

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN) menjadi gerakan memotivasi masyarakat secara luas dengan tujuan membangun kesadaran gizi untuk meningkatkan konsumsi ikan. Menurut Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP, 2022) angka konsumsi ikan Indonesia pada tahun 2022 sebesar 57,27 kilogram per kapita/tahun meski mengalami kenaikan sebesar 2,11%, target konsumsi ikan pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2020-2024 adalah 62%. Faktor penyebab konsumsi ikan rendah di Indonesia adalah faktor pengetahuan, ketersediaan bahan pangan dan juga selera (Mar'ie et al., 2022).

Ikan merupakan bahan pangan protein hewani dengan harga yang tergolong ekonomis. Nilai gizi ikan tak kalah daripada daging dan ayam, kandungan asam amino essensial dan nilai bioavailabilitas tinggi pada ikan menjadi alternatif yang baik sebagai pengganti daging dan ayam yang mahal (Kaimudin, 2020). Ikan dapat dimodifikasi menjadi makanan tertentu seperti makanan kudapan seperti nugget, bakso, sosis, abon ikan dan pempek (Kusumaningrum & Oktawati, 2023). Adanya modifikasi bentuk produk makanan menjadi solusi untuk memberi nilai tambah (kandungan gizi, rasa, dan penampilan) dalam mengatasi rasa bosan terhadap jenis olahan seperti menggoreng, menyambal dan menggulai masakan (Akbar et al., 2020).

Nugget merupakan makanan selingan yang mudah dibuat, yang memiliki kontribusi tinggi terhadap sumbangan protein dalam sehari. Secara umum, bahan baku pembuatan nugget menggunakan daging ayam yang dapat diganti dengan daging ikan sebagai alternatif lebih ekonomis. Nugget Ikan yang berkualitas memiliki karakteristik tekstur elastis dan kenyal (Ilma Daroyani et al., 2022). Berdasarkan penelitian (Siahaan et al., 2020b)

menyatakan bahwa nugget ikan gabus berpengaruh kepada respon imunitas pada penyakit infeksi seperti HIV/AIDS. Menurut Badan Standarisasi Nasional dalam SNI 7758:2013 syarat mutu nugget ikan per 100 gr yaitu kadar air maksimum (maks) 60%, kadar abu maks 2,5%, kadar protein minimum 5%, dan kadar lemak maks 15%.

Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang memiliki kandungan makronutrien dan mikronutrien seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin dan mineral yang dibutuhkan bagi kesehatan tubuh (Andhikawati et al., 2021). Berdasarkan penelitian (Untari et al., 2022) menjelaskan bahwa kaum millennial lebih menyukai ikan air tawar daripada ikan laut. Ikan laut memiliki keunggulan yaitu kandungan protein, asam lemak essensial (Omega 3) dan mineral lebih tinggi daripada ikan tawar (Andhikawati et al., 2021). Ikan belanak merupakan ikan tropis dan subtropis yang hidup di laut. Ikan ini sangat jarang dikonsumsi sebagai sumber protein hewani karena kurang familiar di masyarakat dan memiliki kelemahan yaitu duri kecil dibagian sekitar ekornya dan sisik yang menyerupai ular (Febriani et al., 2019). Kandungan gizi ikan belanak dalam 100 gr yaitu energi sebesar 83,5 kkal, protein 14,8 gr, lemak 2,3 gr, karbohidrat 0,0 gr dan kalsium 9 gr (TKPI, 2017).

Pemilihan ikan belanak pada penelitian ini karena harga yang murah, mudah didapat dan terjangkau terutama untuk penderita TB yang menengah ke bawah (Dewinta et al., 2021). Dengan kandungan asam amino essensial yang tinggi memegang peran penting dalam pembentukan dan pemeliharaan jaringan tubuh yang rusak seperti otot, tulang, hemoglobin dalam sel darah merah serta enzim dan hormon-horrmon (Kumaran & Velayutham, 2012). Untuk melengkapi asam amino essensial pada ikan belanak maka ditambahkan dengan protein nabati seperti Formula Tempe (Forte) (Almatsier et al., 2018).

