

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**SIFAT ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN GIZI *SILKY*
PUDDING IKAN KEMBUNG DAN TEPUNG KACANG KEDELAI
SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN SELINGAN BAGI BALITA
UNTUK MENCEGAH *STUNTING***

DEVIANA FITRIANTI

NIM. P2.06.31.1.21.027

**STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2024**



Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi *Silky Pudding* Ikan Kembung dan Tepung Kacang Kedelai Sebagai Alternatif Makanan Selingan Bagi Balita Untuk Mencegah *Stunting*

Deviana Fitrianti

INTISARI

Stunting adalah masalah kekurangan gizi jangka panjang yang ditandai dengan hasil PB/U atau TB/U berada di bawah ambang batas (Z-Score) dari -2 SD hingga -3 SD. Berdasarkan data Survei Status Gizi Nasional tahun 2022 menunjukkan prevalensi *stunting* di Kabupaten Tasikmalaya sebesar 27,5%. Salah satu faktor penyebab *stunting* yaitu kurang asupan gizi terutama protein, kalsium, dan zink. Upaya untuk mencegah terjadinya kejadian *stunting* yaitu dengan pemberian makanan tambahan tinggi protein, kalsium dan zink untuk balita. Ikan kembung dan tepung kacang kedelai merupakan bahan pangan yang dapat digunakan untuk membuat makanan tambahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sifat organoleptik (warna, aroma, rasa, dan tekstur) dan kandungan gizi *silky pudding* ikan kembung dan tepung kacang kedelai. Jenis penelitian eksperimen dengan analisis deskriptif. Uji organoleptik menggunakan *hedonik scale test*. Perhitungan gizi mengacu pada Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2017 serta menggunakan *Ms. Office*. Penelitian terdiri dari 5 formula dengan perbandingan ikan kembung dan tepung kacang kedelai yaitu F1 (85%:15%), F2 (75%:25%), F3 (65%:35%), F4 (55%:45%), F5 (45%:55%). Uji organoleptik oleh 30 orang panelis tidak terlatih. Sehingga didapatkan formula terbaik yaitu F1 dengan nilai rata-rata keseluruhan 3,8. Nilai gizi per 100 g *silky pudding* F1 yaitu 137,3 kkal energi, 4,8 g protein, 0,4 mg zink dan 124,7 mg kalsium. Dalam 1 cup (50 g) *silky pudding* dapat memenuhi AKG sebanyak 4,8% energi, 11% protein, 0,2% zink dan 9,4% kalsium. Sehingga mengonsumsi 3 cup *silky pudding* dapat mencukupi AKG. Perkiraan harga jual produk F1 Rp. 4.261/100 gram.

Kata Kunci : *Stunting*, *Silky Pudding*, Ikan Kembung, Kacang Kedelai, Organoleptik.

ABSTRACT

DEVIANA FITRIANTI. "Organoleptic Properties and Nutritional Content of Silky Mackerel Pudding and Soybean Flour as Alternative Stuffed Food for Toddlers to Prevent Stunting." Under supervision of PIJAR BEYNA FATAMORGANA

Stunting is a long-term malnutrition problem characterized by PB/U or TB/U results that are below the threshold (Z-Score) from -2 SD to -3 SD. Based on data from the 2022 National Nutrition Status Survey, the prevalence of stunting in Tasikmalaya Regency is 27.5%. One of the factors causing stunting is insufficient nutritional intake, especially protein, calcium and zinc. Efforts to prevent stunting occur by providing additional food high in protein, calcium and zinc for toddlers. Mackerel and soybean flour are food ingredients that can be used to make additional food. This research aims to determine the organoleptic properties (color, aroma, taste and texture) and nutritional content of silky mackerel pudding and soybean flour. Type of experimental research with descriptive analysis. The organoleptic test uses the hedonic scale test. Nutritional calculations refer to the 2017 Indonesian Food Composition Table (TKPI) and use Ms. Office. The research consisted of 5 formulas with a ratio of mackerel and soybean flour, namely F1 (85%: 15%), F2 (75%: 25%), F3 (65%: 35%), F4 (55%: 45%), F5 (45%:55%). Organoleptic test by 30 untrained panelists. So the best formula is obtained, namely F1 with an overall average value of 3.8. The nutritional value per 100 g of silky pudding F1 is 137.3 kcal energy, 4.8 g protein, 0.4 mg zinc and 124.7 mg calcium. In 1 cup (50 g) silky pudding can meet the RDA of 4.8% energy, 11% protein, 0.2% zinc and 9.4% calcium. So consuming 3 cups of silky pudding can meet the AKG. Estimated selling price for F1 products Rp. 4,261/100 grams.

