

LAPORAN TUGAS AKHIR

**MODIFIKASI HATI AYAM DAN BAYAM MERAH PADA
NUGGET AYAM SEBAGAI PANGAN OLAHAN DALAM
UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL**



DISUSUN OLEH

ADISTY PUTRI MAHARANI

PO5303241231168

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI GIZI
ANGKATAN XVIII
2026**

HALAMAN PERSYARATAN GELAR

**MODIFIKASI HATI AYAM DAN BAYAM MERAH PADA
NUGGET AYAM SEBAGAI PANGAN OLAHAN DALAM
UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL**

**Sebagai Laporan Tugas Akhir Yang Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Tugas
Akhir Dalam Menyelesaikan Pendidikan Diploma Iii Gizi
Tahun Akademik 2023/2024**

DISUSUN

ADISTY PUTRI MAHARANI

PO5303241231168

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI GIZI
ANGKATAN XVIII
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

MODIFIKASI HATI AYAM DAN BAYAM MERAH PADA NUGGET AYAM SEBAGAI PANGAN OLAHAN DALAM UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

DISUSUN OLEH

ADISTY PUTRI MAHARANI

PO5303241231168

Telah Disetujui Oleh Pembimbing Untuk Diujikan

Pembimbing



Maria F. Vinsensia D.P Kewa Niron, SST.,M.Kes
NIP.198904052020122002

**Mengetahui,
Ketua Prodi D-III Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang**



Juni Gressilda Louisa Sine, S.TP, M.Kes
NIP.198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

**MODIFIKASI HATI AYAM DAN BAYAM MERAH PADA NUGGET AYAM
SEBAGAI PANGAN OLAHAN DALAM UPAYA PENCEGAHAN
ANEMIA PADA IBU HAMIL**

DISUSUN OLEH :

ADISTY PUTRI MAHARANI

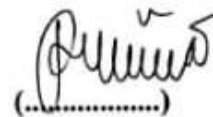
PO5303241231168

Telah Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji Pada Tanggal 9 Juni 2026

Penguji I Dr. Indhira Shagti, SST., M. Gizi
NIP. 197912082008012007



Penguji II Maria F. Vinsensia D.P Kewa Niron, SST., M. Kes
NIP. 198904052020122002



Mengetahui

Ketua Prodi D-III Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda Louisa Sine, STP., M. Kes

NIP. 198006012009122001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Adisty Putri Maharani

NIM : PO5303241231168

Tanda Tangan :



Tanggal : 9 Juni 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Kupang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Adisty Putri Maharani

NIM : PO5303241231168

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kupang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul : Modifikasi Hati Ayam Dan Bayam Merah Pada Nugget Ayam Sebagai Pangan Olahan Dalam Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil.

Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Kupang berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Kupang

Pada tanggal : 1 Juli 2026

Yang menyatakan



(Adisty Putri Maharani)

BIODATA PENULIS



DATA PRIBADI

Nama	: Adisty Putri Maharani
Tempat/Tanggal Lahir	: Ambon, 26 Juni 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Alamanda, Alak

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Lulusan TK Tunas Harapan Tahun 2011
2. Lulusan SD Negeri Bonipoi Tahun 2017
3. Lulusan MTs Negeri Kupang 2020
4. Lulusan MA Negeri Kupang 2023

Mahasiswa D-III Poltekkes Kemenkes Kupang Program Studi Gizi Angkatan XVIII Tahun 2023

MOTTO

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

"Lā ilāha illā anta sub-ḥānaka innī kuntū minaz-ẓālimīn"

(QS. Al-Anbiya : 87)

“Allah Tidak Membebani Seseorang, Kecuali Menurut Kesanggupannya”.

(QS. Al-Baqarah: 185)

“Allah Tidak Mengatakan Hidup Ini Mudah. Tetapi Allah Berjanji, Sesungguhnya
Sesudah Kesulitan Itu Ada Kemudahan”

(QS. Al-Insyirah : 6)

"Kasih Sayang Kami Mungkin Tak Selalu Terlihat, Tetapi Setiap Usaha Yang
Kami Lakukan Adalah Cara Kami Mencintai Kalian. Selama Itu Baik, Akan
Selalu Kami Usahakan Semampu Kami."

(Ayah & Bunda)

“Lebih Baik Menyesal Karena Sudah Mencoba, Dari Pada Menyesal Karena
Tidak Mencoba Sama Sekali”

(Adisty)

“Pada Akhirnya, Ini Semua Hanyalah Permulaan”

(Nadin Amizah)

“It’s Fine To Fake It Until You Make It, Until You Do, Until It’s True”

(Taylor Swift)

ABSTRAK

MODIFIKASI HATI AYAM DAN BAYAM MERAH PADA NUGGET AYAM SEBAGAI PANGAN OLAHAN DALAM UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

ADISTY PUTRI MAHARANI

(Dibimbing oleh Maria F. Vinsensia D. P. Kewa Niron, SST.,M.Kes)

adistyputrimhrni@gmail.com

Latar Belakang : Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah gizi yang dapat meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan serta berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Salah satu upaya pencegahannya adalah dengan memanfaatkan pangan lokal yang kaya zat besi, seperti hati ayam dan bayam merah, yang diolah menjadi nugget.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui daya terima dan nilai gizi nugget modifikasi hati ayam dan bayam merah

