



**LAPORAN TUGAS AKHIR**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**SIFAT ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN GIZI DIMSUM  
SUBSTITUSI TEPUNG KACANG KEDELAI DENGAN ISIAN  
IKAN LELE DAN DAUN KATUK SEBAGAI ALTERNATIF  
SELINGAN PENCEGAH *STUNTING* PADA BADUTA**

**LIDA HIDAYATUSOLIHAH**

**NIM. P2.06.31.1.23.030**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**TAHUN 2026**





**LAPORAN TUGAS AKHIR**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**SIFAT ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN GIZI DIMSUM  
SUBSTITUSI TEPUNG KACANG KEDELAI DENGAN ISIAN  
IKAN LELE DAN DAUN KATUK SEBAGAI ALTERNATIF  
SELINGAN PENCEGAH *STUNTING* PADA BADUTA**

**LIDA HIDAYATUSOLIHAH**

**NIM. P2.06.31.1.23.030**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**TAHUN 2026**



## HALAMAN PERSETUJUAN

**Laporan Tugas Akhir dengan judul “Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk sebagai Alternatif Selingan Pencegah *Stunting* pada Baduta”**

Disusun oleh:

**LIDA HIDAYATUSOLIHAH**

NIM. P2.06.31.1.23.030

Hari : Selasa  
Tanggal : 12 Mei 2026  
Waktu : 09.00

Pembimbing



**Ima Karimah, M.Si**  
NIP. 198905052015032006

**LEMBAR PENGESAHAN**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Laporan Tugas Akhir dengan judul “Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk sebagai Alternatif Selingan Pencegah *Stunting* pada Baduta”**

Disusun oleh:

Nama : Lida Hidayatusolihah  
NIM : P2.06.31.1.23.030

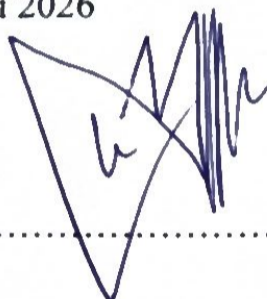
telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji  
pada tanggal 29 Mei 2026

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

**Ima Karimah, S.Gz., M.Si**

NIP. 198905052015032006

  
(.....)

Penguji I

**Pijar Beyna Fatamorgana, SKM, M.Sc**


NIP. 198907092020121002

  
(.....)

Penguji II

**Naning Hadiningsih, STP, M.Si**

NIP. 197603172025212007

  
(.....)

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya


**Sumarto, S.TP, MP**

NIP: 198401032012121002

**SURAT PERNYATAAN  
ORISINALITAS KARYA ILMIAH**

Saya Mahasiswa Program Studi Diploma III Gizi Tasikmalaya Jurusan Gizi  
Poltekkes Kememkes Tasikmalaya

Nama : Lida Hidayatusolihah

NIM : P20631123030

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir

Judul : Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi Dimsum  
Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele  
dan Daun Katuk sebagai Alternatif Selingan Pencegah  
*Stunting* pada Baduta

Pembimbing : Ima Karimah, S.Gz, M.Si

Tanggal Ujian Sidang : 29 Mei 2026

Menyatakan bahwa Tugas Akhir (TA) yang saya susun adalah benar-benar karya saya sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya termasuk pencabutan gelar vokasi yang telah saya peroleh. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Tasikmalaya, 29 Mei 2026



Lida Hidayatusolihah

NIM.P2.06.31.1.23.030

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Jurusan Gizi Tasikmalaya Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Lida Hidayatusolihah

NIM : P20631123030

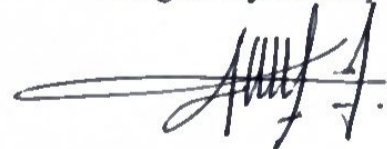
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Jurusan Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Tasikmalaya Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya berjudul: SIFAT ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN GIZI DIMSUM SUBSTITUSI TEPUNG KACANG KEDELAI DENGAN ISIAN IKAN LELE DAN DAUN KATUK SEBAGAI ALTERNATIF SELINGAN PENCEGAH *STUNTING* PADA BADUTA