Keywords : Stunting, Silky Pudding, Mackerel, Soybeans, Organoleptic.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran ALLAH SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi *Silky Pudding* Ikan Kembung dan Tepung Kacang Kedelai Sebagai Alternatif *Makanan selingan* Bagi Balita Untuk Mencegah *Stunting*” dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam selalu tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Dalam penyusunan tugas akhir ini penulis banyak mendapat bimbingan, dorongan, bantuan dan semangat dari pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu pada kesempatan ini. Namun, penulis berterimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, STP., MP. selaku Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Pijar Beyna Fatamorgana, S. KM, M.Sc selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan serta masukan dalam penyusunan laporan tugas akhir.
4. Seluruh staff dosen dan tenaga kependidikan Program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
5. Kedua orang tua tercinta yang selalu menjadipeyemangat serta sadaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberi motivasi kepada penulis sehingga Laporan Tugas Akhir ini.
6. Keluarga dan saudara yang selalu mendo'akan dan memberikan dukungan dalam terselesaikannya Laporan Tugas Akhir ini.
7. Teman-teman yang selalu memberikan semangat dan dukungannya dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
8. Semua pihak terkait yang telah banyak membantu Laporan Tugas Akhir ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini, masih banyak kekurangan baik dalam hal penulisan maupun tata Bahasa. Oleh karena itu penulis

mengharapkan berbagai kritik dan saran yang sifatnya membangun. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi semua pihak yang membutuhkan.

Tasikmalaya, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
INTISARI.....	i
ABSTRACT.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Teori.....	5
1. <i>Stunting</i>	5
3. Kacang Kedelai	8
4. <i>Silky Pudding</i>	10
5. Bahan Pangan Pembuatan <i>Silky Pudding</i>	11
6. Uji Organoleptik.....	13
7. Panelis	15
8. Kandungan Gizi.....	17

B. Kerangka Teori.....	22
BAB III	23
METODE PENELITIAN.....	23
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Waktu Penelitian	23
1. Waktu	23
2. Tempat.....	23
C. Desain Penelitian.....	23
D. Variabel dan Definisi Operasional	27
E. Teknik Pengumpulan Data.....	27
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	28
1. Teknik Pengolahan Data	28
2. Teknik Analisis Data	29
G. Jalannya Penelitian.....	30
1. Penelitian Pendahuluan	30
2. Penelitian Pendahuluan	32
3. Penelitian Utama	33
4. Uji Organoleptik.....	34
Langkah-langkah uji organoleptik yaitu sebagai berikut:.....	34
5. Perhitungan Kandungan Gizi	34
BAB IV	35
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
1. Penelitian Pendahuluan	35
2. Penelitian Utama	36
3. Penilaian Warna, Aroma, Rasa dan Tekstur Secara Keseluruhan.....	40
4. Kandungan Nilai Gizi <i>Silky Pudding</i>	42

5. Perhitungan Estimasi Harga Produksi	42
BAB V	50
SIMPULAN DAN SARAN	50
A. Simpulan	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
Tabel 1	Kandungan Gizi Ikan Kembung per 100 gram	8
Tabel 2	Kandungan Gizi Kacang Kedelai per 100 gram	9
Tabel 3	Kandungan Gizi Tepung Kacang Kedelai	10
Tabel 4	Kandungan Protein dan Kalsium dalam <i>Silky Pudding</i>	11
Tabel 5	Rancangan Percobaan Penelitian Utama.....	24
Tabel 6	Pengelompokkan Perlakuan Uji Utama	24
Tabel 7	Alat Pembuatan <i>silky pudding</i>	25
Tabel 8	Bahan Pembuatan <i>silky pudding</i>	26
Tabel 9.	Variabel dan Definisi Operasional.....	27
Tabel 10	Nilai Rata-Rata Penilaian <i>Silky Pudding</i>	41
Tabel 11	kandungan Gizi <i>Silky Pudding per 100 g</i>	42
Tabel 12	kandungan Gizi <i>Silky Pudding per 50 g</i>	42
Tabel 13	Harga Produksi <i>Silky Pudding</i>	43
Tabel 14	Harga Jual <i>Silky Pudding</i>	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Ikan Kembung	7
Gambar 2 Kacang Kedelai	8
Gambar 3 <i>Silky Pudding</i>	10
Gambar 4 Agar-agar.....	11
Gambar 5 Susu Sapi	12
Gambar 6 Gula Pasir	12
Gambar 7 Tepung Maizena.....	13
Gambar 8 Kerangka Teori.....	22
Gambar 9 Pembuatan Tepung Kacang Kedelai	30
Gambar 10 Diagram Alir Perlakuan Ikan Kembung.....	31
Gambar 11 Diagram Alir Pembuatan <i>Silky Pudding</i>	33
Gambar 12 Tepung Kacang Kedelai	35
Gambar 13 <i>Silky Pudding</i> Ikan Kembung dan Tepung Kacang	36
Gambar 14 Tingkat Kesukaan Warna <i>Silky Pudding</i>	37
Gambar 15 Tingkat Kesukaan Aroma <i>Silky Pudding</i>	38
Gambar 16 Tingkat Kesukaan Rasa <i>Silky Pudding</i> Ikan Kembung dan Tepung Kacang Kedelai	39
Gambar 17 Tingkat Kesukaan Tekstur <i>Silky Pudding</i> Ikan Kembung dan Tepung Kacang Kedelai	40
Gambar 18 Penilaian Keseluruhan Parameter <i>Silky Pudding</i> Ikan Kembung dan Tepung Kacang Kedelai	41

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

1. Lampiran 1. Rincian Jadwal Penelitian
2. Lampiran 2. Rincian Anggaran Penelitian
3. Lampiran 3. *Informed Consent* (IC)
4. Lampiran 4. Formulir Uji Organoleptik
5. Lampiran 5. Data Hasil Uji Organoleptik
6. Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian