

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kalsium merupakan mineral yang paling banyak terdapat didalam tubuh dibandingkan mineral lain seperti fosfor, natrium, magnesium dan flour, yaitu 2% dari berat badan orang dewasa atau sekitar 1,0 – 1,4 kg. Dari jumlah ini 99% berada didalam jaringan keras, yaitu tulang dan gigi dan selebihnya kalsium tersebar didalam tubuh (Gusti Ayu Rai Saputri, Nofita, 2018). Kalsium adalah mineral penting yang paling banyak dibutuhkan oleh manusia. Kalsium bermanfaat untuk membantu proses pembentukan tulang dan gigi serta diperlukan dalam pembekuan darah, kontraksi otot, transmisi sinyal pada sel saraf (Amran, 2018).

Kecukupan kalsium perhari bagi bayi dan balita yaitu 200-1000 mg/hari, kecukupan kalsium remaja laki-laki dan perempuan yaitu 1200 mg/hari dan kecukupan kalsium pria dan wanita usia 45-80 tahun yaitu 1000 mg/hari (AKG, 2019). Namun konsumsi kalsium rata-rata di Indonesia hanya 254 mg per hari dari 800 mg per hari menurut angka kecukupan gizi yang dianjurkan (Ramayulis et al., 2018). Kalsium banyak dibutuhkan pada masa pertumbuhan bayi dan anak. Semakin tua usia manusia, maka semakin banyak kalsium yang dibutuhkan (Amran, 2018).

Defisiensi atau kekurangan asupan kalsium sendiri dapat menyebabkan beberapa penyakit salah satunya osteoporosis atau pengeroposan tulang yang terjadi pada usia dewasa. Pengeroposan tulang dapat terjadi karena kurangnya asupan kalsium sehingga kepadatan tulang pada usia tua menghilang (Sutiari, 2017).

Mineral kalsium dapat diperoleh melalui jenis makanan seperti susu dan olahannya (susu kedelai, yogurt, keju) dan kubis, brokoli, almond, salmon, jus jeruk, dan ikan. Diantara seluruh jenis ikan yang memiliki kandungan mineral kalsium paling tinggi yaitu jenis ikan teri (100gr ikan teri segar mengandung 500 mg kalsium), karena hanya ikan teri yang dapat dikonsumsi hingga ke tulang-tulanganya (Kamalah & Tina, 2022).

Ikan teri merupakan ikan yang berada di daerah perairan pesisir. Ikan teri hidup berkelompok yang terdiri dari ratusan sampai ribuan ekor. Ikan teri berukuran kecil dan besarnya ukuran bervariasi yaitu antara 6-9 cm (Aryati & Dharmayanti, 2014). Menurut Sediaoetama dalam Moniharapon & Indriaty, 2015), ikan kecil seperti ikan teri mempunyai kelebihan, seluruh tubuhnya dapat dikonsumsi termasuk tulangnya yang merupakan sumber zat kapur (Ca) yang baik bagi tubuh manusia. Selain kandungan gizinya yang tinggi, harga ikan teri relatif lebih murah dibanding sumber protein lainnya. Sehingga dapat terjangkau oleh masyarakat berpenghasilan rendah.

Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP 2021) mencatat, Indonesia memproduksi ikan teri sebanyak 259.882 ton dengan nilai Rp6,04 triliun pada 2021. Jumlah tersebut mengalami kenaikan 10,79% dibandingkan pada tahun sebelumnya yang sebanyak 234.562 ton dengan nilai Rp5,54 triliun. Kepulauan Riau menjadi provinsi yang paling banyak memproduksi ikan teri, yakni 32.055 ton pada 2021 (Marsumi et al., 2022).

Ikan teri (*Stolephorus sp*) merupakan salah satu potensi laut yang memiliki nilai ekonomis tinggi. Selain itu komposisi 100gr/l ons ikan teri memiliki kandungan protein 33,4 gr, lemak 3 gr, fosfor 1,5 gr, besi 0,0036 gr, vitamin B1 0,15 gr, energi 77 kkal, kalsium 972 mg dan vitamin A 47 RE. Kandungan gizi ikan teri baik segar maupun kering lebih tinggi dibanding dengan ikan yang lain (Perana dalam Moniharapon & Indriaty, 2015).

Ikan teri termasuk kedalam golongan *oily-fish* yang memiliki kandungan asam lemak omega-3 yang tergolong tinggi yaitu 14 mg per gram bahan dengan komposisi 5 mg EPA dan 9 mg DHA . Meskipun analisis kandungan omega-3 pada ikan teri (*Stolephorus sp*) menunjukkan kadar yang tinggi, penggunaannya sebagai sumber alternatif asam lemak omega-3 masih jarang dilakukan (Sprague et al., 2015).

