

**PEMANFAATAN BAHAN PANGAN LOKAL SUMBER PROTEIN
DARI IKAN LELE (*Clariidae*) PADA FORMULASI *CRISPY KATSU*
SEBAGAI ALTERNATIF BEKAL SEKOLAH BAGI REMAJA**

TUGAS AKHIR



Disusun Oleh:

SYALSA GINA SHALEHAH

P2.06.31.2.20.036

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT
JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLTEKKES KEMENKES
TASIKMALAYA PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI CIREBON**

Jalan KS. Tubun No. 58, Kejaksaan Kota Cirebon 2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal dengan judul **“Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal Dari Ikan Lele (*Clariidae*) Pada Formulasi *Crispy Katsudae* Sebagai Alternatif Bekal Sekolah Bagi Remaja”**

Disusun Oleh:

Syalsa Gina Shalehah P2.06.31.2.20.036

Pembimbing

**Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M. Si
NIP. 196804181993012001**

LEMBAR PENGESAHAN

Proposal dengan judul “**Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal Sumber Protein Dari Ikan Lele (*Clariidae*) Pada Formulasi *Crispy Katsudae* Sebagai Alternatif Bekal Sekolah Bagi Remaja**”

Disusun Oleh:

Nama : **Syalsa Gina Shalehah**

NIM : P2.06.31.2.20.036

Telah **dipertahankan** dihadapan Dewan Penguji pada 31 Mei 2023 dan dilakukan revisi sesuai Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M. Si

NIP. 196804181993012001

(.....)

Penguji I

Riswan Dwi Cahyana, S.,Si

Penguji II

(.....)

Priyo Sulistiyono, SKM, MKM

NIP. 197105121992031004

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III Gizi Cirebon

Uun Kunaepah, SST, M.Si

NIP. 19710109199503200

PRAKATA

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala nikmat yang telah diberikan sehingga Proposal Penelitian yang berjudul **“Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal Sumber Protein Dari Ikan Lele (*Clariidae*) Pada Formulasi *Crispy Katsudae* Sebagai Alternatif Bekal Sekolah Bagi Remaja”** dapat diselesaikan dengan tepat waktu dan tanpa adanya halangan yang berarti. Tak lupashalawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, pada para sahabat, keluarga serta kita selaku umatnya yang semoga sampai akhir zaman.

Melalui kesempatan yang berharga ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ketua Prodi DIII Gizi Cirebon Ibu Uun Kunaepah, SST, M.Si yang telah memberikan motivasi dan dukungan yang penuh terhadap penyusunan proposal tugas akhir ini.
2. Dosen pembimbing tugas akhir Ibu Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M.Si yang telah memberikan dukungan, bimbingan, motivasi, masukan, saran, dan solusi dalam penyusunan proposal tugas akhir ini.
3. Kedua orang tua yang penulis cintai yang selalu memberikan doa dan dukungan baik dari segi materi maupun non materi sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal tugas akhir.
4. Albahjul dan Pandawa/Pandiwi selaku sahabat dekat saya yang selalu menjadi support system ketika saya sedang down dalam pengerjaan proposal tugas akhir ini sehingga mengembalikan semangat saya untuk dapat melanjutkannya.
5. Teman-teman kelas A yang selalu menyemangati satu sama lain sehingga penyusunan proposal tugas akhir ini dapat dilakukan dengan lancar.
6. Teman-teman KENZIUS yang selalu memberikan energy positifnya sehingga dalam penyusunan tugas akhir ini dilakukan dengan hati yang senang.
7. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyusunan proposal tugas akhir ini.

Peneliti menyadari bahwa proposal tugas akhir ini masih terdapat banyak kekurangan karena keterbatasan yang dimiliki peneliti. Oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi menyempurnakan proposal tugas akhir ini agar menjadi proposal tugas akhir yang jauh lebih baik lagi. Semoga proposal tugas akhir ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua khususnya bagi mahasiswa di bidang gizi dan kesehatan.

Cirebon, Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. <i>Latar Belakang</i>	1
B. <i>Rumusan Masalah</i>	3
C. <i>Tujuan Penelitian</i>	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus	5
D. <i>Manfaat Penelitian</i>	5
1. Peneliti	5
2. Masyarakat.....	6
3. Institusi Pendidikan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. <i>Tinjauan Teori</i>	7
1. Remaja	7
2. Sumber Protein	7
3. Ikan lele	9
4. Bento Curry Fish Katsu	10
5. Sifat Organoleptik.....	14
B. <i>Kerangka Teori</i>	16
C. <i>Kerangka Penelitian</i>	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
A. <i>Jenis Penelitian</i>	18
B. <i>Waktu dan Tempat Penelitian</i>	18
C. <i>Desain Penelitian</i>	18
D. <i>Variabel Definisi Operasional</i>	23
E. <i>Teknik Pengumpulan Data</i>	26

<i>F. Pengolahan dan Analisis Data</i>	28
<i>G. Teknik Analisis Data</i>	29
<i>H. Jalannya Penelitian</i>	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
<i>A. Hasil</i>	35
<i>B. Pembahasan</i>	40
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	45
<i>A. Simpulan</i>	45
<i>B. Saran</i>	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

Table 1. Rancangan Acak Lengkap (RAL).....	19
Table 2. Daerah (Layout) RAL	19
Table 3. Bahan Membuat Curry Fish Katsu.....	20
Table 4. Alat Membuat Curry Fish Katsu	21
Table 5. Komposisi Bahan Berdasarkan Jenis Formula	22
Table 6. Estimasi Kandungan Gizi Crispy Katsudae Berdasarkan NutriSurvey ...	22
Table 7. Definisi Operasional	24
Table 8. Hasil Penilaian Uji Organoleptik Curry Fish Katsu.....	36
Table 9. Estimasi Kandungan Zat Gizi Dalam 100 Gr Curry Fish Katsu	38
Table 10. Kontribusi Energi Curry Fish Katsu Terbaik per 100 gram terhadap Kecukupan Gizi Remaja Putri.....	38
Table 11. Kontribusi Protein Curry Fish Katsu Terbaik per 100 gram terhadap Kecukupan Gizi Remaja Putri.....	39
Table 12. Kontribusi Lemak Curry Fish Katsu Terbaik per 100 gram terhadap Kecukupan Gizi Remaja Putri.....	39
Table 13. Kontribusi Karbohidrat Curry Fish Katsu Terbaik per 100 gram terhadap Kecukupan Gizi Remaja Putri.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ikan Lele	9
Gambar 2. Estimasi Kandungan Gizi 100 gr Ikan Lele.	10
Gambar 3. Kerangka Teori Penelitian.....	16
Gambar 5. Kerangka Konsep Penelitian.....	17
Gambar 6. Diagram Pembuatan Curry.....	30
Gambar 7. Diagram Pembuatan Produk	31
Gambar 8. Curry Fish Katsu. Ikan Lele dan Tepung Terigu	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Jadwal Penelitian	49
Lampiran. 2 Rencana Anggaran Biaya Penelitian	50
Lampiran. 3 Lembar Penjelasan Penelitian.....	52
Lampiran. 4 Lembar Penjelasan Penelitian Bagi Calon Panelis	53
Lampiran. 5 Formulir Ketersediaan Menjadi Panelis	54
Lampiran. 6 Kuisisioner Penapisan Panelis.....	55
Lampiran. 7 Formulir Uji Hedonik Ulangan 1.....	56
Lampiran. 8 Formulir Uji Hedonik Ulangan II.....	58
Lampiran. 9 Dokumentasi Kegiatan	60