Beserta perangkat yang ada, (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tasikmalaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta untuk kepentingan akademis. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Pada Tanggal : 29 Mei 2026

Yang menyatakan,



Lida Hidayatusolihah

NIM.P2.06.31.1.23.030

# Sifat Organoleptik Dan Kandungan Gizi Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk sebagai Alternatif Selingan Pencegah *Stunting* pada Baduta

Lida Hidayatusolihah

## INTISARI

Berdasarkan hasil SSGI tahun 2024, prevalensi *stunting* nasional sebesar 19,8%. Kurangnya asupan protein, besi, seng dan kalsium merupakan faktor langsung penyebab *stunting*. Pemerintah sudah melaksanakan program PMT, namun masih terdapat beberapa kendala sehingga angka *stunting* masih tinggi. Untuk itu, perlu adanya penyediaan makanan tinggi gizi dengan memanfaatkan bahan pangan lokal seperti tepung kacang kedelai, ikan lele dan daun katuk. Penelitian bertujuan mengetahui sifat organoleptik dan kandungan gizi dimsum substitusi tepung kacang kedelai dengan isian ikan lele dan daun katuk. Penelitian dilakukan secara eksperimen dengan analisis deskriptif melalui 2 tahap. Tahap 1 pembuatan kulit dimsum menggunakan 3 formulasi perbandingan tepung terigu dan tepung kacang kedelai sebesar F1 (66,7% : 33,3%), F2 (60% : 40%), F3 (53,3% : 46,7%) yang diuji hedonik oleh 10 panelis agak terlatih. Formula paling disukai adalah formula 1 dengan nilai rata-rata 4,4 (biasa aja). Penelitian tahap 2 dilakukan pembuatan isian dimsum menggunakan 3 formulasi perbandingan ikan lele dan daun katuk sebesar F1 (90% : 10%), F2 (92,5%:7,5%) F3 (95%:5%) yang diuji hedonik oleh 30 panelis tidak terlatih. Formula 3 merupakan formula terbaik dengan nilai rata-rata 4,7 (agak suka). Per 100 gram F3 mengandung energi 192,63 kkal, protein 10,76 g, lemak 6,69 g, karbohidrat 25,18 g, zat besi 6,43 mg, seng 1,55 mg, kalsium 126,95 mg. berdasarkan AKG usia 1-3 tahun, per 100 gram F3 sudah memenuhi sebesar 53,8% kecukupan protein, 91,9% kecukupan zat besi, 51,7% kecukupan seng dan 19,5% kecukupan kalsium. Harga pokok produksi F3 per 100 gram sebesar Rp. 5.012,8 dengan harga jual sebesar Rp. 5.514,1.

**Kata kunci:** *Stunting*, Dimsum, Ikan Lele, Tepung Kacang Kedelai, Daun Katuk

## ABSTRACT

**LIDA HIDAYATUSOLIHAAH. Organoleptic Properties and Nutritional Content of Dimsum with Soybean Flour Substitution and Catfish with Katuk Leaf Filling as an Alternative Snack to Prevent Stunting in Toddlers. Under Supervision of IMA KARIMAH**

