam hijau dan tepung ikan teri dalam pembuatan keripik pangsit sebagai makanan selingan untuk pencegahan anemia pada remaja putri.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

NO	NAMA PENELITI	JUDUL PENELITIAN	PERBEDAAN	PERSAMAAN	HASIL
1	(Fu'adah, dkk., 2021)	Dampak Pemanfaatan Tepung Daun Kelor (Moringa oliefera) Terhadap Fisikokimia dan Organoleptik Batang Bawang	Pemeriksaan yang lalu adalah benda stik yang berbahan dasar tepung kelor, sedangkan eksplorasi yang akan dilakukan bergantung pada tepung terigu yang ditaburi tepung bayam dan tepung ikan teri. Pengujian sebelumnya bertujuan untuk melihat pengaruh kualitas fisikokimia dan organoleptik stik, sedangkan penelitian momentum bertujuan untuk mengetahui kelayakan (variasi, bau, permukaan dan rasa) serta manfaat kesehatan dari produk keripik pangsit pilihan.	Kedua pengujian tersebut menggunakan bahan pengganti sejenis, yaitu sayuran hijau yang dibuat dari bahan tepung dan dicampurkan ke dalam campuran standar setiap bahan baku yang digunakan dan diharapkan dapat menentukan hasil uji organoleptik kedua bahan tersebut..	Berdasarkan hasil uji beda dengan uji lanjutan BNJ pada taraf 5% menunjukkan bahwa pemanfaatan tepung daun kelor pada batang bawang merah secara mendasar mempengaruhi uji fisikokimia (kadar air, sisa, protein, kalsium, tanin dan permukaan).) dan uji organoleptik (nada, rasa dan permukaan dekaden). kesegaran). Perlakuan terbaik adalah P2 dengan resep bubuk daun kelor 10%.
2	(Wael et al., 2023)	Pengaruh Substitusi Tepung Ikan Teri Terhadap Mutu Hedonik Kamplang	Eksplorasi yang lalu adalah benda asin yang berbahan dasar ikan teri, sedangkan pemeriksaan yang akan dilakukan bergantung pada tepung terigu yang disubstitusi dengan tepung bayam dan tepung ikan teri. Kualitas hedonis kerupuk merupakan subjek penelitian sebelumnya; Penelitian saat ini, sebaliknya,	Both studies used the same substitute raw material, namely anchovy flour mixed with spinach flour and other additional ingredients from the standards used.	Dapat disimpulkan bahwa substitus ikan mempunyai kenyataan berdasarkan mutu hedonik kamplang pada parameter rasa, teks, dan peringatan. Selanjutnya perlakuan A1 berdasarkan hasil uji dengan metode MPE (Metode Perbandingan Eksponensial) ditentukan agar produk yang layu

			bertujuan untuk memastikan penerimaan (warna, aroma, tekstur, dan rasa) dan nilai gizi produk keripik pangsit pilihan.		mendekati produk terbaik dengan resep tepung ikan teri sebesar 10%.
3	(Intan Nurzahra Kaswanto, dkk., 2019)	Karakteristik Fisiko-kimia dan Sensori Kerupuk Pangsit dengan Penambahan Tepung Tulang Nila (<i>Oreochromis niloticus</i>)	Sedangkan pada penelitian yang akan saya lakukan pengganti tepung ikan teri dan bayam, pada penelitian sebelumnya digunakan tepung ikan nila. 2. Pengujian yang lalu direncanakan untuk menentukan sifat fisik, taktil dan kualitas perlakuan terbaik dari pangsit asin dengan perluasan makan malam tulang ikan nila, sedangkan eksplorasi yang akan dilakukan adalah untuk menentukan kecukupan (variasi, bau, rasa dan permukaan) dan manfaat diet keripik pangsit dipilih dengan pengganti tepung bayam dan tepung ikan teri.	Produk yang dihasilkan adalah keripik pangsit, 2. Uji kenikmatan dilakukan dengan menggunakan uji organoleptik dengan empat obat berbeda	Kerupuk pangsit terbaik dengan ciri fisik volume mengembang 83,58 persen dan kekerasan 1,28 N (Newton) dihasilkan dengan penambahan tepung tulang ikan nila (P2) 10%. Kerupuk pangsit P2 mengandung 1,21 mg/kg kalsium dan 0,66 mg/kg fosfor. Kualitas nyata dari pangsit asin P2 mentah adalah jenis krim ringan yang miring, kurang kenyal, dan memiliki sedikit bau amis, sedangkan wafer pangsit panggang memiliki warna krem kekuningan, permukaan renyah, agak amis, dan memiliki rasa yang sangat nikmat. .
4	(Sebastian Vieri, 2022)	Substitusi tepung terigu dengan tepung Mocaf dalam pembuatan kerupuk kulit Pangsit	Pada penelitian sebelumnya digunakan tepung terigu dan tepung mocaf sebagai pengganti, sedangkan pada penelitian ini digunakan tepung ikan teri dan tepung bayam. 2. Tujuan penelitian terdahulu adalah untuk mengetahui mutu kerupuk kulit pangsit yang dibuat dengan	Kulit pangsit itulah yang dibuat. 2. Tentukan kualitas produk menggunakan uji organoleptik dengan empat obat berbeda	Berdasarkan temuan penelitian yang mengamati kualitas produk—rasa, tekstur, aroma, dan warna—jika tepung mocaf disubstitusi dengan tepung pada pembuatan kerupuk kulit pangsit, dilakukan substitusi dengan tepung mocaf 100

			<p>bahan pengganti tepung mocaf baik dari segi rasa, aroma, tekstur, dan warna serta biaya produksi dan harga jual. Penelitian kali ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan kerupuk kulit pangsit dalam menerima organoleptik (warna, aroma, rasa, dan tekstur) serta nilai gizi keripik pangsit berbahan dasar tepung bayam dan tepung ikan teri.</p>		<p>persen (P3) menghasilkan hasil yang terbaik, yaitu dari segi mutu rasa dengan kriteria sangat tinggi, gurih, dari segi mutu tekstur, sangat renyah, dari segi mutu aroma dengan kriteria sangat wangi, dan dari segi mutu warna dengan kriteria sangat coklat keemasan, sebagai ditentukan oleh</p>
--	--	--	---	--	--