

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nugget merupakan produk olahan daging giling yang ditambahkan bahan pengikat dan dicampur dengan bumbu-bumbu kemudian diselimuti oleh putih telur (batter) dan tepung panir (breading) kemudian dilakukan pre-frying lalu dikemas dan dibekukan untuk mempertahankan mutu (Mawati et al., 2017). Nugget ayam semakin dikenal sebagai makanan olahan daging bergizi tinggi dan ketersediaannya di supermarket-supermarket relative banyak dan semakin disukai konsumen (Astriani et al., 2013; Komansilan, 2015). Dalam Standar Nasional Indonesia kandungan gizi nugget ayam dalam 100g adalah kadar air 60g, kadar protein 12g, kadar lemak 20g, kadar karbohidrat maksimum 25g, kadar kalsium maksimal 30mg. Sedangkan nilai energy pangan nugget sebesar 1.364 kJ atau senilai 326kcal.

Berdasarkan penelitian oleh Afifah (2020) ditemukan banyak masyarakat yang menyukai makanan seperti nugget. Nugget biasanya dibuat dari daging ayam tercantum dalam SNI 01-6683-2014, akan tetapi harga daging ayam yang relative mahal mengalami hambatan untuk sebagian orang membuat nugget berbahan dasar daging ayam. Hal ini membuat banyak orang untuk mengubah bahan dasar nugget seperti memakai bahan pangan seperti udang, tempe, tahu, jamur, sayuran dan juga ikan.

Saat ini tidak banyak nugget yang digunakan sebagai sumber zat besi. Beberapa orang jarang menggunakan Ikan lele untuk menjadi bahan dasar nugget karena aromanya amis dan banyak durinya. Hal ini membuat ikan lele hanya diolah dengan cara digoreng/dibakar. Berdasarkan data Kementerian Kelautan dan Perikanan (2022), produksi ikan lele nasional pada tahun 2021 mencapai 1.041.422 ton di mana mengalami peningkatan sebesar 4,57% dibandingkan tahun 2020. Produksi ikan lele terus meningkat karena ikan ini termasuk mudah untuk dibudidayakan dan disukai oleh masyarakat dengan energy 105kcal, lemak 2,9g, protein 18g.

Kangkung sebagai sayuran tidak hanya mengubah terstur, menambah kandungan gizi tetapi juga mengurangi aroma amis pada ikan lele. Tanaman kangkung darat termasuk tanaman sayuran yang berumur pendek. Manfaat daunnya mempunyai peran penting

terhadap sumber pangan di Indonesia (Agung, 2007). Kandungan gizi dalam 100 gram kangkung meliputi energi sebesar 29 kal; protein 3 gram; lemak 0,3 gram; karbohidrat 5,4 gram; serat 1 gram; kalsium 73 mg; fosfor 50 mg; besi 2,5 mg; vitamin A 6.300 IU; vitamin B1 0,07 mg; Vitamin C 32 mg; Air 89,7 gram (Harjana, 2016)

Kacang hijau jarang diolah untuk lauk pauk maka penambahan bahan pada nugget pakai kacang hijau karena memiliki kandungan lemak yang rendah dibanding kacang-kacang lainnya. Kandungan zat gizi kacang hijau cukup tinggi dan komposisinya lengkap. Dalam 100g kacang hijau terdapat 323 kkal, 22,9 protein, dan zat besi 7,5mg. (suksesty et al., 2017).

Nugget ikan lele yang ditambahkan dengan bahan sayuran kangkung dan kacang hijau bisa dikatakan sebagai sumber zat besi. Karena mempunyai keunggulan yang lebih tinggi kandungan zat gizinya daripada nugget ayam pada umumnya. Pada data badan pusat statistic (BPS) tahun 2021, konsumsi nugget setiap minggunya yaitu 886 buah. Makanan cepat saji biasanya mempunyai kelemahan pada kandungan serat dan juga zat besi. Untuk itu diperlukan nugget ikan lele dengan penambahan sayuran dan kacang-kacangan untuk meningkatkan kandungan serat dan zat besinya. yang akan ditambahkan pada nugget ikan lele adalah kangkung dan kacang hijau yang tinggi zat besi dan mudah ditemukan sehingga bisa menjadi sumber alternatif zat besi dan diharapkan dapat membantu menanggulangi anemia pada balita dan remaja (Purwandani L, 2014).

Menurut World Health Organization tahun 2019 (WHO) menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita subur 15 – 45 tahun berkisar sebanyak 29,9% dan menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 di Indonesia prevalensi anemia putri berkisar sebesar 27,2% pada kelompok usia 15 – 24 tahun sedangkan pada remaja putra sebesar 20,3% tentu saja lebih rendah dari remaja putri dan prevalensi anemia remaja di DKI Jakarta sebanyak 27,6% ini menjadi masalah kesehatan pada remaja khususnya pada remaja putri.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini dilakukan untuk menciptakan suatu inovasi produk pangan berupa nugget ikan lele dengan kangkung dan kacang hijau sebagai sumber zat besi dengan pengolahan yang tepat dan memiliki cita rasa yang dapat diterima oleh berbagai macam kalangan terutama remaja. nugget dengan bahan baku daging ikan lele dengan kangkung dan kacang hijau ini diharapkan dapat menjadi salah satu jenis makanan sumber zat besi.

1.2 Rumusan Masalah

Penambahan kangkung dan kacang hijau dalam nugget ikan lele akan mempengaruhi warna, aroma, tekstur dan rasa pada nugget tersebut. Oleh karena itu harus diteliti seberapa banyak penggunaan daging ikan lele dengan kangkung dan kacang hijau pada pembuatan nugget agar memiliki cita rasa yang disukai oleh masyarakat. Dan diharapkan daging ikan lele dengan kangkung dan kacang hijau dapat membantu meningkatkan nilai zat gizi terutama protein dan zat besi.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau pada pembuatan nugget ikan lele untuk meningkatkan kandungan protein dan zat besi serta melihat pengaruh terhadap sifat organoleptik dan daya terima.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap mutu rasa nugget kalejo.
2. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap mutu warna nugget kalejo.
3. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap mutu aroma nugget kalejo.
4. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap mutu tekstur nugget kalejo.
5. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap tingkat kesukaan rasa nugget kalejo.
6. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap tingkat kesukaan warna nugget kalejo.
7. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap tingkat kesukaan aroma nugget kalejo.
8. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap tingkat kesukaan tekstur nugget kalejo.

9. Mengidentifikasi pengaruh penambahan kangkung dan kacang hijau terhadap terhadap tingkat kesukaan keseluruhan pada nugget kalejo.
10. Menghitung presentase rendemen produk setiap perlakuan.
11. Menganalisis kandungan protein pada produk terpilih nugget kalejo.
12. Menganalisis kandungan zat besi pada produk terpilih nugget kalejo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan menambah pengalaman bagi peneliti terkait produk pangan olahan berbahan dasar daging ikan lele dengan kangkung dan kacang hijau.

1.4.2 Bagi Universitas

Hasil penelitian ini bertujuan agar menambah informasi, dan referensi bagi mahasiswa lain yang akan melakukan penelitian lanjutan mengenai pangan

1.4.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi tentang produk nugget ikan lele bisa menjadi makanan sehat sumber protein dan zat besi.