

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ibu hamil adalah kelompok rawan gizi. Salah satu masalah gizi yang terjadi pada ibu hamil adalah kurang energi kronis (KEK).⁽¹⁾ KEK adalah keadaan dimana wanita mengalami kekurangan gizi yang sudah sejak lama atau menahun, dikatakan KEK jika LILA <23,5 cm.⁽²⁾ Prevalensi ibu hamil KEK di Indonesia berdasarkan Riskesdas tahun 2013 adalah 24,2%.⁽³⁾ Kejadian KEK pada ibu hamil di Sumatera Barat pada tahun 2017 sebesar 14,5% yang menempati urutan kedelapan tertinggi di Indonesia. Pada tahun 2017, di kota Padang, didapatkan jumlah kasus ibu hamil yang mengalami KEK sebanyak 984 orang (5,36%).⁽¹⁾

Faktor-faktor yang menyebabkan KEK diantaranya adalah adanya penyakit infeksi yang diderita ibu hamil dan terjadinya pendarahan yang cukup serius dan sering.⁽⁴⁾ Faktor lain yang mempengaruhi terjadinya KEK pada ibu hamil berasal dari asupan makanan yang tidak beragam, banyaknya pantangan terhadap makanan, dan porsi makanan terlalu sedikit yang dikonsumsi oleh ibu hamil.⁽⁵⁾ Ibu dengan KEK umumnya memiliki kenaikan berat badan hamil rendah (tidak memadai) untuk mendukung kehamilan sehingga beresiko melahirkan bayi dengan berat badan bayi rendah dan stunting.⁽⁶⁾

Berdasarkan penelitian Agustian, terdapat hubungan signifikan antara protein dengan kurang energi kronis pada ibu hamil.⁽⁷⁾ Kemenkes tahun 2019 telah menetapkan bahwa ibu hamil membutuhkan protein sekitar 60 – 90 gram/hari.⁽⁸⁾ Penelitian yang dilakukan pada tahun 2017 ditemukan dari 234 wanita hamil 80% memiliki konsumsi protein dalam katagori rendah (<56 gram).⁽⁹⁾ Penelitian lainnya menunjukkan pada sebelas ibu hamil yang mengalami KEK sembilan diantaranya berada pada kategori defisit protein.⁽¹⁰⁾

Ibu hamil yang berisiko kekurangan energi kronis (KEK) berpeluang menderita anemia sebesar 1.817 kali dibanding ibu hamil dengan kondisi gizi baik.

⁽¹¹⁾ Penelitian pada tahun 2018 yang dilakukan untuk menganalisis konsumsi zat besi ibu hamil, ditemukan bahwa sebagian besar sample ibu hamil tidak memenuhi standar zat besi yang dianjurkan yaitu dengan nilai minimal konsumsi ibu hamil adalah 0 mg dan maksimum 65 mg.⁽⁹⁾ Penelitian yang dilakukan pada tahun 2016 bahwa dari 47 ibu hamil sebanyak 15 orang memiliki asupan zat besi yang tidak cukup maka dari itu ibu hamil perlu asupan protein dan zat besi yang optimal.⁽¹²⁾

Upaya untuk meningkatkan gizi ibu hamil yaitu dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT).⁽¹³⁾ Pemberian makanan tambahan merupakan program intervensi yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan berupa biskuit lapis dengan bahan dasar tepung terigu atau tepung gandum untuk ibu hamil KEK. Tepung terigu dan gandum merupakan bahan import yang harus dikurangi ketergantungannya maka perlu diversifikasi pangan berbasis produk lokal.⁽¹⁴⁾ Diversifikasi pangan memerlukan bahan lokal yang kaya kandungan gizi mikro dan makro untuk memenuhi kebutuhan ibu hamil. Berdasarkan hasil penelitian Chandradewi. (2018), pemberian makanan tambahan yang ditambahkan bahan pangan lokal selama 90 hari dapat meningkatkan berat badan dan LiLA ibu hamil KEK.⁽¹⁵⁾

Bahan pangan lokal yang bisa dijadikan sebagai bahan substitusi PMT ibu hamil adalah bahan pangan lokal yang tinggi protein dan zat besi seperti daun kelor dan ikan gabus. Daun kelor merupakan salah satu bahan pangan yang banyak memiliki kandungan zat gizi serta dijadikan sebagai solusi untuk mengatasi berbagai masalah gizi. Daun kelor ini juga direkomendasikan sebagai suplemen yang kaya zat gizi untuk ibu hamil.⁽¹⁶⁾ Kandungan dalam 100 g daun kelor segar mengandung Fe sebanyak 20,49 mg dan apabila diubah menjadi bentuk tepung kandungan zat besi

menjadi 28,2 mg.⁽¹⁷⁾ Selain itu dalam penelitian Syahrial *et al.*, daun kelor juga mengandung kalsium phosphor dan magnesium yang tinggi yang dibutuhkan ibu hamil.⁽¹⁸⁾ Meskipun daun kelor memiliki kandungan zat gizi yang tinggi tetapi pemanfaatan daun kelor di Indonesia belum maksimal di kalangan masyarakat seperti hanya diolah sebagai sayur bening, selain murah kelor ini mudah didapatkan, mudah dalam pembudidayaan dan pemeliharaan dan banyak ditanam sebagai pagar rumah atau sebagai tanaman penghijau.⁽¹⁷⁾ Berdasarkan penelitian Hermansyah *et al.*, pemberian ekstrak daun kelor selama 3 bulan dapat meningkatkan berat badan ibu hamil.⁽¹⁶⁾ Penelitian lain yang dilakukan oleh Ponomban *et al.*, pemberian kapsul yang berisis bubuk daun kelor dengan dosis 2 x 2 kapsul/hari selama 30 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil.⁽¹⁹⁾