Based on the results of the 2024 SSGI, the national stunting prevalence was 19.8%. Insufficient intake of protein, iron, zinc, and calcium is a direct factor causing stunting. The government has implemented the PMT program, but several obstacles remain, resulting in high stunting rates. Therefore, it is necessary to provide high-nutrition foods using local food ingredients such as soybean flour, catfish, and katuk leaves. The study aimed to determine the organoleptic properties and nutritional content of dim sum substituting soybean flour with catfish and katuk leaves filling. The study was conducted experimentally with descriptive analysis in two stages. Stage 1: making dim sum skins using three formulations with a ratio of wheat flour to soybean flour: F1 (66.7%: 33.3%), F2 (60%: 40%), and F3 (53.3%: 46.7%) which were tested hedonic by 10 semi-trained panelists. The most preferred formula was formula 1 with an average score of 4.4 (average). The second phase of the research was carried out to make dimsum fillings using 3 formulations of catfish and katuk leaves ratios of F1 (90%: 10%), F2 (92.5%: 7.5%) F3 (95%: 5%) which were tested hedonic by 30 untrained panelists. Formula 3 is the best formula with an average value of 4.7 (rather like). Per 100 grams of F3 contains 192.63 kcal of energy, 10.76 g of protein, 6.69 g of fat, 25.18 g of carbohydrates, 6.43 mg of iron, 1.55 mg of zinc, 126.95 mg of calcium. Based on the RDA for children aged 1-3 years, per 100 grams of F3 has met 53.8% of protein adequacy, 91.9% of iron adequacy, 51.7% of zinc adequacy and 19.5% of calcium adequacy. The cost of production of F3 per 100 grams is Rp. 5,012.8 with a selling price of Rp. 5,514.1.

**Keywords:** Stunting, Dimsum, Catfish, Soybean Flour, Katuk Leaves

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, nikmat, karunia dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Sifat Organoleptik dan Kandungan Gizi Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk sebagai Alternatif Selingan Pencegah *Stunting* pada Baduta”.

Laporan tugas akhir ini dapat tersusun berkat bimbingan, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak. Dengan penuh rasa hormat dan kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S. Kep, Ners, M. Kep., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Sumarto, STP., MP. selaku Ketua Jurusan dan Program Studi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ima Karimah, S.Gz, M.Si. selaku pembimbing yang telah memberi bimbingan, masukan dan arahan selama penyusunan Laporan Tugas akhir.
4. Semua staf dan dosen Program Studi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang telah memberikan pengajaran, bimbingan serta bantuan selama pembelajaran.
5. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan do’a, materi maupun moril sehingga Laporan Tugas Akhir ini selesai.
6. Teman-teman Program Studi Diploma III Gizi Tasikmalaya yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa laporan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna, baik dari segi isi maupun sistematika penulisan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk memperbaiki Laporan Tugas Akhir ini. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat bermanfaat dan memberikan informasi penting terhadap pembaca.

Tasikmalaya, Mei 2026

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>v</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah.....</b>	<b>3</b>
<b>C. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>3</b>
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus .....	3
<b>D. Manfaat Penelitian .....</b>	<b>4</b>
1. Bagi Penulis.....	4
2. Bagi Institusi.....	4
3. Bagi Masyarakat.....	5
<b>BAB II.....</b>	<b>6</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>

<b>A. Tinjauan Teori.....</b>	<b>6</b>
1. <i>Stunting</i> .....	6
3. Dimsum .....	7
4. Ikan Lele.....	10
4. Tepung Kacang Kedelai .....	11
5. Daun Katuk.....	12
6. Uji Organoleptik.....	13
7. Kandungan Gizi.....	16
<b>B. Kerangka Teori .....</b>	<b>21</b>
<b>BAB III .....</b>	<b>22</b>
<b>METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>22</b>
<b>A. Jenis Penelitian.....</b>	<b>22</b>
<b>B. Waktu dan Tempat Penelitian .....</b>	<b>22</b>
<b>C. Desain Penelitian .....</b>	<b>22</b>
1. Rancangan Percobaan.....	22
2. Pengelompokan Perlakuan .....	23
3. Alat dan Bahan .....	25
<b>D. Variabel dan Defini Operasional .....</b>	<b>27</b>
<b>E. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>28</b>
1. Jenis Data .....	28
2. Cara Pengumpulan Data .....	28
<b>F. Pengolahan dan Analisis Data .....</b>	<b>28</b>
1. Teknik Pengolahan Data .....	28
2. Teknik Analisis Data .....	29
<b>G. Jalannya Penelitian .....</b>	<b>30</b>
1. Penelitian Pendahuluan (Pembuatan Tepung Kacang Kedelai) .....	30

