

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun Guna Mencapai Derajat Ahli Madya Gizi

**PENILAIAN ORGANOLEPTIK DAN ESTIMASI ZAT
BESI PADA SIOMAY AYAM DENGAN PENAMBAHAN
HATI AYAM DAN BAYAM SEBAGAI KUDAPAN
UNTUK REMAJA PUTRI**

Disusun oleh :

SYIFANIA NURUL FADILLAH

NIM.P2.06.31.2.21.059

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



HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul

**“Penilaian Organoleptik Dan Estimasi Zat Besi Pada Siomay Ayam
Dengan Penambahan Hati Ayam Dan Bayam Sebagai Kudapan
Untuk Remaja Putri”**

Disusun oleh:

SYIFANIA NURUL FADILLAH

NIM.P2.06.31.2.21.059

Pembimbing:



Uun Kunaepah, S.SiT, M.Si

NIP. 19710109199503320

PENILAIAN ORGANOLEPTIK DAN ESTIMASI ZAT BESI PADA SIOMAY AYAM DENGAN PENAMBAHAN HATI AYAM DAN BAYAM SEBAGAI KUDAPAN UNTUK REMAJA PUTRI

Syifania Nurul Fadillah¹ Uun Kunaepah²

INTISARI

Anemia menjadi salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia khususnya negara berkembang. Menurut data hasil Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 48,9% dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15 – 24 tahun. Upaya pencegahan yang dilakukan oleh pemerintah untuk menurunkan angka prevalensi anemia pada remaja putri ialah suplementasi zat besi dan asam folat melalui pemberian tablet tambah darah (TTD), selain itu untuk memenuhi asupan zat besi yang dapat diperoleh melalui protein hewani seperti hati, ikan, dan daging. Tujuan penelitian adalah mengetahui penilaian organoleptik siomay ayam dengan penambahan hati ayam dan bayam, mengetahui estimasi zat besi pada siomay ayam dengan penambahan hati ayam dan bayam, untuk mengetahui produk terbaik siomay ayam dengan penambahan hati ayam dan bayam berdasarkan uji organoleptik. Jenis penelitian ini adalah penelitian experimental menggunakan *Hedonic Scale Test* dengan desain penelitian Rancangan Acak Lengkap (RAL) terdapat 2 kali pengulangan. Penilaian berupa uji organoleptik dilakukan oleh tiga puluh panelis agak terlatih mahasiswa tingkat II dan III Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dan perhitungan estimasi kandungan gizi dan zat besi menggunakan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI). Hasil penelitian ini menghasilkan produk terbaik dengan nilai rata-rata semua parameter organoleptik 3.95 (Hati Ayam 70g dan Bayam 30g). Estimasi kandungan gizi Siomay Ayam dengan Penambahan Hati Ayam dan Bayam terbaik per 100 gram yaitu, energi 302,9 kkal, protein 13,5 gram, lemak 16 gram karbohidrat 32 gram dan zat besi 2,4 mg. Kontribusi gizi zat besi per 100 gram sebesar 30-16% dengan kecukupan gizi zat besi sehari 8-15 mg.

Kata Kunci: Siomay ayam, Hati ayam, Bayam, Remaja putri, Zat besi, Organoleptik

1. Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah- Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Penilaian Organoleptik Dan Estimasi Zat Besi Pada Siomay Ayam Dengan Penambahan Hati Ayam Dan Bayam Sebagai Kudapan Untuk Remaja Putri" Shalawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, pada para sahabat, keluarga serta kita selaku umatnya yang semoga setia hingga akhir zaman.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ketua Program Studi DIII Gizi Cirebon Uun Kunaepah, S.SiT. M.Si yang telah memberikan motivasi dan dukungan yang penuh terhadap penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
2. Dosen Pembimbing Tugas Akhir penelitian, Uun Kunaepah, SST. M.Si yang selalu memberikan dorongan, bimbingan, pengarahan, saran, serta motivasi dalam pembuatan tugas akhir ini.
3. Seluruh Dosen dan Staf Program Studi DIII Gizi Cirebon yang telah memberikan dukungan, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir tepat pada waktunya.
4. Penguji I Samuel, MKM, M.Gizi yang telah memberikan masukan, saran dan solusi dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Penguji II Dewi Vimala, SST, MPH yang telah memberikan masukan, saran dan solusi dalam penyusunan tugas akhir ini.
6. Teristimewa kepada kedua orangtua saya mamah dan papah, dan seluruh keluarga besar yang tiada henti memberikan dukungan serta do'a sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
7. Kepada semua sahabat terbaik saya yang selalu ada memberikan dukungan, doa, semangat dan motivasinya.
8. Teman-teman seperjuangan Program Studi DIII Gizi Cirebon angkatan XII "*Asclepius*" yang memberikan segala dukungan dalam bentuk apapun.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna, sehingga memiliki banyak kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk penyempurnaan yang lebih lanjut.