Untuk meningkatkan kebutuhan protein dan penyerapan zat besi maka dibutuhkan makan yang mengandung protein karena protein berperan penting untuk meningkatkan penyerapan dan transfortasi zat besi terutama zat besi heme dan non heme yang saling melengkapi. Ikan gabus memiliki Kandungan sampai 25,1% dan 6,224% dari protein tersebut adalah albumin.⁽²⁰⁾ Dibandingkan dengan sumber protein lainnya seperti telur (12,8g), daging ayam (18,2g) serta daging sapi (18,8g), ikan gabus memiliki protein yang lebih tinggi (20,0g). Ikan gabus juga memiliki daya cerna yang sangat baik yaitu lebih dari 90%.⁽²¹⁾ Bedasarkan Penelitian Afriyanti, menjelaskan bahwa cookies ikan gabus yang dihasilkan dalam penelitiannya menunjukkan hasil analisis Protein, energi, vitamin A, Vitamin B12, Kalsium, Fosfor, Zn ,Iodium, Asam folat, yang dilakukan terhadap cookies memenuhi angka kecukupan gizi ibu hamil trimester II.⁽²²⁾

Daun kelor dan ikan gabus dapat menjadi bahan dasar dalam pembuatan biskuit ibu hamil. Hal ini karena daun kelor dan ikan gabus memiliki protein, zat besi

dan zat gizi lainnya yang berperan penting untuk sel, pertumbuhan dan perkembangan janin, dan meningkatkan status gizi ibu.^(17, 23) Daun kelor dan ikan gabus kaya akan zat besi heme dan non heme yang saling melengkapi, hal ini sangat penting untuk pembentukan hemoglobin.^(17, 23)

Salah satu bentuk makanan tambahan untuk ibu hamil adalah *cookies*. *Cookies* merupakan produk yang praktis, mudah dibawa, serta mudah dalam penyajiannya sehingga cocok dijadikan alternatif makanan selingan yang cukup dikenal.⁽²⁴⁾

Cookies merupakan produk pangan kering yang tergolong tidak mudah rusak (non perishable) dan mempunyai umur simpan yang relatif panjang.⁽²⁵⁾ Berdasarkan SNI 2973-2011, *cookies* adalah salah satu jenis biskuit yang dibuat dari adonan yang lunak, berkadar lemak tinggi, relatif lebih renyah bila dipatahkan, dan penampang potongannya bertekstur kurang padat.⁽²⁶⁾

Berdasarkan uraian diatas, maka diketahui bahwa ibu hamil KEK memerlukan adanya makanan tambahan berbentuk *cookies* yang dimodifikasi dengan bahan lokal yaitu tepung daun kelor dan tepung ikan gabus. Penambahan tepung daun kelor dan ikan gabus dilakukan untuk mengoptimalkan kandungan gizi yang terdapat pada *cookies*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana formula *cookies* dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*) dan ikan gabus (*Channa striata*) ?
2. Bagaimana mutu organoleptik dan analisis kandungan zat gizi *cookies* dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*) dan ikan gabus (*Channa striata*) ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui Mutu organoleptik dan zat gizi yang terkandung dalam *cookies* dengan penambahan tepung daun kelor dan tepung ikan gabus.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

1. Mengembangkan formula standar *cookies* dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*) dan tepung ikan gabus (*Channa striata*).
2. Menganalisis mutu organoleptik dan pada *cookies* dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*) dan tepung ikan gabus (*Channa striata*).
3. Menganalisis kandungan zat gizi (protein, zat besi, kadar air, dan kadar abu) pada *cookies* dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*) dan tepung ikan gabus (*Channa striata*).
4. Memilih formula terbaik pada *cookies* dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*) dan tepung ikan gabus (*Channa striata*).

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat dapat dijadikan sumber informasi dalam memanfaatkan sumber pangan lokal sebagai alternatif solusi dalam menanggulangi masalah ibu hamil yang mengalami KEK.

1.4.2 Bagi Universitas

Pada masa yang akan datang, diharapkan penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi untuk penelitian lanjutan yang lebih mendalam.

1.4.3 Bagi Peneliti

Bagi penulis sendiri dapat dijadikan sebagai pengembangan kemampuan serta menambah pengetahuan dalam melakukan pengembangan produk pangan yang memanfaatkan bahan pangan lokal yaitu cookies tepung daun kelor (*Moringa oleifera*) dan tepung ikan gabus (*Channa striata*).

1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari penelitian ini untuk mengetahui mutu organoleptik produk dilihat dari segi warna, aroma, rasa, dan tekstur serta kandungan zat gizi dari *cookies* tepung daun kelor (*Moringa oleifera*) dan tepung ikan gabus (*Channa striata*) sebagai Makanan Tambahan ibu Hamil KEK. Penelitian ini dilakukan pada bulan februari 2020 dan akan selesai pada bulan Agustus 2020. Penelitian ini dilakukan di Laboratorium Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Andalas dan Laboratorium Baristan Padang. Penelitian ini dilakukan guna untuk melihat mutu organoleptik dari produk dan juga untuk menganalisis kandungan zat gizi yang terkandung didalam produk.



