

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah sel darah merah dan hemoglobin dalam aliran darah berada di bawah normal yaitu <12g/dL (Melinda, 2022). Anemia masih menjadi masalah Kesehatan gizi utama di Indonesia yang prevalensinya belum bisa teratasi sepenuhnya. Menurut WHO 2017 prevalensi anemia di dunia berkisar 40-80% dan mengalami peningkatan pada tahun 2013-2018. Menurut Riskesdas 2013 prevalensi anemia di Indonesia pada remaja putri sebesar 23% namun, tahun 2018 prevalensi anemia mengalami peningkatan cukup tinggi mencapai 48,9% (Riskesdas, 2018). Anemia menyebabkan darah tidak cukup dalam mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Apabila oksigen yang diperlukan dalam tubuh tercukupi, maka akan berakibat sulitnya berkonsentrasi, daya tahan fisik rendah dan aktivitas fisik menurun.

Pemenuhan kebutuhan zat besi sangatlah penting, hal ini dapat dilakukan dengan memanfaatkan bahan pangan lokal misalnya bayam merah dan teri nasi sebagai lauk yang bergizi dan enak seperti nugget. Penggunaan bayam merah dalam pembuatan nugget karena harganya yang terjangkau dan budidaya mudah. Tidak hanya itu ditinjau nilai gizinya bayam merah mengandung zat besi dua kali lebih tinggi dibandingkan dengan bayam hijau. Berdasarkan Kemenkes RI (2018) dalam 100 gram bayam merah mengandung zat gizi seperti protein 2,2 gram, lemak 0,8 gram, karbohidrat 6,3 gram, vitamin C 62 mg, zat besi 7,0 mg, kalium 60 mg, dan kalsium 520 mg. Bayam merah juga mengandung karotenoid dan flavonoid yang merupakan zat aktif dengan antioksidan. Jenis karotenoid utamanya adalah betakaroten, sedangkan zat aktif lainnya adalah klorofil. Flavonoid yang terkandung dalam bayam merah adalah lutein dan kuersetin, dimana kuersetin adalah antioksidan yang mampu menangkal radikal bebas (Dewi, dkk 2021)

Ikan teri nasi adalah bahan pangan lokal yang kaya akan berbagai zat gizi seperti omega 3, tinggi protein, vitamin B kompleks, kalsium dan mineral. Dalam 100 gram teri nasi mengandung energi 144 kkal, protein 32,5 gram, lemak 0,6 gram, dan zat besi 3,6 mg (TKPI, 2020). Ikan teri memiliki kelebihan yaitu dapat dimakan seluruh tubuhnya termasuk tulangnya. Teri nasi tidak hanya menjadi sumber protein, tetapi juga sebagai sumber kalsium. Kandungan kalsium pada ikan teri nasi lebih tinggi daripada susu, yaitu 972 mg per 100 gram, sedangkan kalsium pada susu sapi per 100 gram hanya sebesar 143 mg (Sulfaullah, 2023).

Nugget adalah makanan siap saji yang digemari oleh semua kalangan baik anak-anak ataupun orang dewasa. Nugget merupakan produk olahan yang berasal dari daging dihaluskan atau digiling kemudian diberi bumbu, diselimuti oleh tepung dan diberi lumuran tepung roti dan digoreng setengah matang lalu dibekukan. Nugget biasanya dibuat dari daging ayam, namun seiring perkembangan zaman telah banyak inovasi yang dihasilkan. Inovasi yang akan dibuat adalah dengan pemanfaatan bahan pangan lokal misalnya bayam merah dan ikan teri nasi.

Penelitian ini mengacu pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Widyasmara (2021). Berdasarkan uraian diatas, penulis memilih bayam merah dan teri nasi karena kedua pangan lokal tersebut memiliki kadar zat besi cukup tinggi yang dapat mencegah terjadinya anemia pada remaja putri. Pengembangan produk ini dapat menjadi salah satu inovasi baru bagi penikmat bayam dan teri nasi sebagai selingan ataupun lauk makan. Usaha nugget ini bisa dilakukan oleh semua kalangan apalagi mahasiswa yang ingin memulai usaha dengan modal terjangkau dan bahan mudah didapatkan. Selain itu, produk ini dapat meningkatkan potensi nilai ekonomis bahan pangan lokal yang memiliki nilai gizi, enak dan bermanfaat bagi kesehatan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana merintis usaha yang inovatif melalui pembuatan nugget bayam merah dan teri nasi sebagai makanan selingan untuk remaja putri anemia?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis usaha yang inovatif melalui pembuatan nugget bayam merah dan teri nasi sebagai makanan selingan untuk remaja putri anemia.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis mutu organoleptik nugget bayam merah dan teri nasi sebagai makanan selingan untuk remaja putri anemia.
- b. Menganalisis kepuasan konsumen nugget bayam merah dan teri nasi sebagai makanan selingan untuk remaja putri anemia.
- c. Menganalisis aspek SWOT nugget bayam merah dan teri nasi sebagai makanan selingan untuk remaja putri anemia.
- d. Menganalisis aspek finansial nugget bayam merah dan teri nasi sebagai makanan selingan untuk remaja putri anemia.
- e. Menganalisis keberhasilan usaha nugget bayam merah dan teri nasi sebagai makanan selingan untuk remaja putri anemia.

