

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

WHO (2011) menunjukkan beban tertinggi defisiensi vitamin A terdapat pada negara – negara di Afrika dan Asia Tenggara. Di Indonesia, kekurangan vitamin A (KVA) menjadi masalah kesehatan yang signifikan. Untuk mengatasi hal ini, pemerintah Indonesia telah melaksanakan program pemberian suplemen vitamin A kapsul biru maupun kapsul merah pada bulan vitamin A, yaitu Februari dan Agustus setiap tahun. Program ini bertujuan untuk memberikan dukungan pada ibu nifas dalam menjalani 1000 hari pertama kehidupan (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Namun, meskipun program ini sudah berjalan sejak 1991, masih ada sekitar 42,8% ibu nifas di Indonesia yang belum mendapatkan vitamin A dan hanya 19,4% yang telah menerima dua kali suplemen kapsul vitamin A (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hasil penelitian di kota Palu menunjukkan bahwa hanya sekitar 51,2% ibu nifas yang mendapatkan kapsul vitamin A dan 52,4% yang mendapatkan dua kali suplemen (Bando dan Mujianti, 2018). Oleh karena itu, perlu adanya upaya yang lebih intensif dan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam program ini. Hal ini akan membantu mewujudkan target optimalisasi program dan mengurangi prevalensi KVA di Indonesia (Bhutta et al., 2013).

Vitamin A adalah salah satu mikronutrien penting yang dibutuhkan tubuh, tetapi tidak dapat diproduksi secara internal. Oleh karena itu, asupan harian yang cukup sangat diperlukan untuk mencegah terjadinya defisiensi mikronutrien ini. Untuk wanita postpartum, rekomendasi asupan vitamin A adalah 850 µg RE/hari, namun jumlah yang cukup tinggi ini seringkali sulit dicapai (WHO, 2011). Vitamin A memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan jaringan epitel, penglihatan, dan fungsi kekebalan tubuh. Selain itu, bayi biasanya lahir dengan simpanan vitamin A yang rendah, sehingga kecukupan asupan vitamin A sangat penting untuk mencegah terjadinya KVA (Cabezuelo et al., 2019). Pada bayi, risiko KVA sangat tinggi jika komposisi vitamin A dalam ASI rendah. Konsentrasi retinol dalam susu di bawah 1,1 µmol/L dapat menyebabkan simpanan tubuh bayi di bawah jumlah

kritis untuk memenuhi kebutuhan yang meningkat pada masa kanak-kanak nanti. Oleh karena itu, ASI yang bergizi dan kaya akan vitamin A merupakan sumber terbaik untuk bayi (Gannon, Jones dan Mehta, 2020). Selain itu, konsentrasi tertinggi vitamin A dalam ASI biasanya terjadi pada 21 hari pertama postpartum. Dengan demikian, sangat penting bagi ibu menyusui untuk memperhatikan asupan vitamin A mereka agar bayi mendapatkan asupan yang cukup melalui ASI yang berkualitas tinggi (Soares et al., 2019).

Vitamin A yang terkandung dalam bahan pangan nabati dalam bentuk β -karoten (provitamin A) dapat diperoleh dari sumber-sumber berwarna kuning atau hijau. Salah satu sumbernya adalah dedaunan, seperti daun katuk dan daun torbangun. Meskipun demikian, penelitian mengenai kadar β -karoten pada daun katuk dan daun torbangun masih sangat terbatas. Pemilihan β -karoten dalam penelitian ini didasarkan pada sifatnya yang lebih stabil dibandingkan vitamin A, karena β -karoten terletak pada tempat yang terlindungi dari oksigen dalam bahan pangan (Sutjiati, 2014). Selain itu, pemilihan kombinasi daun katuk dan daun torbangun dipilih karena kombinasi kedua bahan tersebut terbukti lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI dibandingkan hanya menggunakan salah satu dari kedua daun tersebut (Zakaria, 2012). Studi sebelumnya menunjukkan bahwa konsumsi daun katuk dan daun torbangun dapat meningkatkan produksi ASI karena kandungan antioksidan di dalamnya, seperti flavonoid (Lutfiani dan Nasrulloh, 2023). Namun, temuan sebelumnya juga menunjukkan bahwa vitamin A dapat meningkatkan produksi ASI dengan mempromosikan diferensiasi dan proliferasi sel epitel alveolus yang berfungsi sebagai penghasil (Rahmadani et al., 2020). Kadar β -karoten pada daun katuk adalah 9.152 mcg/100 g, lebih tinggi dibandingkan dengan kadar β -karoten pada wortel yang hanya sebesar 3.784 mcg/100 g. Sedangkan, kadar β -karoten pada daun torbangun lebih rendah, yakni hanya 1.489 mcg/100 g (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Pemanfaatan daun katuk dan daun torbangun masih belum optimal, terutama dalam hal konsumsi. Sebanyak 86,5% ibu-ibu di wilayah di Bantul, Yogyakarta tersebut hanya mengolah daun katuk sebagai sayur (Budiarti dan Kintoko, 2021) dan tidak sedikit penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil umumnya tidak terlalu menyukai sayuran (Retni dan Ayuba, 2021). Selain katuk, daun torbangun juga

hanya dimanfaatkan sebagai sayuran dan sup oleh masyarakat (Prahesti dan Sholihah, 2020).

