



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

UJI ORGANOLEPTIK DAN PENGEMBANGAN PRODUK PUDING TOMAT (*Solanum Lycopersicum*) DAN BUAH NAGA MERAH (*Hylocereus Polyrhizus*) SEBAGAI CEMILAN BAGI PENDERITA HIPERTENSI

Disusun Oleh :

INTAN TYA FAUZIAH

NIM P2.06.31.2.21.073

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas akhir dengan judul

**“UJI ORGANOLEPTIK DAN PENGEMBANGAN PRODUK PUDING
TOMAT (*Solanum Lycopersicum*) DAN BUAH NAGA MERAH (*Hylocereus
Polyrhizus*) SEBAGAI CEMILAN BAGI PENDERITA HIPERTENSI ”**

Disusun oleh:

INTAN TYA FAUZIAH

NIM.P2.06.31.2.21.073

Pembimbing :



Sholichin, SP, MT

Nip 198112062023211008

**“UJI ORGANOLEPTIK DAN PENGEMBANGAN PRODUK
PUDING TOMAT (*Solanum Lycopersicum*) DAN BUAH NAGA MERAH
(*Hylocereus Polyrhizus*) SEBAGAI CEMILAN BAGI PENDERITA
HIPERTENSI ”**

Intan Tya Fauziah¹, Sholichin, SP, MT²

INTISARI

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui penilaian organoleptik dari puding tomat dan buah naga merah sebagai cemilan sehat untuk penderita hipertensi.

Jenis penelitian ini adalah true eskperimental dengan menggunakan metode uji hedonik dengan desain penelitian Rancangan Acak Lengkap (RAL). Terdapat 2 kali pengulangan.

Penilaian berupa uji organoleptik dilakukan kepada 30 orang panelis agak terlatih yang merupakan mahasiswa dan mahasiswi tingkat II dan III Program Studi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon dan perhitungan estimasi kandungan gizi menggunakan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2020.

Hasil penelitian ini menghasilkan produk terbaik dengan nilai rata-rata dari keseluruhan parameter organoleptik adalah F4 (tomat 12,7: buah naga merah 25,4%). Kandungan gizi puding tomat dan buah naga merah per 100 gr yaitu energi 76 kkal, protein 0,70g, lemak 0.98 gram, karbohidrat 15,7gram dan kalium 58.2 mg. Kontribusi gizi didapatkan hasil dari formula terbaik puding tomat dan buah naga merah setiap kandungan gizi menghasilkan kontribusi sesuai dengan selingan sesuai kebutuhan.

Kata kunci: Tomat, Buah Naga Merah, Agar – agar plain, Selingan

1. Mahasiswa Prodi D III Gizi Cirebon
2. Dosen Program Studi D III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Dalam penulisan ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, bimbingan, dan dorongan baik itu langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak yang terkait atas kesuksesan dalam menyelesaikan penelitian ini. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar besarnya kepada:

1. Ketua Program Studi DIII Gizi Cirebon ibu Uun Kunaepah, S, ST, M. Si yang telah memberikan dukungan, bimbingan, motivasi, dan saran terhadap penyusunan Tugas Akhir ini.
2. Mr. Sholichin SP, MT selaku dosen pembimbing Tugas Akhir yang telah membantu dan memberikan saran dan solusi sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan tepat waktu.
3. Bapak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM dan Ibu Diyah Sri Yuhandini, S. SiT, SKM, M. Pd selaku dosen penguji Tugas Akhir yang telah membantu dan memberikan saran dan solusi sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan tepat waktu.
4. Seluruh dosen dan staff Prodi Gizi Cirebon yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
5. Keluarga besar saya terutama orang tua yang telah mendoakan dan mendukung baik moral maupun material yang selalu diberikan sehingga tugas akhir dapat selesai pada waktunya.
6. Teman-teman seperjuangan dari angkatan 3A atas pengalaman yang diberikan, semangat, dukungan, canda tawa, serta kebersamaannya selama ini.

