

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Anemia merupakan permasalahan kesehatan yang prevalensinya masih cukup tinggi secara global. Kondisi ini ditandai dengan kadar sel darah merah, hemoglobin, dan hematokrit yang berada di bawah batas normal, yang nilainya dapat berbeda-beda tergantung pada usia dan jenis kelamin individu. (Putri et al., 2024)

Kadar hemoglobin (Hb) di atas 12 gr/dl dianggap sebagai ambang normal bagi remaja putri. Apabila kadar Hb berada di bawah nilai tersebut, individu tersebut dapat dikategorikan mengalami anemia. Insiden anemia lebih dominan ditemukan di negara-negara berkembang, dengan prevalensi yang tercatat 3 hingga 4 kali lebih tinggi dibandingkan dengan negara maju. Menurut data dari World Health Organization (WHO), sekitar 30% populasi dunia mengalami anemia, dengan proporsi tertinggi terdapat pada kelompok remaja perempuan. Prevalensi anemia di kalangan remaja masih tergolong signifikan, yakni mencapai angka 29%. (WHO, 2019).

Di Indonesia, prevalensi anemia secara umum tercatat sebesar 21,7%. Insiden anemia pada kelompok usia 5–14 tahun mencapai 26,4%, sedangkan pada kelompok usia 15–24 tahun sebesar 18,4%. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, proporsi anemia pada perempuan lebih tinggi, yaitu 22,7%, dibandingkan dengan laki-laki yang sebesar 12,4%. Anemia dikategorikan sebagai masalah kesehatan masyarakat apabila prevalensinya melebihi angka 20%. (Riskesmas, 2019) (Nirmala et al., 2024).

Anemia pada remaja putri umumnya disebabkan oleh defisiensi zat besi yang berhubungan dengan peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan menstruasi, serta pola makan yang rendah asupan zat besi. Kondisi ini berdampak signifikan terhadap kualitas hidup remaja, karena menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, gangguan

kognitif, serta melemahnya daya tahan tubuh (Nurul Hafizah, Rusilanti, 2024)

Salah satu upaya untuk mencegah atau mengatasi anemia defisiensi besi adalah dengan meningkatkan asupan makanan yang mengandung zat besi. Zat besi dapat diperoleh dari dua jenis sumber utama, yaitu hewani dan nabati. Zat besi heme, yang memiliki tingkat absorpsi lebih tinggi, ditemukan dalam produk hewani. Namun, tingginya biaya pangan hewani menjadi kendala dalam pemenuhan kebutuhan zat besi heme, khususnya di kalangan masyarakat dengan keterbatasan ekonomi. Alternatifnya, terdapat berbagai sumber zat besi non-heme yang lebih terjangkau, seperti sereal, sayuran hijau, buah-buahan, dan kacang-kacangan. (Kalman et al., 2025)

Kacang merah (*Phaseolus vulgaris* L.) yang merupakan salah satu bahan pangan lokal yang mengandung gizi makro dan mikro yang tinggi. Dalam 100 gram kacang merah terdapat 23 gram protein, 7,7 mg zat besi, dan 16,9 gram serat. Kacang merah dapat diolah menjadi tepung dan digunakan sebagai bahan dasar makanan kering seperti cookies. Tepung kacang merah dapat menjadi alternatif pengganti tepung terigu dalam pengembangan camilan sehat (Aulia et al., 2024)

Sumber zat besi lainnya yang merupakan pangan lokal yaitu daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus* L.) yang banyak ditemukan di daerah Sumatera Utara. Daun ini dikenal sebagai pelancar ASI dalam pengobatan tradisional. Dalam 100 gram daun bangun-bangun terdapat 13,6 mg zat besi dan 279 mg kalsium. Daun ini dapat dikeringkan dan diolah menjadi tepung. Tepung daun bangun-bangun dapat difungsikan sebagai bahan fortifikasi dalam produk makanan (Mardiana et al., 2023)

Beberapa penelitian telah memadukan kacang merah dengan daun kelor atau labu kuning dalam pembuatan cookies. Kombinasi kacang merah dan daun bangun-bangun belum banyak diteliti. Kombinasi ini berpotensi menghasilkan cookies tinggi zat besi dan protein, serta memiliki daya terima yang baik (Binalopa et al., 2023).

Cookies merupakan salah satu jenis makanan ringan yang banyak digemari oleh berbagai kalangan, baik di wilayah perkotaan maupun pedesaan, dan sering dikonsumsi sebagai camilan penunda lapar. Selain sebagai pangan konvensional, cookies juga dapat dikembangkan menjadi pangan fungsional apabila dalam proses formulasi ditambahkan bahan-bahan yang memiliki manfaat positif bagi kesehatan tubuh. (Kangga & Wirawan, 2023)

Penelitian ini mengembangkan cookies dengan kombinasi tepung kacang merah dan variasi penambahan tepung daun bangun-bangun sebanyak 4, 6, dan 8 gram. Uji pendahuluan menunjukkan formulasi tersebut dapat diterima dari segi warna, tekstur, aroma, dan rasa oleh panelis konsumen remaja putri.

Pengembangan cookies fungsional ini bertujuan untuk menyediakan camilan sehat berbasis bahan lokal yang disukai remaja dan dapat mendukung upaya pencegahan anemia serta diversifikasi pangan lokal

B. Rumusan masalah

Bagaimana Daya Terima *Cookies* Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Daun Bangun Bangun (*Coleus Amboinicus*)?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui daya terima *Cookies* Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Daun Bangun Bangun (*Coleus Amboinicus*)

2. Tujuan khusus

- a. Menilai daya terima warna *Cookies* dari Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Daun Bangun Bangun (*Coleus Amboinicus*)
- b. Menilai daya terima tekstur *Cookies* dari Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Daun Bangun Bangun (*Coleus Amboinicus*)

- c. Menilai daya terima rasa *Cookies* dari Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Daun Bangun Bangun (*Coleus Amboinicus*)
- d. Menilai daya terima aroma *Cookies* dari Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Daun Bangun Bangun (*Coleus Amboinicus*)
- e. Menilai kandungan zat gizi *Cookies* dari Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Daun Bangun Bangun (*Coleus Amboinicus*) dari setiap perlakuan
- f. Menilai harga atau estimasi biaya produksi *Cookies* dari Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Daun Bangun Bangun (*Coleus Amboinicus*)

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Bagi Penulis

Menambah dan mengembangkan pengetahuan, wawasan, dan pengalaman penulis dalam menyusun karya tulis ilmiah dan sebagai penerapan teori dan ilmu pengetahuan yang diperoleh pada saat dibangku kuliah.

2. Manfaat bagi Masyarakat

Pemanfaatan bahan pangan lokal menjadi produk makanan yaitu cookies yang tidak hanya enak tetapi juga memiliki nilai gizi yang tinggi.