

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PENILAIAN ORGANOLEPTIK PADA PUDING KACANG
MERAH (*Phaseolus vulgaris l*) DAN JAMBU BIJI (*Psidium
guajava*) SEBAGAI KUDAPAN SUMBER ZAT BESI BAGI
REMAJA PUTRI**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

DISUSUN OLEH :

GHINA RIZQI SALSABILAH

NIM. P2.06.31.2.21.008

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



HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul

**“Penilaian Organoleptik Pada Puding Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris l*)
dan Jambu Biji (*Psidium guajava*) Sebagai Kudapan Sumber Zat Besi Bagi
Remaja Putri”**

Disusun oleh:

GHINA RIZQI SALSABILAH

NIM. P2.06.31.2.21.008

Pembimbing:



Uun Kunaepah, SST, M.Si

NIP. 197101091995032002

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul

“Penilaian Organoleptik Pada Puding Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris l*) dan Jambu Biji (*Psidium guajava*) Sebagai Kudapan Sumber Zat Besi Bagi Remaja Putri”

Disusun Oleh

Nama : **GHINA RIZQI SALSABILAH**

NIM : P2.06.31.2.21.008


Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada tanggal 02 Mei 2024 dan dilakukan revisi sesuai saran Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Uun Kunaepah, SST, M.Si

NIP. 197101091995032002


(.....)

Penguji I

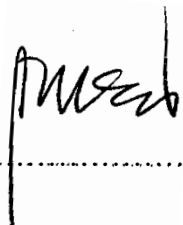
Riswan Dwi Cahyana, S.Si.


(.....)

Penguji II


Priyo Sulistiyono, SKM, MKM

NIP. 197105121992031004


(.....)

Mengetahui:

Program Studi D III Gizi Cirebon


Ketua,

Uun Kunaepah, SST, M.Si

NIP. 197101091995032002

PENILAIAN ORGANOLEPTIK PADA PUDING KACANG MERAH (*Phaseolus vulgaris l*) DAN JAMBU BIJI (*Psidium guajava*) SEBAGAI KUDAPAN SUMBER ZAT BESI BAGI REMAJA PUTRI

Ghina Rizqi Salsabilah¹, Uun Kunaepah²

INTISARI

Anemia adalah kondisi dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal yaitu <12 g/dl atau turunnya kadar sel darah merah atau hemoglobin dalam darah. Remaja putri berisiko lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan sehingga banyak kehilangan darah yang menjadikan remaja putri membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Anemia juga dapat disebabkan karena kurangnya mengonsumsi makanan bergizi seperti sayuran, protein, kacang-kacangan dan buah-buahan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penilaian organoleptik pada puding kacang merah dan jambu biji sebagai kudapan sumber zat besi bagi remaja putri.

Jenis penelitian ini adalah *True eksperimental* dengan menggunakan *Hedonic scale test*, dengan 4 perlakuan dengan 2 kali pengulangan. Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2023. Penilaian berupa uji organoleptik yang dilakukan oleh dua puluh lima mahasiswi tingkat II dan tingkat III Program Studi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon dan perhitungan estimasi kandungan zat besi pada penelitian ini menggunakan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) tahun 2020.

Hasil penelitian menunjukkan puding kacang merah dan jambu biji formula terbaik F1 (75 gr kacang merah dan 125 gr jambu biji) dengan nilai 3,90. Hasil perhitungan kandungan zat besi produk terbaik yaitu F1 sebesar 0,3 mg per 100 gr dapat berkontribusi memenuhi kecukupan zat besi remaja putri sebesar 0,4% - 0,5%.

Kata kunci :Anemia, Kacang Merah, Jambu Biji, Puding

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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Tugas akhir yang berjudul “Penilaian Organoleptik Pada Puding Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris* L) dan Jambu Biji (*Psidium guajava*) Sebagai Kudapan Sumber Zat Besi Bagi Remaja Putri” tepat pada waktunya. Penyusunan Tugas Akhir ini diajukan sebagai syarat menyelesaikan Pendidikan gelar Ahli Madya Gizi Program Studi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Dalam penyusunan proposal ini melibatkan bimbingan dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Uun Kunaepah, ST,M.Si, Ketua Program Studi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberikan dorongan, bimbingan, pengarahan, serta saran, dalam pembuatan Tugas Akhir ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
2. Bapak Riswan Dwi Cahyana, S,Si. Dewan penguji I yang telah memberikan dukungan dan saran dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
3. Bapak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM, Dewan penguji II yang telah memberikan dukungan dan saran dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
4. Dosen dan Staff Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Terima kasih atas segala bantuan dan dukungan yang telah diberikan selama menempuh Pendidikan di ogram Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
5. Kedua orang tua dan kakak yang selalu mendukung dalam segala situasi baik dalam keadaan sedih maupun senang. Banyak mengorbankan materi, tenaga dan pikirannya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini untuk menyandang gelar Ahli Madya Gizi.
6. Rekan-rekan dan semua pihak yang telah membantu dan memberi dukungan dalam penyusunan Tugas Akhir ini.

Semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan dapat dijadikan sebagai acuan.

Cirebon, 02 Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
INTISARI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Peneliti	5
2. Bagi Institusi Pendidikan.....	5
3. Bagi Masyarakat.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori	6
1. Anemia	6
2. Zat Besi.....	8
3. Puding.....	12
4. Kacang Merah (<i>Phaseolus Vulgaris L</i>).....	14
5. Jambu Biji (<i>Psidium Guajava</i>)	18
6. Penilaian Organoleptik	20
B. Kerangka Pemikiran.....	25
C. Kerangka Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
D. Jenis Penelitian.....	27
E. Waktu dan Tempat Penelitian.....	27

F. Desain Penelitian.....	27
1. Rancangan Percobaan.....	27
2. Bahan dan Alat	28
G. Variabel dan Definisi Operasional	29
H. Teknik Pengumpulan Data	33
I. Pengolahan dan Analisis Data.....	33
1. Teknik Pengolahan Data.....	33
2. Teknik Analisis Data.....	34
J. Jalannya Penelitian.....	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil	39
1. Pembuatan Puding Kacang Merah dan Jambu Biji.....	39
2. Uji Organoleptik.....	39
3. Estimasi Kandungan Gizi.....	41
B. Pembahasan.....	43
1. Pembuatan Puding Kacang Merah dan Jambu Biji.....	43
2. Uji Organoleptik.....	43
3. Estimasi Kandungan Zat Besi	47
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	48
A. Simpulan	48
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kadar Hemoglobin Normal Menurut WHO.....	7
Tabel 2. Komposisi Zat Gizi Kacang Merah Per 100 gram	17
Tabel 3. Komposisi Zat Gizi Jambu Biji Per 100 gram	20
Tabel 4. Daerah (<i>Layout</i>) RAL Penelitian.....	28
Tabel 5. Bahan-bahan Pembuatan Puding Kacang Merah dan Jambu Biji.....	28
Tabel 6. Alat Pembuatan Puding Kacang Merah dan Jambu Biji	29
Tabel 7. Formulasi Bahan Setiap Perlakuan	29
Tabel 8. Definisi Operasional.....	30
Tabel 9. Hasil Penilaian Organoleptik Puding Kacang Merah dan Jambu Biji ..	40
Tabel 10. Estimasi Kandungan Zat Gizi Per 100 gram.....	41
Tabel 11. Kontribusi Gizi Energi Puding Kacang Merah dan Jambu Biji	41
Tabel 12. Kontribusi Gizi Protein Puding Kacang Merah dan Jambu Biji	42
Tabel 13. Kontribusi Gizi Lemak Puding Kacang Merah dan Jambu Biji.....	42
Tabel 14. Kontribusi Gizi Karbohidrat Puding Kacang Merah dan Jambu Biji ...	42
Tabel 13. Kontribusi Gizi Zat Besi Puding Kacang Merah dan Jambu Biji	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Puding Kacang Merah.....	13
Gambar 2. Kacang Merah	16
Gambar 3. Jambu Biji	19
Gambar 4. Kerangka Pemikiran.....	25
Gambar 5. Kerangka Penelitian	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	53
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Penelitian.....	55
Lampiran 3. Lembar Penjelasan Penelitian Bagi Calon Panelis	56
Lampiran 4. Kuesioner Penapisan Panelis	57
Lampiran 5. Formulir Kesiediaan Menjadi Panelis	58
Lampiran 6. Formulir Uji Hedonik Pengulangan 1	59
Lampiran 7. Formulir Uji Hedonik Pengulangan 2	60
Lampiran 8. Dokumentasi Proses Pembuatan.....	61
Lampiran 9. Dokumentasi Uji Organoleptik.....	62
Lampiran 10. Pengolahan Data Organoleptik	63