D. Manfaat

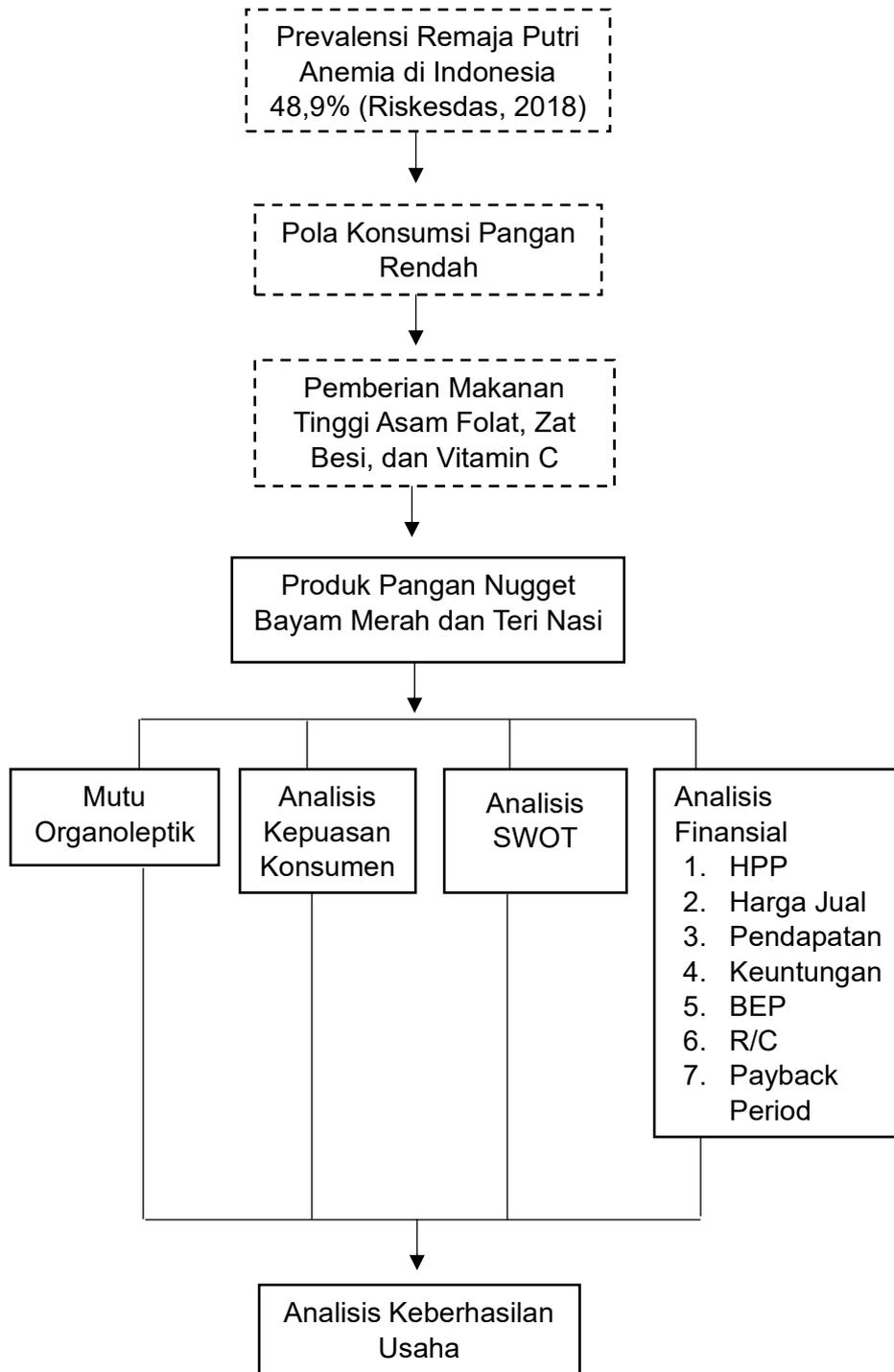
1. Manfaat Teoritis

Untuk mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat dalam perkuliahan

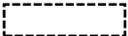
2. Manfaat Praktis

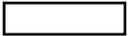
- a) Mendapatkan suatu produk yang tidak hanya enak, sehat dan bergizi tetapi juga terjangkau harganya serta sebagai alternatif makanan untuk remaja putri penderita anemia.
- b) Meningkatkan inovasi usaha produk pangan dengan menggunakan bahan pangan lokal yang dapat digunakan sebagai peluang usaha yang menjanjikan.
- c) Menumbuhkan jiwa yang aktif, kreatif dan inovatif dalam berwirausaha kepada mahasiswa.

E. Kerangka Penelitian



Keterangan:

 : Variabel yang tidak diteliti

 : Variabel yang diteliti