Penulis sangat menyadari Tugas Akhir ini jauh dari kata sempurna, oleh sebab itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dan dapat memberikan manfaat bagi penulis pribadi dan bagi para pembaca.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
INTISARI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Tinjauan Teori.....	9
1. Hipertensi	9
2. Puding Tomat dan Buah Naga Merah.....	12
3. Penilaian Organoleptik	17
4. Uji Hedonik (Uji Kesukaan).....	19
5. Kandungan Gizi.....	19
6. Perhitungan Estimasi Kandungan Gizi.....	21
B. Kerangka Pemikiran	23
C. Kerangka Konsep	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Jenis Penelitian	25
B. Waktu dan Tempat Penelitian	25
1. Tempat Penelitian	25
2. Waktu Penelitian.....	25
C. Desain Penelitian	26
1. Rancangan Percobaan.....	26
2. Bahan dan Alat	26
3. Formulasi Bahan Setiap Perlakuan.....	28

D.	Varibel dan Definisi Operasional	29
1.	Variabel Penelitian.....	29
2.	Definisi Operasional.....	30
E.	Teknik Pengumpulan Data	33
1.	Jenis Data	33
2.	Cara Pengumpulan Data.....	33
3.	Instrumen Penelitian.....	33
F.	Pengolahan Dan Analisis Data	34
1.	Teknik Pengolahan Data.....	34
2.	Teknik Analisis Data.....	35
G.	Jalannya Penelitian	35
1.	Penapisan Panelis	35
2.	Penentuan Panelis.....	36
3.	Pembuatan Puding Tomat Dan Buah Naga	37
4.	Pelaksanaan	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		39
A.	Hasil.....	39
1.	Hasil Uji Organoleptik Puding Tomat dan Buah Naga merah	39
2.	Estimasi Kandungan Zat Gizi.....	40
B.	PEMBAHASAN	43
1.	Pembuatan puding tomat dan buah naga merah	43
2.	Uji Organoleptik.....	44
3.	Estimasi Kandungan Gizi Puding Tomat dan Buah Naga Merah	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		50
1.	KESIMPULAN.....	50
2.	SARAN.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....		52
LAMPIRAN.....		56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tomat.....	13
Gambar 2. Buah Naga Merah.....	15
Gambar 3. Kerangka Pemikiran.....	23
Gambar 4. Kerangka Konsep	24
Gambar 5. Diagram Alir Pembuatan Puding Tomat Dan Buah Naga merah.....	37
Gambar 6. Puding Tomat & Buah Naga Merah.....	39

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kandungan gizi tomat per 100 gr.....	14
Tabel 2. Kandungan gizi buah naga merah per 100 gr.....	17
Tabel 3. Angka Kecukupan Gizi (AKG).....	20
Tabel 4. Rancangan Acak Lengkap	26
Tabel 5. Bahan - bahan.....	27
Tabel 6. Alat - alat	27
Tabel 7. Formulasi Bahan Puding Tomat Dan Buah Naga Merah	28
Tabel 8. Definisi Operasional.....	30
Tabel 9. Hasil Nilai Rerata Organoleptik	39
Tabel 10. Estimasi Kandungan Gizi Puding per 100g	40
Tabel 11. Kontribusi Energi Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 gr ...	41
Tabel 12. Kontribusi Protein Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 gr ..	41
Tabel 13. Kontribusi Lemak Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 gr...	42
Tabel 14. Kontribusi Karbohidrat Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 gr	42
Tabel 15. Kontribusi Kalium Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 gr..	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian.....	56
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Penelitian Bagi Calon Panelis.....	57
Lampiran 3. Kuesioner Penapisan Panelis.....	58
Lampiran 4. Formulir Kesiediaan Menjadi Panelis	59
Lampiran 5. Formulir Uji Hedonik 1	60
Lampiran 6. Formulir Uji Hedonik 2	62
Lampiran 7. Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan.....	64
Lampiran 8. Dokumentasi.....	67
Lampiran 9. F1 Bahan Pembuatan Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 gr	68
Lampiran 10. F2 Bahan Pembuatan Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 gr	68
Lampiran 11. F3 Bahan Pembuatan Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 gr	68
Lampiran 12. F4 Bahan Pembuatan Puding Tomat Dan Buah Naga Merah Per 100 g.....	68