

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode pertumbuhan anak-anak menuju proses kematangan manusia dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan fisik, biologis, dan psikologis yang sangat unik dan berkelanjutan. Masa remaja merupakan tahapan kritis kehidupan, sehingga periode tersebut dikategorikan sebagai kelompok rawan, dan mempunyai risiko kesehatan yang tinggi. Ketidakseimbangan asupan zat gizi dengan kebutuhan akan menimbulkan masalah gizi, khususnya anemia pada remaja (Proverawati, 2009).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang. Menurut data yang dikeluarkan World Health Organisation (WHO) hampir 30% total penduduk dunia diperkirakan menderita anemia. Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal umumnya berbeda pada laki-laki dan perempuan. Untuk pria, anemia biasanya didefinisikan sebagai hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100ml dan pada wanita sebagai hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100ml (Proverawati, 2011).

Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan (Kemenkes RI, 2013). Berdasarkan Riskesdas 2013 sebanyak 21,7% perempuan Indonesia mengalami anemia. Pada kelompok umur 5 – 14 tahun prevalensi anemia sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15 – 24 tahun. Kecukupan zat besi untuk remaja

dan dewasa adalah sebanyak 8-18 mg/hari. Anemia banyak terjadi pada remaja putri karena remaja putri mengalami menstruasi yang menyebabkan hilangnya zat besi rata-rata 20 mg per bulan (Depkes RI, 2014).

Anemia menyebabkan penurunan suplai oksigen ke jaringan yang sangat dibutuhkan oleh tubuh dalam proses metabolisme. Keadaan anemia yang tidak ditangani dengan cepat dapat menyebabkan penurunan kemampuan fisik, muka pucat, penurunan kemampuan akademik, penurunan konsentrasi belajar, mengganggu fungsi pertumbuhan dan dapat menimbulkan masalah kesehatan lainnya (Gibney, 2008).

Pemerintah Indonesia sejak tahun 1997 telah menjalankan program pencegahan dan penanggulangan anemia gizi pada Wanita Usia Subur (WUS). Pemberian TTD pada remaja putri yaitu 1 tablet/minggu dan 1 tablet/hari selama 10 hari ketika menstruasi (Depkes 2003). Meskipun sudah cukup jelas, program suplementasi zat besi masih mengalami banyak kendala dan tidak berjalan dengan baik. Beberapa hal yang menyebabkan pelaksanaan program menjadi tidak efektif yaitu terhambatnya penyediaan suplemen, indikator keberhasilan yang digunakan hanya Hb, target tidak fokus pada penderita anemia, rendahnya kepatuhan, pola konsumsi, tidak mengikuti konseling dan kurangnya akses ke fasilitas kesehatan (INACG, 2002).

Masa remaja memiliki kemampuan dalam membeli dan mempersiapkan makanan untuk diri sendiri serta cenderung suka mengonsumsi makanan yang instan dari luar rumah, seperti *fast food* (Worthington, 2000). Gaya hidup remaja mengalami perubahan dari segi pemilihan makanan yang lebih memilih makanan cepat saji seperti *hot dog, pizza, hamburger, fried chicken, french fries*

yang disimbolkan sebagai kehidupan zaman modern. Kandungan *fast food* yang tidak seimbang seperti tinggi karbohidrat, lemak, kolesterol dan garam sehingga dipandang tidak baik untuk dikonsumsi karena mengandung zat aditif untuk mendapatkan produk yang awet dan bercita rasa tinggi (Adriani dan Wirjatmadi, 2014).

Sejak era tahun 1990-an, *pizza* menjadi makanan yang banyak digemari oleh semua lapisan masyarakat, khususnya remaja di Indonesia. *Pizza* merupakan makanan jenis roti, namun dengan bentuk, rupa, rasa, dan teknik penyelesaian yang sedikit berbeda. *Pizza* mempunyai bentuk yang bulat pipih dengan taburan *topping* di atasnya, rasanya yang gurih dan teknik penyelesaiannya dengan loyang yang khusus untuk *pizza*. Sumber karbohidrat utama pada *pizza* adalah tepung, sedangkan proteinnya umumnya berasal dari daging atau *seafood*. Sumber utama lemak pada *pizza* berasal dari keju. Komposisi gizi *pizza* berbeda-beda sesuai dengan *topping* yang digunakan. Meskipun digemari, *pizza* yang banyak ditemukan dipasaran pada umumnya mengandung tinggi lemak, gula, natrium dan zat pengawet (Atom, 2012).

Untuk meningkatkan kandungan zat gizi terutama zat besi (Fe) maka akan dirancang pembuatan *pizza* dengan penambahan sumber zat besi. Sumber zat besi (Fe) yang digunakan berasal dari hewani maupun nabati. Sumber zat besi dari produk nabati yang digunakan yaitu daun kelor. Kandungan (Fe) dari protein hewani yaitu hati ayam. *Pizza* yang dibuat mengandung zat gizi yang seimbang meliputi ; karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Topping pelengkap yang ditambahkan pada *pizza* yaitu saus tomat, keju *mozzarella*, paprika dan bawang bombay.

Tanaman kelor merupakan tanaman yang dikenal dengan julukan *The Miracle Tree*, *Tree For Life*, dan *Amazing Tree*. Julukan tersebut muncul karena bagian pohon kelor mulai dari daun, buah, biji, bunga, kulit, batang, dan akar memiliki manfaat yang luar biasa (Simbolon, 2007). Dalam 100 gram daun kelor mengandung energi 92 kkal, karbohidrat 13,4 gram, protein 6,7 gram, lemak 1,7 gram, serat 0,9 gram, kalsium 440 mg, magnesium 24 mg, tembaga 1,1 mg, besi 7 mg dan sulfur 137 mg (Winarti, 2010).

Hati ayam merupakan salah satu sumber besi *heme* yang baik dan mudah dijumpai di kalangan masyarakat. Dalam 100 gram hati ayam mengandung 15,8 mg zat besi, 261 kal energi, 27,4 gram protein, 16,1 gram lemak, dan 1,6 gram karbohidrat (Depkes RI, 2017). Meskipun mengandung banyak zat besi dan mudah dijumpai di masyarakat, penambahan hati ayam pada makanan akan mempengaruhi aroma dan rasa amis makanan jika tidak diolah dengan baik.

Modifikasi *pizza* dengan penambahan *topping* daun kelor dan hati ayam sebagai sumber zat besi (Fe) kemungkinan juga akan berpengaruh terhadap aroma dan rasa dari *pizza* tersebut. Oleh karena itu dalam penelitian ini akan dikaji pengaruh penambahan konsentrasi daun kelor yang berbeda terhadap mutu *pizza*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang ingin dijawab pada penelitian ini adalah : Apakah ada pengaruh penambahan daun kelor yang berbeda terhadap karakteristik mutu *pizza* ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh penambahan daun kelor yang berbeda terhadap karakteristik mutu *pizza*.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan uji organoleptik meliputi warna, aroma, rasa, tekstur, dan daya terima konsumen secara keseluruhan pada *pizza*.
- b. Menganalisis kadar zat besi, protein dan kadar air pada *pizza*.
- c. Menentukan pengaruh penambahan konsentrasi daun kelor terbaik pada *pizza*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dalam ilmu pengetahuan terutama pengetahuan tentang *pizza* daun kelor dan hati ayam serta hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman oleh seluruh pihak untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan informasi kepada masyarakat terutama remaja tentang studi pembuatan *pizza* dengan penambahan daun kelor dan hati ayam yang tinggi zat besi gizi.