



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN SIFAT ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN GIZI DIMSUM IKAN PATIN DENGAN SUBSTITUSI TEPUNG KACANG HIJAU SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN TAMBAHAN PENCEGAH *STUNTING* PADA BALITA

Disusun oleh:
SALMA MUTIARA PUTRI H
NIM.P2.06.31.1.22.074

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



Gambaran Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi Dimsum Ikan Patin dengan Substitusi Tepung Kacang Hijau Sebagai Alternatif Makanan Tambahan Pencegah *Stunting* Pada Balita

Salma Mutiara Putri H

INTISARI

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi *stunting* pada balita di Indonesia mencapai 21,5%. Salah satu penyebab utama *stunting* adalah kurangnya asupan protein, zat besi, dan *zinc*. Untuk menambah variasi Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT), dikembangkan produk dimsum dari bahan pangan tinggi zat gizi seperti ikan patin dan tepung kacang hijau. Ikan patin mengandung 132 kalori, 17 g protein, 1,6 mg zat besi, dan 0,8 mg *zinc* per 100 gram, sedangkan tepung kacang hijau mengandung 286 kalori, 31,5 g protein, 6,7 mg zat besi, dan 2,7 mg *zinc* per 100 gram. Penelitian ini bertujuan mengetahui sifat organoleptik dan kandungan gizi dimsum ikan patin dengan substitusi tepung kacang hijau. Jenis penelitian adalah eksperimen dengan analisis deskriptif. Uji pendahuluan dilakukan pada kulit dimsum dengan perbandingan tepung terigu dan tepung kacang hijau, melibatkan 10 panelis agak terlatih. Formula paling disukai adalah F2 (82%:18%) dengan nilai rata-rata 3,3 yaitu netral. Formula F2 kemudian diberi isi ikan patin dan tepung kacang hijau, lalu diuji oleh 30 panelis tidak terlatih. Hasil menunjukkan Formula F2 (80%:20%) paling disukai dengan nilai rata-rata 4,1 yaitu suka. Kandungan gizi per 100 gram dimsum F2 yaitu: energi 234 kkal, protein 14 g, lemak 8 g, karbohidrat 34 g, zat besi 2 mg, dan *zinc* 2 mg. Konsumsi 100 gram dimsum F2 dapat memenuhi 53,57% kebutuhan protein anak usia 1–3 tahun. Harga pokok produksi per 100 gram Rp29.400, harga jual Rp36.760.

Kata Kunci: *Stunting*, Dimsum, Sifat Organoleptik, Kandungan Gizi Ikan Patin, Tepung Kacang Hijau

ABSTRACT

SALMA MUTIARA PUTRI H. Overview of Organoleptik Properties dan Nutritional Content of Patin Fish Dimsum with Green Mung Beans Flour Substitution as an Alternative Supplementary Food to Prevent Stunting in Toddlers. Under Supervision of SUMARTO

Based on the 2023 Indonesian Health Survey (IHS), the prevalence of stunting among children under five in Indonesia reached 21.5%. One of the main causes of stunting was the lack of protein, iron, and zinc intake. To add variety to the Supplementary Feeding Program (PMT), dim sum products were developed from foods high in nutrients such as catfish and mung bean flour. Catfish contained 132 calories, 17 g of protein, 1.6 mg of iron, and 0.8 mg of zinc per 100 grams, while mung bean flour contained 286 calories, 31.5 g of protein, 6.7 mg of iron, and 2.7 mg of zinc per 100 grams. This study aimed to determine the organoleptic properties and nutritional content of catfish dim sum with mung bean flour substitution. The type of research was experimental with descriptive analysis. Preliminary tests were conducted on dim sum skin with a ratio of wheat flour to mung bean flour, involving 10 moderately trained panelists. The most preferred Formula was F2 (82%:18%) with an average value of 3.3, which indicated a neutral preference. Formula F2 was then filled with catfish and mung bean flour, and tested by 30 untrained panelists. The results showed that Formula F2 (80%:20%) was the most preferred, with an average value of 4.1, which indicated a liking. The nutritional content per 100 grams of dim sum F2 was: 234 kcal of energy, 14 g of protein, 8 g of fat, 34 g of carbohydrate, 2 mg of iron, and 2 mg of zinc. Consumption of 100 grams of F2 dim sum could meet 53,57% of the protein needs of children aged 1–3 years. The cost of production per 100 grams was IDR 29,400, with a selling price of IDR 36,760.

