

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**SIFAT ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN ZAT  
GIZI DIMSUM TEPUNG MOCAF DENGAN ISI  
DAGING BELUT DAN BAYAM SEBAGAI  
PENCEGAHAN ANEMIA GIZI BESI PADA  
REMAJA PUTRI**

Disusun Oleh :

**ASTRIANTI**

NIM. P2.06.31.1.21.058

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



## **ABSTRACT**

### ***ASTRIANTI. Organeoleptic Properties and Nutrient Content of Mocaf Flour Dimsum Filled with Eel Meat and Spinach as Prevention of Iron Nutrition Anemia in Teenage Girls. Under Supervision of IMA KARIMAH***

*According to Riskesdas 2018, the prevalence of anemia in young women aged 15-24 years is 21.7% and in West Java the prevalence reaches 42.4%. One of the causes of anemia is a lack of iron intake. The government has created a program to provide Blood Supplement Tablets (TTD) to young women, but the program is still not optimal due to non-compliance in consuming TTD because the tablets have a fishy smell. Therefore, it is necessary to look for other alternatives, namely providing additional food (PMT) high in iron. Local food ingredients that can be used as PMT are high in iron, such as mocaf flour, eel and spinach. The iron content per 100 grams of mocaf flour is 15.8 mg, eel 1.5 mg and spinach 3.5 mg. This study aims to determine the organoleptic properties and nutritional content of mocaf flour dim sum filled with eel meat and spinach as a prevention of iron deficiency anemia in adolescent girls. This type of research is an experiment with descriptive analysis. The results of organoleptic tests in preliminary research on making dimsum skin showed that F2 with a ratio of wheat flour: mocaf flour (50%:50%) was the best formula with an average value of 3.6 (like). In the main research, the best skin F2 was added with eel meat and spinach filling with 3 formulations F1((70%:30%), F2(50%:50%) and F3(30%:70%). Results of the main research by 30 panelists It was found that F2 was the most preferred formula with an average value of 4 (liked). The nutritional content of F2 per 100 grams was energy 180.59 kcal, protein 6.67 grams, fat 5.21 grams, carbohydrates 28.92 grams and iron. 3.56 mg. Consuming 100 grams of dimsum per day can meet 24% of iron sufficiency. The selling price of dimsum per 100 grams is IDR 5,998.*

**Keywords:** *Anemia, Mocaf, Dimsum, Eel, Spinach*

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir dengan judul “Sifat Organoleptik dan Kandungan Zat Gizi Dimsum Tepung *Mocaf* Isi Daging Belut dan Bayam sebagai Pencegahan Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri”.

Dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, bantuan, dukungan, dorongan dan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, STP. MP., selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
3. Ibu Ima Karimah, M.Si selaku pembimbing yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
4. Staf dan Dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
5. Kedua orang tua tercinta yang senantiasa memberikan dukungan, baik moril, materi, maupun doa sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
6. Teman-teman Program Studi DIII Gizi Tasikmalaya yang selalu memberikan semangat dan dukungan.
7. Pihak-pihak terkait yang telah banyak membantu, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini masih banyak kekurangan dan jauh dari taraf kesempurnaan, baik dari segi penyusunan, bahasan, maupun dalam penulisannya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan guna kesempurnaan Laporan Tugas Akhir ini. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak pada umumnya, dan khususnya bagi semua pihak yang membutuhkan.

Tasikmalaya, 14 Mei 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	2
C. Tujuan Penelitian.....	2
D. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
<b>A. Tinjauan Teori</b> .....	<b>5</b>
1. Pengertian Anemia .....	5
2. Belut .....	6
3. Tepung <i>Mocaf</i> .....	7
4. Tepung Terigu .....	8
5. Tepung Tapioka.....	8
6. Bayam .....	9
7. Dimsum.....	10
8. Remaja .....	11
9. Panelis .....	13
10. Uji Organoleptik.....	13
11. Kandungan Gizi.....	14
<b>B. Kerangka Teori</b> .....	<b>17</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>18</b>
<b>A. Jenis Penelitian</b> .....	<b>18</b>
<b>B. Waktu dan Tempat Penelitian</b> .....	<b>18</b>
<b>C. Desain Penelitian</b> .....	<b>18</b>
1. Rancangan Percobaan.....	18
2. Pengelompokan Perlakuan .....	19
3. Alat dan Bahan.....	21
<b>D. Variable Dan Definisi Operasional</b> .....	<b>22</b>