2. Penelitian Tahap 1 (Pembuatan Kulit Dimsum).....	31
3. Penelitian Tahap 2 ((Pembuatan Dimsum).....	32
4. Uji Organoleptik.....	33
5. Analisis Kandungan Gizi.....	33
<b>BAB IV.....</b>	<b>34</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>34</b>
<b>A. Hasil.....</b>	<b>34</b>
<b>B. Pembahasan.....</b>	<b>47</b>
<b>BAB V .....</b>	<b>55</b>
<b>SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>55</b>
<b>A. Simpulan .....</b>	<b>55</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>56</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>57</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1.	Syarat Mutu Dimsum .....	8
2.	Perbandingan Nilai Gizi Ikan Lele, Ikan Gabus dan Ikan Patin .....	11
3.	Perbandingan Nilai Gizi Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Kacang Merah dan Tepung Kacang Kedelai .....	12
4.	Perbandingan Nilai Gizi Daun Katuk, Daun Kelor dan Daun Bayam.....	13
5.	Rancangan Percobaan Penelitian Tahap 1 .....	23
6.	Rancangan Percobaan Penelitian Tahap 2 .....	23
7.	Pengelompokan Perlakuan Tahap 1 (Pembuatan Kulit Dimsum).....	24
8.	Pengelompokan Perlakuan pada Penelitian Tahap 2 (Pembuatan Dimsum) ....	25
9.	Alat Pembuatan Dimsum .....	25
10.	Bahan Pembuatan Dimsum .....	26
11.	Variabel dan Definisi Operasional .....	27
12.	Nilai Rata-Rata Kesukaan Kulit Dimsum Substitusi Tepung Terigu dan Tepung Kacang Kedelai .....	36
13.	Nilai Rata-Rata Kesukaan Dimsum Substitusi Tepug Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk .....	43
14.	Kandungan Gizi Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan daun Katuk Per 100 gram.....	44
15.	Kandungan Gizi Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan daun Katuk Per 10 gram.....	44
16.	Perbandingan Angka Kecukupan Gizi Formula Terbaik Per 100 gram .....	44
17.	Perbandingan Acuan Label Gizi Formula Terbaik Per 100 gram.....	45
18.	Harga Pokok Produksi Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk .....	45
19.	Harga Jual Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk Formula 1 .....	46
20.	Harga Jual Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk Formula 2 .....	46

21. Harga Jual Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk Formula 3 .....	46
22. Perbandingan Harga Jual Produk Formulasi Terbaik dengan Produk Pasaran	47

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Dimsum .....	7
Gambar 2. Ikan Lele.....	10
Gambar 3. Tepung Kacang Kedelai .....	11
Gambar 4. Daun Katuk .....	12
Gambar 5. Kerangka Teori.....	21
Gambar 6. Diagram Alir Pembuatan Tepung Kacang Kedelai.....	30
Gambar 7. Diagram Alir Pembuatan Kulit Dimsum .....	31
Gambar 8. Diagram Alir Pembuatan Dimsum.....	32
Gambar 9. Tepung Kacang Kedelai .....	35
Gambar 10. Kulit Dimsum Substitusi Tepung Terigu dan Tepung Kacang Kedelai .....	36
Gambar 11. Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk Berbagai Formulasi .....	38
Gambar 12. Hasil Uji Organoleptik Parameter Warna Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk .....	38
Gambar 13. Hasil Uji Organoleptik Parameter Aroma Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk .....	39
Gambar 14. Hasil Uji Organoleptik Parameter Tekstur Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk .....	40
Gambar 15. Hasil Uji Organoleptik Parameter Rasa Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan Daun Katuk .....	41
Gambar 16. Hasil Penilaian Keseluruhan Parameter Dimsum Substitusi Tepung Kacang Kedelai dengan Isian Ikan Lele dan daun Katuk.....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

### **Nomor Lampiran**

1. *Informed Consent (IC)*
2. Persetujuan Setelah Penjelasan
3. Formulir Uji Organoleptik
4. Dokumentasi Penelitian
5. Data Tingkat Kesukaan Uji Organoleptik
6. Kandungan Gizi
7. Harga Pokok Produksi dan Harga Jual