Cirebon, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
INTISARI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Peneliti.....	5
2. Prodi Gizi Cirebon	6
3. Masyarakat (Pembaca)	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Teori	7
1. Anemia	7
2. Siomay.....	10
3. Daging ayam	11
4. Hati ayam	13
5. Bayam.....	14
6. Zat besi	16
7. Uji Organoleptik	19
E. Kerangka Pemikiran.....	23
F. Kerangka Konsep	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Jenis Penelitian	25

G. Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
H. Desain penelitian	26
1. Rancangan Percobaan.....	26
2. Bahan dan Alat	27
3. Formulasi Bahan dan Perlakuan.....	29
I. Variabel dan Definisi Oprasional.....	31
1. Variabel Penelitian	31
2. Definisi Oprasional	32
J. Teknik Pengumpulan Data.....	36
1. Jenis Data	36
2. Cara Pengumpulan Data.....	36
3. Instrumen Penelitian.....	37
K. Pengolahan dan Analisis Data	37
1. Teknik Pengolahan Data	37
2. Teknik Analisis Data	39
L. Jalannya Penelitian.....	40
1. Persiapan Pembuatan Siomay Ayam.....	40
2. Persiapan Panelis.....	41
3. Penentuan Panelis.....	41
4. Pelaksanaan	42
5. Penyusunan Laporan Akhir.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil.....	46
1. Pembuatan Siomay Ayam Dengan Penambahan Hati Ayam Dan Bayam.....	46
2. Hasil Uji Organoleptik Siomay Ayam dengan Penambahan Hati Ayam dan Bayam	47
3. Estimasi Kandungan Gizi dan Zat Besi Siomay Ayam Dengan Penambahan Hati Ayam dan Bayam	51
B. Pembahasan.....	54
1. Pembuatan Siomay Ayam Dengan Penambahan Hati Ayam Dan Bayam.....	54
2. Uji Organoleptik.....	55
3. Estimasi Kandungan Gizi	61
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	63

A. Simpulan	63
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Gizi pada daging ayam per 100 gram	13
Tabel 2. Kandungan gizi pada hati ayam per 100 gram.....	14
Tabel 3. Kandungan gizi pada bayam per 100 gram.....	16
Tabel 4. Kecukupan Gizi Zat Besi berdasarkan AKG 2019	19
Tabel 5. Rancangan Acak Lengkap (RAL).....	26
Tabel 6. Daerah (layout) RAL Penelitian.....	26
Tabel 7. Bahan Penelitian dan Spesifikasi	28
Tabel 8. Alat penelitian dan Spesifikasi.....	29
Tabel 9. Formulasi Siomay Ayam dengan Penambahan Hati Ayam dan	30
Tabel 10. Bahan Pelengkap Siomay Ayam Dengan Penambahan Hati Ayam dan Bayam	31
Tabel 11. Rerata Penilaian Organoleptik Warna.....	47
Tabel 12. Rerata Penilaian Organoleptik Aroma	48
Tabel 13. Rerata Penilaian Organoleptik Rasa.....	49
Tabel 14. Rerata Penilaian Organoleptik Tekstur	50
Tabel 15. Rerata Penilaian Organoleptik Keseluruhan	50
Tabel 16. Estimasi Kandungan Gizi Siomay per 100 gram	51
Tabel 17. Kontribusi Gizi Energi Per 100 gram.....	52
Tabel 18. Kontribusi Gizi Protein Per 100 gram.....	52
Tabel 19. Kontribusi Gizi Lemak Per 100 gram	53
Tabel 20. Kontribusi Gizi Karbohidrat Per 100 gram	53
Tabel 21. Kontribusi Gizi Zat Besi Per 100 gram.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Siomay.....	10
Gambar 2. Daging Ayam	11
Gambar 3. Hati Ayam	13
Gambar 4. Bayam.....	14
Gambar 5. Kerangka Pemikiran.....	23
Gambar 6. Kerangka Konsep	24
Gambar 7. Diagram Alir	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian	70
Lampiran 2. Penjelasan Penelitian	71
Lampiran 3. Lembar Penjelasan Penelitian Bagi Calon Panelis	72
Lampiran 4. Kuesioner Penapisan Panelis	73
Lampiran 5. Formulir Penapisan Panelis	74
Lampiran 6. Formulir Uji Organoleptik I	75
Lampiran 7. Formulir Uji Organoleptik II	76
Lampiran 8. Persetujuan Setelah Penjelasan.....	77
Lampiran 9. Pengolahan Data Organoleptik.....	78
Lampiran 10. Dokumentasi.....	79
Lampiran 11. Kandungan Gizi Siomay Ayam Setiap Formula	80
Lampiran 12. Perhitungan Kandungan Gizi Siomay Ayam dengan Penambahan Hati Ayam dan Bayam	82