

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PENILAIAN ORGANOLEPTIK DIMSUM - UCOY
BERBAHAN UDANG (*Caridea*) DAN PAKCOY
(*Brassica rapa L.*) SEBAGAI SNACK SEHAT REMAJA**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

Disusun Oleh :

AULIA QEENTAN FADILAH

NIM. P2.06.31.2.21.052

**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 DIMSUM - UCOY BERBAHAN UDANG
(*Caridea*) DAN PAKCOY (*Brassica rapa L.*) SEBAGAI SNACK SEHAT
REMAJA**

Disusun oleh :

AULIA QEENTAN FADILAH

NIM. P2.06.3.12.21.052

Pembimbing



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

NIP. 196804181993012001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul

“PENILAIAN ORGANOLEPTIK DIMSUM - UCOY BERBAHAN UDANG (*Caridea*) DAN PAKCOY (*Brassica rapa L.*) SEBAGAI SNACK SEHAT REMAJA”

Disusun Oleh

Nama : AULIA QEENTAN FADILAH

NIM : P2.06.31.2.21.052

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji pada tanggal 06 Mei 2024 dan dilakukan revisi sesuai saran Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

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

NIP. 196804181993012001

(.....)

Penguji I

Sumarto, STP, MP

NIP.198401032012121002

(.....)

Penguji II

Hj. Alina Hizni, SKM, MPH

NIP.196611261989032003

(.....)

Mengetahui:

Program Studi D III Gizi Cirebon



Ketua,

Uun Kunaepah, SST, M.Si

NIP. 197101091995032002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat Rahmat dan hidayahnya-nya penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir dengan judul “**PENILAIAN ORGANOLEPTIK DIMSUM - UCOY BERBAHAN UDANG (*Caridea*) DAN PAKCOY (*Brassica rapa L.*) SEBAGAI SNACK SEHAT REMAJA**” dapat selesai pada waktunya.

Ada hambatan dan rintangan yang dijumpai penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini, namun pada akhirnya penulis dapat menyelesaikannya, tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Uun Kunaepah, SST. M.Si, Ketua Program Studi D III Gizi Cirebon.
2. Ibu Dr. Hj.Wiwit Estuti, STP, M.Si Dosen Pembimbing materi yang telah meluangkan waktunya dengan ikhlas dan penuh kesabaran dalam memberikan materi, bimbingan, saran, koreksi, motivasi, dan segenap ilmu yang telah diberikan.
3. Dosen serta staf Prodi D III Gizi Cirebon Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya
4. Ibu saya yang memberikan material, nasehat, dan doa agar dilancarkan dalam penyusunan tugas akhir.
5. Kakak saya Sheeva Afwahmum Tazah yang telah memeberikan *support* mulai dari material dukungan moral yang tak terhingga, berkat dukungan kakak mendorong saya untuk melakukan yang terbaik dalam penyusunan tugas akhir ini hingga selesai.

6. Saudara saya Bismatullah Surya Mahesa yang membantu dan mengajarkan saya tentang tata cara menulis serta memberikan saran-saran yang berguna untuk tugas akhir ini tentunya.
7. Terakhir saya ucapkan terimakasih kepada diri saya pribadi yang telah berjuang dan melakukan yang terbaik untuk menyusun dan menyelesaikan tugas akhir ini.

Dalam penyusunan tugas akhir ini masih banyak terdapat kekurangan, kesalahan, dan kekhilafan sebab keterbatasan kemampuan penulis. Oleh karena itu, penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya. Penulis juga mengharapkan semua pihak memberi kritik dan saran yang membangun demi perbaikan tugas akhir ini.

Dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih dan semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun kita bersama. Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Cirebon, 8 April 2024

Aulia Qeentan Fadilah

PENILAIAN ORGANOLEPTIK DIMSUM - UCOY BERBAHAN UDANG (*Caridea*) DAN PAKCOY (*Brassica rapa L.*) SEBAGAI SNACK SEHAT

REMAJA

Aulia Qeentan Fadilah, Wiwit Estuti

INTISARI

Prevalensi anemia remaja di Indonesia pada tahun 2018 berada pada angka 48,9%. Faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, C, asam folat, ribovlavin, dan B12. Udang merupakan salah satu pangan yang banyak digemari masyarakat karena mengandung gizi yang tinggi, memiliki aroma yang khas dan rasa yang lezat. Daging udang mengandung asam amino essensial seperti lisin, histidin, arginin, dan tirosin. Udang memiliki kandungan zat besi tertinggi dengan tingkat konsumsi sedang dibandingkan dengan kerang, bandeng, dan ikan segar. Selain udang, Pakcoy merupakan salah satu pangan lokal sumber zat gizi yang memiliki kandungan Fe sebanyak 38 mg dalam seratus gram. Kedua pangan tersebut berpotensi dibuat produk dimsum sebagai *snack* sehat remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan zat gizi dimsum berbahan udang dan pakcoy sebagai *snack* sehat remaja. Penilaian organoleptik dilakukan dengan *hedonic scale test* oleh 30 orang panelis agak terlatih. Estimasi kandungan gizi secara kuantitatif menggunakan aplikasi *Microsoft excel* 2019, Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2020. Hasil penelitian ini menghasilkan produk terbaik dengan nilai reata-rata dari semua parameter organoleptik F3 dengan perbandingan formulasi udang 26,7% dan pakcoy 14,6% mendapatkan hasil rerata keseluruhan organoleptik sebesar 4,30 dan memiliki kandungan gizi F3 per 100 gram yaitu energi 170,65 kkal, protein 10,40 gram, lemak 3,33 gram, karbohidrat 24,18 gram dan zat besi (Fe) 8,3 mg. Kontribusi gizi didapatkan dari formula terbaik produk dimsum ucoy setiap kandungan gizi menghasilkan kontribusi sesuai dengan selingan sesuai kebutuhan.

