

LAPORAN TUGAS AKHIR
UJI DAYA TERIMA STIK IKAN KEMBUNG YANG DIMODIFIKASI
DENGAN TEPUNG BAYAM HIJAU SEBAGAI CEMILAN SEHAT
TINGGI ZAT BESI BAGI IBU HAMIL



BEATRIX APRILLIA DETAQ

PO53O3241210140

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III GIZI

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**UJI DAYA TERIMA STIK IKAN KEMBUNG YANG DIMODIFIKASI
DENGAN TEPUNG BAYAM HIJAU SEBAGAI CEMILAN SEHAT
TINGGI ZAT BESI BAGI IBU HAMIL**

Disusun oleh:

BEATRIX APRILLIA DETAQ

PO53O3241210140

Telah disetujui oleh Pembimbing untuk Diseminarkan

Pembimbing,



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

**Mengetahui
Ketua Prodi Gizi,**



**Juni Gressilda Louisa Sine, STP., M.Kes.
NIP.198006012009122001**

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

UJI DAYA TERIMA STIK IKAN KEMBUNG YANG

DIMODIFIKASI DENGAN TEPUNG BAYAM HIJAU SEBAGAI


CEMILAN SEHAT TINGGI ZAT BESI BAGI IBU HAMIL

DISUSUN

BEATRIX APRILLIA DETAQ
NIM. PO5303241210140

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji
pada tanggal

Penguji I Tobianus Hasan, S.Si., MPH


(.....)

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


(.....)

Mengetahui

Ketua Pogram Studi Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang


Juni Gressilda L. Sine, STP, M. Kes
NIP.198006012009122001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah, saya :

Nama : Beatrix Aprillia Detaq

NIM : PO5303241210140

Prodi : Gizi

Angkatan : XVI

Jenjang : Diploma III

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Laporan Tugas Akhir saya yang berjudul :

“UJI DAYA TERIMA STIK IKAN KEMBUNG YANG DIMODIFIKASI DENGAN TEPUNG BAYAM HIJAU SEBAGAI CAMILAN SEHAT TINGGI ZAT BESI BAGI IBU HAMIL”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kupang, 5 September 2024

Penulis



Beatrix Aprillia Detaq

BIODATA PENULIS



Nama : Beatrix Aprillia Detaq

TTL : Kupang, 12 April 2003

Agama : Kristen Protestan

Jenis Kelamin : Perempuan

Riwayat Pendidikan :

1. SD Impres Mokdale Tamat 2015
2. SMP Negeri 2 Lobalain Tamat 2018
3. SMA Negeri 1 Lobalain Tamat 2021
4. Diploma III Prodi Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

MOTTO

*“Bersukacitalah dalam pengharapan, sabarlah dalam
kesesakan, dan bertekunlah dalam doa!”*

(Roma 12:12)

ABSTRAK

Uji Daya Terima Stik Ikan Kembung Yang Dimodifikasi Dengan Tepung Bayam Hijau Sebagai Camilan Sehat Tinggi Zat Besi Bagi Ibu Hamil (Dibimbing oleh Maria F Vinsensia D P Kewa Niron, SST, M.Kes)

**Email : bdetaq@gmail.com
Kemenkes Poltekkes Kupang**

Latar Belakang: Anemia adalah kondisi dimana tubuh mengalami kekurangan sel darah merah dalam sirkulasi darah atau massa hemoglobin (Hb) sehingga tidak mampu menjalankan fungsinya dalam membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh dengan baik. salah satu faktor penyebab anemia yaitu karena ibu kekurangan zat besi. maka dari itu salah satu hal yang dapat dilakukan yaitu pemanfaatan pangan lokal menjadi olahan pangan yang tinggi akan zat besi. stik merupakan produk sangat disukai, pembuatan stik yang dimodifikasi dengan penambahan ikan kembung dan tepung bayam hijau diharapkan dapat disukai dan membantu ibu hamil dalam memenuhi zat besi harian.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui bagaimana pengaruh penambahan tepung bayam hijau terhadap daya terima dan nilai gizi stik ikan kembung.

Metode Penelitian: penelitian ini merupakan penelitian eksperimental menggunakan metode Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan 4 perlakuan. Analisis data menggunakan uji analisis OneWay Anova pada tingkat kepercayaan 95%. Jika terdapat perbedaan dilanjutkan dengan uji tukey.

Hasil: Dari hasil uji organoleptik stik ikan kembung yang dimodifikasi dengan tepung bayam hijau dari segi warna, aroma, tekstur, dan rasa produk yang paling disukai dan direkomendasikan yaitu P1(20%). Untuk nilai gizi pada P1 dengan penambahan tepung bayam 20% Energi: 2.400kkal , Protein: 66,7 g , Lemak: 152,3 g , KH: 210,3 g , Fe: 24,5 mg ,Vit. C: 250 UI.