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan Rancangan Acak Lengkap (RAL) yang terdiri dari tiga perlakuan, yaitu P1 (60%:20%), P2 (65%:15%), dan P3 (70%:10%). Uji organoleptik dilakukan terhadap 30 panelis pada aspek warna, aroma, tekstur, dan rasa. Data dianalisis menggunakan uji Shapiro-Wilk dan dilanjutkan dengan uji Kruskal-Wallis, sedangkan nilai gizi dihitung berdasarkan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2020.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua formula memperoleh penilaian dalam kategori agak suka hingga suka. Uji Kruskal-Wallis menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada seluruh aspek organoleptik ($p>0,05$). Semakin tinggi proporsi hati ayam, semakin meningkat kandungan energi, protein, lemak, dan zat besi pada nugget.

Kesimpulan : Dengan demikian, nugget modifikasi hati ayam dan bayam merah berpotensi menjadi salah satu alternatif pangan sumber zat besi untuk membantu upaya pencegahan anemia pada ibu hamil

Kata Kunci : Anemia Ibu Hamil, Hati Ayam, Bayam Merah, Nugget, Daya Terima.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan berkat dan rahmat-Nya sehingga laporan tugas akhir yang berjudul **“Modifikasi Hati Ayam Dan Bayam Merah Pada Nugget Ayam Sebagai Pangan Olahan Dalam Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil”** dapat terselesaikan. Dalam penyelesaian laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapat bimbingan, bantuan serta dorongan dan motivasi dari banyak pihak, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir ini. Untuk itu dengan rendah hati penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Maria Hilaria, S.Si., S.Farm., Apt., M.Si. selaku Direktorat Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Juni Gressilda Louisa Sine, STP., M.kes selaku Ketua Prodi D3 Gizi Poltekkes Kemeneks Kupang
3. Maria F. Vinsensia D.P Kewa Niron, SST., M.kes selaku dosen pembimbing yang sudah banyak membantu dan mendorong dalam penulisan laporan tugas akhir ini.
4. Dr. Indhira Shagti, SST., M.Gizi. Selaku penguji yang telah memberikan arahan dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
5. Bapak/ibu dosen program studi D3 Gizi yang sudah ikut serta membantu dalam proses penyusunan laporan tugas akhir ini.
6. Ayah / Bunda dan Kakak-Adik serta semua keluarga besar yang selalu mendoakan dan mendukung serta membantu dalam hal apapun.
7. Teman-teman gizi angkatan 18 atas bantuannya dalam penyusunan sampai dengan terselesainya laporan tugas akhir ini.
8. Sahabat-sahabat saya yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu yang sudah memberikan dukungan dalam hal apapun.

Penulis menyadari laporan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca.

Kupang, Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSYARATAN GELAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
sBIODATA PENULIS.....	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Anemia Pada Ibu Hamil.....	7
B. Hati Ayam	8
C. Bayam Merah.....	10
D. Nugget.....	11
E. Uji Organoleptik	13
F. Kerangka Konsep.....	15
G. Variabel Penelitian	15
BAB III METODE PENELITIAN.....	16
A. Jenis Penelitian	16
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	16
C. Kriteria Panelis	16
D. Alat Dan Bahan.....	16
E. Prosedur Kerja	18
F. Analisis Data.....	20

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	22
A. Hasil	22
B. Pembahasan	28
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2. Kandungan Gizi Hati Ayam per 100 gram	9
Tabel 3. Kandungan Gizi Bayam Merah per 100 g.....	11
Tabel 4. Alat Yang Digunakan Dalam Pembuatan Nugget	17
Tabel 5. Bahan Pembuatan Nugget	18
Tabel 6. Penilaian Uji Organoleptik.....	22
Tabel 7. Hasil Uji Normalitas	26
Tabel 8. Hasil Uji Kruskal-Wallis	27
Tabel 9. Nilai Gizi Nugget Per Resep	28
Tabel 10. Nilai Gizi Nugget Per Sajian (40g)	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hati Ayam.....	9
Gambar 2. Bayam Merah.....	10
Gambar 3. Nugget.....	12
Gambar 4. Kerangka Konsep Penelitian.....	15
Gambar 5. Prosedur Pembuatan Nugget.....	19
Gambar 6. Diagram Alir Pengujian Organoleptik.....	20
Gambar 7. Aspek Penilaian Warna.....	23
Gambar 8. Aspek Penilaian Aroma.....	24
Gambar 9. Aspek Penilaian Tekstur.....	25
Gambar 10. Aspek Penilaian Rasa.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Panelis	47
Lampiran 2. Formulir Uji Organoleptik.....	48
Lampiran 3. Tabulasi Hasil Uji Organoleptik	49
Lampiran 4. Kandungan Nilai Gizi Nugget P1, P2, dan P3.....	50
Lampiran 5. Uji Normalitas	52
Lampiran 6. Uji Kruskal Wallis	52
Lampiran 7. Proses Pembuatan Nugget	53
Lampiran 8. Dokumentasi Uji Organoleptik.....	57
Lampiran 9. Surat permohonan ijin penelitian.....	58
Lampiran !0. Surat Keterangan Layak Etik	59
Lampiran 11. Surat Keterangan Hasil Cek Plagiat	60
Lampiran 12. Logbook	61