Keywords: Stunting, Dimsum, Organoleptik Properties, Nutritional Content of Patin Fish, Mung Bean Flour

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat ALLAH SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir yang berjudul "Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi Dimsum Ikan Patin dengan Substitusi Tepung Kacang Hijau Sebagai Alternatif Makanan Tambahan Pencegah *Stunting* Pada Balita" dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam selalu tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Dalam penyusunan laporan 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, Ketua Program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya dan selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan serta masukan dalam penyusunan laporan tugas akhir.
3. Seluruh staff dosen dan tenaga kependidikan Program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
4. Kedua orang tua saya tercinta, yang tidak pernah berhenti mendoakan dan memberi dukungan baik secara moral dan materil sehingga laporan tugas akhir ini dapat diselesaikan.
5. Kakak dan adik saya yang selalu memberi semangat sehingga laporan tugas akhir ini dapat diselesaikan
6. Teman-teman yang selalu memberikan semangat dan dukungannya dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
7. 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 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS KARYA ILMIAH	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
INTISARI	v
ABSTRACK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Bagi Peneliti	4
2. Bagi Institusi	5
3. Bagi Masyarakat.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Stunting	6
2. Dimsum	7
3. Ikan Patin.....	9
4. Kacang Hijau.....	10
5. Tepung Kacang Hijau.....	11
6. Uji Organoleptik.....	12
7. Panelis	13

8. Kandungan Zat Gizi	15
9. Harga Pokok Produksi.....	17
B. Kerangka Teori	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	19
A. Jenis Penelitian	19
B. Waktu dan Tempat Penelitian	19
1. Waktu penelitian.....	19
2. Tempat Penelitian	19
C. Desain Penelitian.....	19
1. Rancangan Percobaan	19
2. Pengelompokan perlakuan	20
3. Alat dan Bahan	22
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	24
E. Teknik Pengumpulan Data	25
1. Jenis Data	25
2. Cara Pengumpulan Data.....	25
F. Pengolahan dan Analisis Data	25
1. Teknik Pengolahan Data.....	25
2. Teknik Analisis Data	26
G. Jalannya Penelitian	27
1. Penelitian Tahap 1 dan Tahap 2.....	27
a. Pembuatan Pure ikan patin	27
b. Pembuatan Tepung Kacang Hijau	28
c. Diagram Pembuatan Kulit Dimsum	29
d. Pembuatan isian dimsum.....	30
e. Proses Pengukusan	31
2. Uji Organoleptik.....	32
3. Analisis Kandungan Gizi Dimsum.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil	33
1. Penelitian Pendahuluan	33
2. Penelitian Utama	40

B. Pembahasan.....	49
1. Pembuatan Kulit Dimsum	49
2. Pembuatan Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau	51
3. Sifat Organoleptik	52
4. Kandungan Zat Gizi	55
5. Harga Produksi dan Harga Jual	57
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	58
A. Simpulan.....	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	63
RIWAYAT HIDUP PENULIS	87
A. Identitas Pribadi.....	87
B. Riwayat Pendidikan.....	87
C. Riwayat Organisasi.....	87