Forte dibuat dari tempe yang ditambah dengan tepung terigu dan tepung gula lalu dikeringkan di *cabinet dryer* dengan suhu 60°C. Kandungan gizi tempe per 100 gr pada Tabel Bahan Pangan Indonesia (TKPI) untuk protein sebesar 20,5 gr, lemak 8,8 gr, Karbohidrat 13,5 gr, air 55,3 gr, serat

1,4 gr, dan Fe 4,0 gr. Berdasarkan penelitian (Asbur & Khairunnisyah, 2021) tempe lebih mudah dicerna, diserap dan dimanfaatkan tubuh dibandingkan dengan kedelai. Hal ini disebabkan karena pengolahan kedelai menjadi tempe akan menurunkan senyawa rafinosa dan stakiosa penyebab timbulnya gejala kembung perut. Tempe juga mengandung zat-zat antibakteri dan antioksidan seperti isoflavon yang dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh untuk melawan berbagai penyakit infeksi (Astawan et al., 2013 didalam Redi Aryanta, 2020).

Tempe juga merupakan bahan pangan yang banyak digunakan untuk intervensi Pemberian Makan Tambahan (PMT) lokal salah satunya berupa nugget. Nugget Belforte merupakan sebutan nugget berbahan ikan belanak dan forte. Beberapa penelitian menyatakan bahwa substitusi ikan pada nugget tempe juga berguna untuk meningkatkan berat badan dan tinggi badan anak yang mengalami stunting, meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dan remaja putri, meningkatkan menurunkan resiko penyakit jantung koroner (PJK), meningkatkan Lingkar Lengan Atas (LILA) pada ibu hamil yang Kekurangan Energi Kronik (KEK) ((Hevrialni & Sartika, 2021; Suganda et al., 2023; Syarfaini et al., 2018).

Hasil uji pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 29 Mei 2024 pada uji citarasa organoleptik dengan 15 orang panelis menghasilkan 4 perlakuan yang akan diuji organoleptik lanjutan adalah :

1. Perlakuan B, ikan belanak 370 gr + Forte 30 gr
2. Perlakuan C, ikan belanak 350 gr + Forte 50 gr
3. Perlakuan D, ikan belanak 330 gr + Forte 70 gr
4. Perlakuan E, ikan belanak 310 gr + Forte 90 gr

Berdasarkan hasil data di atas, maka saya merasa tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Uji Mutu Fisik dan Uji Proksimat Pada Nugget Ikan Belanak Substitusi Formula Tempe (Belforte) Sebagai Alternatif Snack untuk Penderita TBC di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Pakam.”

B. Rumusan masalah

Bagaimana uji mutu fisik dan proksimat Pada Nugget Ikan Belanak Substitusi Formula Tempe (Bellforte) Sebagai Alternatif Snack Penderita TBC di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Pakam?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hasil uji organoleptik dan uji proksimat Nugget Bellforte sebagai makanan selingan.

2. Tujuan Khusus

a. Menganalisis hasil uji mutu fisik Nugget Bellforte sebagai makanan selingan melalui uji hedonik mencakup uji warna, tekstur, rasa, dan aroma.

b. Menganalisis hasil uji proksimat Nugget Bellforte sebagai makanan selingan mencakup kadar air, kadar abu, protein, lemak, dan karbohidrat.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dirancang dapat menyalurkan manfaat bagi berbagai pihak, antara lain:

1. Bagi Penulis

Meningkatkan kemampuan dan keterampilan mengolah bahan pangan serta pemahaman tentang gizi dan pangan yang dapat berkontribusi dalam pemenuhan zat gizi makanan selingan dalam sehari.

2. Bagi Masyarakat

a. Membagikan informasi kepada masyarakat untuk mengolah bahan pangan yang kurang diminati menjadi suatu produk modifikasi yang menarik.

- b. Menambah pengetahuan masyarakat untuk pemanfaatan bahan pangan yang tak terpakai sebagai makanan selingan yang memiliki kandungan gizi tinggi.
- c. Menghasilkan produk Nugget Bellforte sebagai salah satu makanan selingan baru kaya zat gizi dalam usaha mengoptimalkan pemenuhan gizi pada pasien-pasien penyakit infeksi.

3. Bagi Institusi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu Tenaga Pengelola Gizi (TPG) meningkatkan keterampilan dalam pengelolaan bahan pangan kurang diminati menjadi lebih inovatif untuk mendukung program pelaksanaan intervensi gizi yang efektif di Puskesmas.