Upaya yang dapat dilakukan untuk optimalisasi pemanfaatan pangan tersebut guna menunjang kadar vitamin A pada ibu postpartum dapat diberikan dengan mengolah ekstrak perasan daun katuk dan daun torbangun menjadi *cookies*. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan formulasi *cookies* yang terbaik dengan menggunakan fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan daun torbangun, serta melihat pengaruhnya terhadap kadar β -karoten untuk diberikan sebagai cemilan atau PMT pada ibu postpartum. Pemilihan fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan daun torbangun didasarkan pada tingginya kadar β -karoten pada kedua jenis daun tersebut. Selain itu, dengan mengolah daun katuk dan daun torbangun menjadi *cookies*, diharapkan masyarakat dapat lebih mudah mengonsumsinya dan meningkatkan asupan vitamin A secara efektif. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat meningkatkan pemanfaatan daun katuk dan daun torbangun sebagai sumber vitamin A yang efektif. Selain itu, formulasi *cookies* yang terbaik dapat digunakan sebagai alternatif makanan sehat dan bergizi untuk ibu postpartum, terutama bagi mereka yang kurang suka mengonsumsi sayuran.

I.2 Rumusan Masalah

Status vitamin A yang baik pada ibu postpartum diperlukan untuk menunjang kualitas ASI sehingga bayi tidak rentan terhadap risiko kesehatan. Namun, cakupan pemberian kapsul vitamin A untuk ibu postpartum masih sangat rendah di Indonesia, meskipun program bulan vitamin A sudah dilaksanakan sejak 1991. Vitamin A dapat diperoleh dalam bentuk β -karoten yang banyak terdapat pada daun katuk dan daun torbangun. Melihat rendahnya cakupan suplementasi vitamin A pada ibu postpartum serta potensi tanaman lokal seperti daun katuk dan daun torbangun, maka penting untuk membuat cemilan seperti *cookies* dengan fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan daun torbangun untuk ibu postpartum. Penulis tertarik untuk mendapatkan perlakuan terbaik *cookies* fortifikasi ekstrak perasandaun katuk dan daun torbangun serta melihat pengaruh fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan ekstrak perasan daun torbangun terhadap kandungan gizi

cookies, kandungan β -karoten *cookies*, dan sifat organoleptik *cookies* yang akan diberikan pada ibu postpartum.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengolah *cookies* fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan daun torbangun yang dapat menunjang status vitamin A pada ibu postpartum. Di samping itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi formulasi *cookies* yang tepat sehingga dapat meningkatkan daya terima masyarakat. *Cookies* dengan fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan daun torbangun ini dapat diberikan sebagai cemilan atau PMT pada ibu postpartum.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari pembuatan produk pangan ini adalah:

- a. Menganalisis pengaruh fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan ekstrak perasan daun torbangun terhadap Kandungan gizi *cookies*
- b. Menganalisis pengaruh fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan ekstrak perasan daun torbangun terhadap Kandungan β -karoten *cookies*
- c. Menganalisis pengaruh fortifikasi ekstrak perasan daun katuk dan ekstrak perasan daun torbangun terhadap sifat organoleptik (warna, rasa, aroma, tekstur) *cookies*
- d. Menganalisis pemilihan perlakuan terbaik *cookies* dari ekstrak perasan daun katuk dan ekstrak perasan daun torbangun

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber pengetahuan baru dan selanjutnya dapat bermanfaat dalam perkembangan ilmu pengetahuan, terutama terkait pemanfaatan tanaman lokal katuk dan torbangun yang daunnya diolah menjadi *cookies* sehingga bermanfaat untuk meningkatkan kadar vitamin A dalam tubuh untuk ibu postpartum.

I.4.2 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi terobosan baru bagi masyarakat untuk membuat produk sehat yang sekaligus dapat meningkatkan kadar vitamin A dalam tubuh dengan bahan – bahan yang mudah didapat. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat melancarkan progam 1000 hari pertama kehidupan.

I.4.3 Bagi Responden

Produk *cookies* fotifikasi ekstrak perasan daun katuk dan daun torbangun yang merupakan hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi untuk para ibu postpartum terkait pangan fungsional sumber vitamin A yang dapat diperoleh dan dibuat dengan mudah. Produk ini dapat diberikan sebagai cemilan atau PMT untuk ibu postpartum. Selain itu, panelis yang turut serta membantu dalam penelitian ini juga mendapatkan ilmu pengetahuan dan pengalaman terkait uji organoleptik.