<b>E. Teknik Pengumpulan Data</b> .....	23
1. Jenis Data .....	23
2. Cara Pengumpulan Data .....	23
3. Instrumen Penelitian.....	24
<b>F. Pengolahan dan Analisis Data</b> .....	24
1. Teknik Pengolahan Data.....	24
2. Teknik Analisis Data.....	24
<b>G. Jalannya Penelitian</b> .....	25
1. Penelitian Pendahuluan .....	27
2. Penelitian Utama .....	27
3. Uji Organoleptik.....	29
4. Perhitungan Kandungan Gizi .....	29
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>30</b>
<b>A. Hasil</b> .....	30
1. Penelitian Pendahuluan .....	30
2. Penelitian Utama .....	31
3. Hasil Uji Organoleptik .....	32
4. Kandungan Gizi.....	32
5. Perhitungan Estimasi Harga Produksi.....	38
<b>B. Pembahasan</b> .....	39
1. Pembuatan Kulit Dimsum .....	39
2. Pembuatan Isian Dimsum .....	39
3. Sifat Organoleptik .....	40
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>44</b>
A. Simpulan.....	44
B. Saran .....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>No.</b>	<b>Judul Tabel</b>	<b>Halaman</b>
Tabel 1.	Perbandingan Kandungan Gizi Belut Segar dan Lele dalam 100 g .....	7
Tabel 2.	Kandungan Gizi Tepung Mocaf .....	7
Tabel 3.	Kandungan Gizi Tepung Terigu .....	8
Tabel 4.	Kandungan Gizi Tepung Tapioka .....	9
Tabel 5.	Kandungan Gizi Bayam .....	9
Tabel 6.	Standar Mutu Dimsum .....	11
Tabel 7.	Rancangan Percobaan Penelitian Pendahuluan .....	18
Tabel 8.	Rancangan Percobaan Penelitian Utama .....	19
Tabel 9.	Penelitian Pendahuluan .....	19
Tabel 10.	Penelitian Utama .....	21
Tabel 11.	Alat yang digunakan dalam penelitian .....	21
Tabel 12.	Bahan Pembuatan Dimsum .....	21
Tabel 13.	Variabel dan Definisi Operasional .....	22
Tabel 14.	Nilai rata-rata hasil uji organoleptik pendahuluan .....	30
Tabel 15.	Karakteristik Sifat Fisik Kulit Dimsum .....	31
Tabel 16.	Sifat Fisik Produk Dimsum .....	32
Tabel 17.	Nilai rata-rata kesukaan .....	36
Tabel 18.	Tabel Kandungan Gizi Dimsum .....	38
Tabel 19.	Harga Produksi Dimsum .....	38
Tabel 20.	Harga Jual Dimsum .....	38

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1 Belut .....	6
Gambar 2. Dimsum .....	10
Gambar 3. Kerangka Teori.....	17
Gambar 4. Diagram Alir Pembuatan Kulit Dimsum .....	26
Gambar 5. Diagram Alir Pembuatan Isian Dimsum .....	27
Gambar 6. Diagram Alir Pembuatan Dimsum.....	28
Gambar 7. Dimsum Tepung <i>Mocaf</i> dengan Isi Daging Belut dan Bayam.....	31
Gambar 8. Presentase Uji Organoleptik terhadap Warna .....	32
Gambar 9. Presentase Uji Organoleptik terhadap Aroma.....	33
Gambar 10. Presentase Uji Organoleptik terhadap Rasa .....	34
Gambar 11. Presentase Uji Organoleptik terhadap Tekstur .....	35
Gambar 12. Penilaian keseluruhan parameter dimsum .....	36

## DAFTAR LAMPIRAN

### Nomor Lampiran

1. *Informed Consent*
2. Persetujuan Setelah Penjelasan
3. Formulir Uji Organoleptik
4. Rincian Anggaran Biaya Produk
5. Pembuatan Kulit Dimsum
6. Pembuatan Dimsum
7. Data Tingkat Kesukaan Uji Organoleptik
8. Perhitungan Kandungan Gizi