

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kebutuhan mineral dalam tubuh manusia merupakan hal penting yang harus dipenuhi sesuai dengan kondisi masing-masing organisme. Peranan mineral dalam tubuh adalah untuk menunjang metabolisme tubuh, mengatur keseimbangan kadar air dan menjaga kesehatan tubuh. Jenis mineral adalah kalsium, natrium, kalium, yodium dan besi. Kebutuhan akan mineral ini bervariasi dari orang ke orang menurut usia, jenis kelamin, fisiologi dan riwayat kesehatan. Di rumah sakit, kebutuhan mineral pasien dapat dipenuhi dengan memberikan obat-obatan tertentu dan makanan (Arpi Nanda Putra, 2017).

Salah satu mineral paling penting bagi tubuh adalah besi. Besi memiliki beberapa fungsi penting dalam tubuh sebagai pembawa oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh, ke transporter elektron memasuki sel dan membantu enzim masuk dalam jaringan tubuh. Zat mineral ini dibutuhkan pembentukan dan fungsi sel darah merah mioglobin, kolagen dan enzim. Selain itu, besi juga berfungsi sistem pertahanan tubuh 23 sumber zat besi dalam makanan berikatandengan protein (*heme*) dan sebagai senyawa besi organik kompleks (*non-heme*). Heme berasal dari materi makanan hewani seperti daging, ikan, hati, telur, dan susu. Dan *non-heme* merupakan makanan nabati seperti kacang-kacangan, sayuran berdaun hijau, buah-buahan dan biji-bijian (Noviati Fuada, 2019).

Zat besi adalah suatu unsur yang sangatlah penting dalam pembentukan hemoglobin (Hb). Sumber zat besi terbaik adalah makanan hewani dan ikan. Sumber baik lainnya termasuk telur, sereal, kacang-kacangan, sayuran hijau dan banyak buah. Yang terbaik adalah memperhatikan kombinasi makanan sehari-hari, yang terdiri dari campuran zat besi hewani dan nabati, serta sumber zat besi lainnya. Nutrisi yang dapat meningkatkan penyerapan. Diet harian harus mencakup nasi, daging ayam, ikan, kacang-kacangan, dan sayuran serta buah-buahan yang kaya vitamin C (Maria Evi Novianti, 2017).

Manfaat zat besi pada kalangan contohnya pada remaja, seperti penelitian dari Nur Masruroh, 2018 mengenai Hubungan Kejadian Dismenore Dengan

Asupan Fe(besi) Pada Remaja Putri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian remaja putri kurang mengkonsumsi Fe (besi) (50%). Sedangkan angka dismenore hampir separuhnya termasuk dalam kelompok nyeri ringan (45,5%). Hasil analisis dengan uji rank Spearman menunjukkan bahwa ada hubungan antara kejadian dismenore dengan asupan Fe (besi) dengan $p = 0,014$. Jadi, berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi asupan Fe (besi) maka semakin rendah kejadian dismenore. Diharapkan remaja putri dapat mencegah dan meredakan nyeri dengan mengkonsumsi makanan sumber Fe (zat besi).

Telur yaitu telur itik, dan telur unggas lainnya (Atikah Rahayu, 2019). Telur adalah sumber protein hewani yang enak, mudah dicerna dan bergizi. Selain itu, karena telur mudah didapat dan relatif murah, telur dapat dicampur dengan berbagai makanan dan digunakan sebagai lauk pauk seperti bubuk telur dan obat-obatan. Telur mengandung 13% protein, 12% lemak, berbagai vitamin dan mineral. Kuning telur adalah kuning telur yang paling berharga karena mengandung asam amino esensial yang anda butuhkan, serta mineral seperti kalsium, fosfor, sejumlah kecil kalsium, dan vitamin B kompleks. Beberapa protein dan semua lemak ada di kuning telur. Putih telur, yang mengandung sekitar 50 % kuning telur, mengandung lima jenis protein dan sejumlah kecil karbohidrat. Telur ayam merupakan salah satu pilihan yang dapat dijadikan sebagai menu untuk meningkatkan hemoglobin.

Telur adalah pilihan yang sangat direkomendasikan untuk orang yang menderita anemia defisiensi besi inflamasi. Telur memiliki kandungan protein rata-rata 12-16% atau sekitar 7-8 gram protein per butir telur. Telur juga mengandung kelas mineral yang sangat penting dan diperlukan untuk tubuh yaitu Fe dan B6. Telur mengandung zat besi yang cukup. Kandungan zat besi telur adalah 1,04 mg pada telur utuh dan 0,95 mg pada kuning telur. Selain itu, kandungan seng telur adalah 0,72 mg dalam telur utuh dan 0,58 mg dalam kuning telur (Meirita Herawati, 2022).

Telur dapat bermanfaat sebagai lauk pauk, bahan untuk mencampur makanan yang berbeda, tepung telur, obat-obatan. (I Wayan Rai Widarta, 2017).

Nutrisi yang terkandung dalam telur sangat mudah dicerna dan dimanfaatkan oleh tubuh. Untuk itu telur dianjurkan bagi orang yang sedang sakit atau dalam masa pemulihan, anak-anak yang sedang tumbuh, ibu hamil dan menyusui, serta bagi lansia (Deni Novia, 2018).