Kata Kunci : Anemia, Dimsum, Penilaian Organoleptik, Estimasi Kandungan Zat Gizi, Udang, Pakcoy

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

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
INTISARI.....	v
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.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Bagi Peneliti.....	5
2. Bagi Masyarakat.....	5
3. Bagi Institusi.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Anemia.....	6
2. Dimsum.....	7
3. Udang.....	12
4. Pakcoy.....	14
5. Estimasi Kandungan Gizi.....	17
6. Penilaian Organoleptik.....	18
7. Uji Kesukaan (Uji Hedonik).....	22
B. Kerangka Teori.....	23
C. Kerangka Konsep.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25

A. Jenis Penelitian.....	25
B. Waktu Dan Tempat Penelitian.....	25
C. Desain Penelitian.....	25
1. Rancangan Percobaan	25
2. Bahan dan Alat	27
D. Variabel Dan Definisi Operasional.....	29
1. Variabel Penelitian.....	29
2. Definisi Operasional.....	29
E. Teknik Pengumpulan Data	31
1. Jenis Data	31
2. Cara Pengumpulan Data.....	31
3. Perhitungan Kandungan Gizi	33
F. Pengolahan Dan Analisis Data	33
1. Teknik Pengolahan Data.....	33
2. Teknik Analisis Data	34
G. Jalannya Penelitian	35
1. Perhitungan Zat Gizi	35
2. Studi Pendahuluan.....	35
3. Penelitian Utama	35
4. Persiapan Bahan	35
5. Pembuatan produk dimsum - ucoy.....	37
6. Penentuan Panelis.....	38
7. Pelaksanaan	39
8. Penyusunan Laporan Akhir	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Hasil.....	41
1. Pembuatan Dimsum Ucoy Berbahan Udang (<i>Caridea</i>) dan Pakcoy (<i>Brassica Rapa L.</i>)	41
2. Hasil Uji Organoleptik Dimsum Ucoy	42
3. Estimasi Kandungan Zat Gizi	44
4. Kontribusi Zat Gizi.....	45
B. Pembahasan	51

1. Pembuatan Dimsum Ucoy.....	51
2. Uji Organoleptik.....	52
3. Penentuan Formula Terbaik.....	55
4. Estimasi kandungan Gizi.....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kandungan Gizi Udang per 100 gram.....	14
Tabel 2. Kandungan Gizi Pakcoy per 100 gram	17
Tabel 3. Daerah (Layout) RAL	26
Tabel 4. Bahan Membuat Dimsum Ucoy	27
Tabel 5. Alat untuk membuat Dimsum Ucoy	28
Tabel 6. Formulasi bahan setiap perlakuan	28
Tabel 7. Definisi Operasional.....	29
Tabel 8. Rata-rata Penilaian Organoleptik	42
Tabel 9. Estimasi Kandungan Gizi Dimsum Ucoy per 100grm.....	44
Tabel 10. Estimasi Kandungan Gizi Dimsum Ucoy per porsi (80 gr)	45
Tabel 11. Kontribusi Energi Dimsum Ucoy terhadap Kecukupan Gizi Remaja...	46
Tabel 12. Kontribusi Protein Dimsum Ucoy terhadap Kecukupan Gizi Remaja..	47
Tabel 13. Kontribusi Lemak Dimsum Ucoy terhadap Kecukupan Gizi Remaja. .	48
Tabel 14. Kontribusi Karbohidrat Dimsum Ucoy terhadap Kecukupan Gizi Remaja.....	49
Tabel 15. Kontribusi Zat Besi Dimsum Ucoy terhadap Kecukupan Gizi Remaja.	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Udang	13
Gambar 2. Pakcoy	16
Gambar 3. Kerangka Teori.....	23
Gambar 4. Kerangka Konsep Penelitian	24
Gambar 5. Diagram Alir Pembuatan Dimsum Ucoy	37
Gambar 6. Produk Dimsum Ucoy per formula	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian.....	64
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Penelitian Bagi Calon Panelis.....	65
Lampiran 3. Kuesioner Penapisan Panelis.....	66
Lampiran 4. Formulir Penapisan Panelis.....	67
Lampiran 5. Formulir Uji Organoleptik I.....	68
Lampiran 6. Formulir Uji Organoleptik II.....	69
Lampiran 7. Persetujuan Setelah Penjelasan.....	70
Lampiran 8. Proses Pengolahan Dimsum Ucoy.....	71
Lampiran 9. Foto Kegiatan Uji Organoleptik.....	73
Lampiran 10. Foto Hasil Kandungan Gizi.....	74