Omega-3 merupakan salah satu asam lemak tak jenuh yang esensial bagi tubuh dan dibutuhkan terutama bagi penderita kolesterol tinggi (Maulana. et al., 2014). Asam lemak omega-3 memberikan perlindungan pada sistem kardiovaskular dengan mengurangi kolesterol, menurunkan

kadar trigliserida plasma, menurunkan tekanan darah, mencegah agregasi platelet, anti-inflamasi, dan memperlancar peredaran darah (Setiawan & Halim, 2022). Pengolahan ikan teri selama ini masih terbatas pada pengolahan dengan digoreng, maupun ditumis, sehingga perlu dilakukan pengolahan yang lebih variasi dan menarik. Salah satu contohnya adalah dimsum.

Dimsum merupakan makanan dari daerah Tiongkok yang sangat populer di Indonesia. Dimsum merupakan snack berukuran kecil, dan biasanya disajikan bersama dengan minuman teh (Kah dalam Rotua et al., 2022). Dimsum terbuat dari daging, ayam, dan ikan yang kemudian dihaluskan dan dibumbui. Selanjutnya dibungkus dan dikukus dalam balutan kulit pangsit (Ni Putu Ardhanawati, 2019).

Keberadaan dimsum di Indonesia sangat populer dan banyak digemari oleh masyarakat Indonesia dari berbagai kalangan umur. Dimsum seringkali menjadi pilihan alternatif makanan ringan konsumen di sela rutinitas yang sibuk dan padat. Masyarakat Indonesia banyak yang menyukai dimsum karena memiliki rasa yang enak, harga yang murah, selain itu cara pengolahan dimsum tergolong mudah tanpa menggunakan minyak goreng serta penyajiannya praktis dengan penyediaan kalorinya yang cukup tinggi yaitu sebesar 138 kal/100g (Ainaf dalam Falah AS et al., 2023). Umumnya dimsum yang ada di pasaran saat ini menggunakan bahan baku ayam, udang, daging sapi atau ikan tenggiri, saat ini belum banyak penelitian mengenai dimsum yang terbuat dari ikan teri.

Pembuatan dimsum dengan penambahan ikan teri (*Stolephorus sp*) bertujuan untuk meningkatkan nilai gizi pada dimsum terutama kalsium dan asam lemak omega -3. 100 gram ikan teri memiliki nilai gizi kalsium (972 mg) dan asam lemak omega 3 (14 mg) dibandingkan dengan ayam per 100 gram yang hanya memiliki kalsium (14 mg) dan asam lemak omega 3 (3,8 mg) (TKPI, 2017).

Teri merupakan sumber kalsium yang baik selain susu, karena teri dikonsumsi bersamaan dengan tulang-tulangnya. Berbeda dengan ikan-ikan lain yang hanya dikonsumsi dagingnya saja. (Shoimi, 2021). Kalsium

sangat diperlukan oleh tubuh untuk proses perbaikan dan membangun jaringan, terutama jaringan tulang dan gigi. Selain itu ikan teri memiliki asam lemak omega-3 memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan jantung, mengurangi risiko serangan jantung, dan menurunkan kadar kolesterol. Ikan teri memiliki rasa yang gurih, sehingga akan menghasilkan varian rasa yang baru pada dimsum.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Uji Tingkat Kesukaan Pada Dimsum dengan Substitusi Ikan Teri (*Stolephorus sp.*)”

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana “Uji Tingkat Kesukaan Pada Dimsum dengan Substitusi Ikan Teri Segar (*Stolephorus sp.*)” ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui “Uji Tingkat Kesukaan Pada Dimsum dengan Substitusi Ikan Teri Segar (*Stolephorus sp.*)”

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat kesukaan warna pada dimsum dengan substitusi ikan teri (*Stolephorus sp.*).
2. Untuk mengetahui tingkat kesukaan aroma pada dimsum dengan substitusi ikan teri (*Stolephorus sp.*).
3. Untuk mengetahui tingkat kesukaan rasa pada dimsum dengan substitusi ikan teri (*Stolephorus sp.*).
4. Untuk mengetahui tingkat kesukaan tekstur pada dimsum dengan substitusi ikan teri (*Stolephorus sp.*).

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi penulis

Menambah pengetahuan dan dapat mengembangkan wawasan dalam penelitian Karya Tulis Ilmiah.

1.4.2 Bagi Masyarakat

1. Menambah nilai ekonomis dari ikan teri.

2. Menambah informasi pemanfaatan ikan teri sebagai bahan pangan lokal dalam pembuatan dimsum dengan substitusi ikan teri.

1.4.3 Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian diatas.

1.5. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah :

- a. Ikan yang digunakan dalam penelitian ini adalah ikan teri segar (*Stolephorus sp*).
- b. Uji organoleptik meliputi warna, aroma, rasa dan tekstur pada dimsum.