Telur asin merupakan istilah umum untuk masakan berbahan dasar telur yang diawetkan dengan cara diasinkan, yaitu diberikan garam berlebihan untuk menonaktifkan enzim perombak (Ramli, 2020). Produksi telur asin masyarakat biasanya dilakukan dengan membungkus atau menyimpan telur dalam bentuk campuran garam dan tepung batu bata, abu, kapur atau tanah liat, atau dalam larutan air garam jenuh selama 15-20 hari (Irawati Ramli, 2020). Pengasinan dikatakan berhasil dengan baik jika telur asin yang dihasilkan adalah stabil (dapat disimpan lama tanpa perubahan yang berarti), bau dan rasa telur sangat asin dan indah dengan putih dan kuning telur (Deni Novia, 2018).

Pasar Raya Medan *Mega Trade Center* (MMTC) merupakan pasar tradisional modern yang dikelola oleh perusahaan swasta PT. Deli Metropolitan seluas 7 ha. Pasar ini terdiri dari pasar basah yang menjual sayuran, buah-buahan, ikan, telur dan daging, serta pasar kering yang menjual pakaian, elektronik, dan kuliner. Pasar ini terletak di kawasan perbatasan antara Deli Serdang dan Kota Medan, letak pasar sangat strategis karena dekat dengan pemukiman penduduk dan dekat dengan jalan raya dan keamanan 24 jam. Pasar Raya MMTC (Medan *Mega Trade Center*) ini berlokasi di Jl. Williém Iskandar, Kenangan Baru, Percut Sei Tuan, Deli Serdang. Buka setiap hari mulai pukul 8 pagi sampai dengan pukul 11 malam, namun biasanya para pengunjung memadati MMTC sejak pukul 7 malam. Pasar ini memiliki fasilitas seperti tempat parkir yang luas, kebersihan, penerangan yang memadai, tempat rekreasi, kamar mandi, dan mushola, serta buka 24 jam sehari. Pasar ini juga memiliki bentuk bangunan yang unik dari pasar tradisional lainnya yaitu bangunan tanpa dinding atau tembok. Namun pasar ini dilengkapi dengan sistem pengawasan yaitu kamera CCTV untuk menjaga keamanan pasar dan keamanan 24/ jam.

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang, zat besi merupakan faktor penting

dalam pembentukan hemoglobin dalam sel darah merah. Kekurangan hemoglobin disebut anemia atau dapat disebut penyakit kurang darah.

Helmi (2021) menyebutkan telur ayam ras per 100g memiliki kandungan nutrisi antara lain: protein sebanyak 12,4 g, lemak 10,8 g, karbohidrat 0,7 g, kalsium 86 mg, fosfor 258mg, kalium 118,5 mg, zat besi 3 mg, air 74,30g, kalori sebesar 154 kal, vitamin B1 0,12 mg, vitamin B3 0,20 mg. Telur bebek per 100 gr memiliki kandungan nutrisi (Anonim1, 2022) antara lain: protein sebanyak 11,8 g, karbohidrat 3 g, lemak 14,2 g, air 70 g, energi 187 kal, kalsium 60mg, fosfor 268mg, zat besi 6mg, kalium 80 mg, natrium 115mg, vitamin A 180 mcg, vitamin B1 1,55 mg, vitamin B2 0,3mg, zinc 1,7 mg, kolin 263 mg, niacin 0,1 mg.

Berdasarkan hasil penelitian Munawarohthus Sholikha, (2021) dengan judul “Analisis Kandungan Logam Timbal (Pb), Besi (Fe) Dan Magnesium (Mg) Pada Pakan Ayam Ras Petelur Dengan Metode Spektrofotometri Serapan Atom (SSA)”. Dari pengujian tersebut didapatkan hasil, logam Fe (sampel A = 134,79 mg/kg dan sampel B = 117,9 mg/kg).

Menurut penelitian yang dilakukan Wa Ode Rustiah, (2016) Kandungan zat besi (Fe) dalam sampel dengan metode Spektrofotometer Serapan Atom (SSA). Untuk buah kelor, kadar zat besi (Fe) rata-rata pada titik A yakni 2,50 mg/100 gram sampel, titik B yakni 3,20 mg/100 gram sampel, titik C yakni 3,59 mg/100 gram sampel dan titik D yakni 4,51 mg/100 gram sampel.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Gambaran Kadar Besi(Fe) Pada Telur Bebek Asin Yang Dijual Di Pasar Tradisional MMTC Medan.

1.2 Perumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, dapat ditemukan masalah sebagai berikut: “Bagaimana Gambaran Kadar Besi (Fe) Pada Telur Bebek Asin Yang Dijual Di Pasar Tradisional MMTC Medan”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kadar besi (Fe) pada telur bebek asin.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis, menambah ilmu pengetahuan penulis dalam menambah wawasan pentingnya mineral besi (Fe) pada telur bebek asin.
2. Bagi masyarakat, memperluas informasi dan menambah pengetahuan kepada masyarakat mengenai dampak besi pada telur asin dan manfaat yang didapat masyarakat dalam mengonsumsi telur asin.
3. Bagi pembaca, untuk menjadi sumber wawasan dan pengetahuan bagi pembaca.