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
Tabel 1	Stdanar Mutu Dimsum (7756:2013).....	9
Tabel 2	Perbandingan Kandungan Gizi Ikan Patin dan Ikan Gabus per 100 gram	10
Tabel 3	Perbandingan Kandungan Gizi Kacang Hijau dan Kacang Merah Per 100 gram	11
Tabel 4	Perbandingan Kandungan Zat Gizi Tepung Kacang Hijau per 100 gram	12
Tabel 5	Rancangan Percobaan Penelitian Pendahuluan	20
Tabel 6	Rancangan Percobaan Penelitian Utama Isi Dimsum	20
Tabel 7	Pengelompokan Perlakuan Pendahuluan pembuatan kulit dimsum	21
Tabel 8	Pengelompokan Perlakuan Penelitian Utama.....	22
Tabel 9	Alat yang digunakan dalam penelitian	22
Tabel 10	Bahan Pembuatan Dimsum	23
Tabel 11	Variabel dan Definisi Operasional.....	24
Tabel 12	Karakteristik Sifat Fisik Kulit Dimsum.....	35
Tabel 13	Penilaian Kesukaan Panelis Pada Uji Organoleptik Pendahuluan	36
Tabel 14	Karakteristik Sifat Fisik Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau	41
Tabel 15	Nilai Rata-rata Kesukaan Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau	45
Tabel 16	Kandungan Gizi Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau per 100 gram.....	46
Tabel 17	Kandungan Gizi Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau per 5 gram.....	46
Tabel 18	Perbandingan Angka Kecukupan Gizi pada Formula 2 per 100 gram .	46
Tabel 19	Penentuan Harga Produksi dan Harga Jual Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau per 100 gram	47
Tabel 20	Perbandingan Harga Jual Produk Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau dengan Dimsum yang ada di Pasaran per 100 gram Produk.....	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Dimsum.....	7
Gambar 2. Ikan Patin	9
Gambar 3. Kacang Hijau	10
Gambar 4. Tepung Kacang Hijau	11
Gambar 5. Kerangka Teori.....	18
Gambar 6. Diagram Alir Pembuatan Ikan Patin	27
Gambar 7. Diagram Alir Pembuatan Tepung Kacang Hijau	28
Gambar 8. Diagram Alir Pembuatan Kulit Dimsum	29
Gambar 9. Diagram Alir Pembuatan Isian Dimsum.....	30
Gambar 10. Diagram Alir Pembuatan Dimsum.....	31
Gambar 11. Tepung Kacang Hijau	33
Gambar 12. Kulit Dimsum Substitusi Tepung Kacang Hijau.....	34
Gambar 13. Hasil Uji Organoleptik Tingkat Kesukaan Warna dimsum ikan patin tepung kacang hijau	37
Gambar 14. Hasil Uji Organoleptik Tingkat Kesukaan Aroma dimsum ikan patin tepung kacang hijau	37
Gambar 15. Hasil Uji Organoleptik Tingkat Kesukaan Rasa dimsum ikan patin tepung kacang hijau	38
Gambar 16. Hasil Uji Organoleptik Tingkat Kesukaan Tekstur dimsum ikan patin tepung kacang hijau	39
Gambar 17. Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau.....	41
Gambar 18. Hasil Uji Organoleptik Tingkat Kesukaan Warna Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau	42
Gambar 19. Hasil Uji Organoleptik Tingkat Kesukaan Aroma Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau	42
Gambar 20. Hasil Uji Organoleptik Tingkat Kesukaan Rasa Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau	43
Gambar 21. Hasil Uji Organoleptik Tingkat Kesukaan Tekstur Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau	44
Gambar 22. Penilaian Keseluruhan Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau	44

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

1. *Informed Consent* (IC)
2. Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
3. Formulir Uji Organoleptik
4. Master Tabel Tingkat Kesukaan Organoleptik Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau
5. Kandungan Gizi Dimsum Ikan Patin Substitusi Tepung Kacang Hijau
6. Dokumentasi Penelitian
7. Rincian Anggaran Biaya
8. Rincian Jadwal Penelitian
9. Riwayat Hidup Penulis