Kesimpulan: Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental menggunakan rancangan acak dengan 4 perlakuan dimana penambahan tepung bayam pada P0(0%), P1(20%), P2(15%), P3(10%). Dari hasil uji organoleptik yang dilakukan perlakuan yang paling banyak disukai dan yang direkomendasikan yaitu P1(20%).

Kata Kunci: anemia pada ibu hamil, ikan kembung, bayam hijau.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala anugrah dan pernyataan-Nya. Sehingga penulis dapat menyusun laporan tugas akhir yang berjudul “Uji Daya Terima Stik Ikan Kembung yang Dimodifikasi dengan Tepung Bayam Hijau sebagai Cemilan Sehat Tinggi Zat Besi bagi Ibu Hamil” dengan baik dan tepat pada waktunya. Laporan tugas akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Ahli Madya Gizi pada Prodi Gizi Polterkes Kemenkes Kupang.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan laporan tugas akhir ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan masukan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Irfan, SKM., M.Kes. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Juni Gressilda Louisa Sine, STP., M.Kes. selaku Ketua Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang.
3. Maria F Vinsensia D P Kewa Niron, SST., M.Kes, selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. Tobianus Hasan, S.Si., MPH Selaku penguji yang telah memberikan saran dalam penyelesaian proposal ini.
5. Bapak, Mama, kakak dan adik tercinta yang dengan tidak bosan-bosannya memberikan dukungan masehat, perhatian, dan semangat selama ini.
6. Teman-teman Gizi angkatan ke XVI yang dengan setia mendukung dan memberikan semangat bagi penulis dalam menyelesaikan laporan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis meminta kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan proposal penelitian ini.

Kupang, mei 2024
Penulis

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
BIODATA.....	iv
MOTTO.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Anemia	6
1. Pengertian	6
2. Penyebab	6
3. Tanda dan Gejala.....	8
4. Dampak	9
B. Bayam Hijau.....	9
1. Deskripsi	9
2. Manfaat	10
3. Kandungan Gizi	11
C. Ikan Kembung.....	11
1. Deskripsi	11
2. Manfaat	13
3. Kandungan Gizi	13
D. Stik	10
E. Resep Original Stik Ikan	16
1. Bahan	16
2. Cara Pembuatan	16
F. Uji Organoleptik.....	17
G. Kerangka Konsep.....	19
BAB III. METODE PENELITIAN	20
A. Jenis Penelitian	20
B. Waktu dan Tempat Penelitian	20
C. Variabel Penelitian	20
D. Alat dan Bahan	21
1. Alat	21
2. Bahan	21

E. Prosedur kerja	22
F. Analisis Data	25
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A. Hasil Penelitian	26
1. Konverensi Tepung Bayam	26
2. Daya Terima Stik Ikan Kembung.....	26
3. Uji Anova	27
4. Uji Tukey.....	27
B. Pembahasan	28
1. Aspek Penilaian Warna	28
2. Aspek Penilaian Aroma.....	30
3. Aspek Penilaian Tekstur	32
4. Aspek Penilaian Rasa.....	34
C. Nilai Gizi Stik Ikan Kembung	35
D. Produk Rekomendasi	36
BAB V. PENUTUP	37
A. Kesimpulan	37
B. Saran	38
DAFTAR PUSTRAKA.....	39

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2. Kandungan Gizi Bayam Hijau	11
Tabel 3. Kandungan Gizi Ikan Kembng	13
Tabel 4. Alat Pembuatan Stik Ikan Kembung.....	21
Tabel 5. Bahan Stik Ikan Kembung	21
Tabel 6. Konversi Tepung Bayam Hijau.....	26
Tabel 7. Hasil Uji Organoleptik	26
Tabel 8. Hasil Uji Anova	27
Tabel 9. Hasil Uji Tukey	28
Tabel 10. Nilai Gizi Stik Ikan	36
Tabel 11. Nilai Gizi Stik Ikan/20g	36
Tabel 12. Rekomendasi Produk	37

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bayam Hijau.....	10
Gambar 2. Ikan Kembung.....	12
Gambar 3. Diagram Alir Pembuatan Tepung Bayam Merah.....	22
Gambar 4. Diagram Alir Pembuatan Stik Ikan Kembung ...	23
Gambar 5. Diagram Alir Pengujian Organoleptik	24
Gambar 6. Aspek penilaian warna	29
Gambar 7. Aspek penilaian aroma	31
Gambar 8. Aspek penilaian tekstur	32
Gambar 9. Aspek penilaian rasa.....	34

