

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURWATI
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2022**

Yeni Ameliana

Penambahan Hati Ayam dan Daun Kelor pada Produk Dimsum Tinggi Zat Besi (Fe) sebagai Pencegahan Anemia pada Wanita Usia Subur

xiii + 62 halaman + 11 tabel, 11 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah batas normal. Wanita usia subur merupakan kelompok yang rawan menderita anemia serta defisiensi zat gizi lain. Adanya gangguan kesehatan dan status gizi yang akan berdampak pada kualitas sumber daya manusia generasi yang akan dilahirkannya. Ada banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia, salah satu faktor yang paling berkontribusi adalah defisiensi zat besi. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kesukaan dan nilai gizi dimsum hati ayam dan daun kelor sebagai pencegahan anemia pada wanita usia subur.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan 4 perlakuan pada produk dimsum dengan penambahan hati ayam dan daun kelor. Penelitian dilakukan di Laboratorium Penyelenggaraan Makanan Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungpurwa. Metode yang digunakan pada uji organoleptik berupa rancangan deskriptif dengan tiga kali pengulangan oleh 25 orang panelis tidak terlatih. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai Juni tahun 2022. Jenis perlakuan ini adalah penambahan hati ayam F1(0%), F2(10%), F3(24%), F4(30%) dan daun kelor 15 gram.

Hasil penelitian menunjukkan produk dimsum dengan penambahan hati ayam dan daun kelor yang paling disukai dari uji organoleptik adalah F2 yaitu penambahan hati ayam 10% dan daun kelor. Peningkatan kandungan Zat besi (Fe) pada produk dimsum dengan penambahan hati ayam dan daun kelor perpersi yaitu F1 0,87 mg, F2 1,68 mg, F3 2,39 mg, dan F4 3,11 mg. Kandungan zat gizi perpersi pada produk dimsum dengan penambahan hati ayam dan daun kelor yang paling disukai yaitu F2 dengan kandungan energi 190,88 kkal, protein 10,3 g, lemak 13,84 g, karbohidrat 6,14 g, dan zat besi (Fe) 1,68 mg.

Saran bagi peneliti selanjutnya Produk dimsum dengan penambahan hati ayam dan daun kelor ini dapat digunakan sebagai selingan yang bernilai gizi tinggi untuk remaja dan perlu melakukan uji proksimat untuk memperoleh nilai gizi yang lebih akurat.

Kata kunci : Daun kelor, dimsum, hati ayam, dan wanita usia subur
Daftar bacaan : 60 (2007-2021)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR
NUTRITION DEPARTMENT
Final Project, June 2022**

Yeni Ameliana

Addition of Chicken Liver and Moringa Leaves to Dimsum Products High in Iron (Fe) as Prevention of Anemia in Eligible Woman

xiii + 62 pages + 11 tables, 11 pictures, 11 attachments

ABSTRACT

Anemia is a condition in which the level of hemoglobin in the blood is below normal limits. Women of childbearing age are a group that is prone to anemia and other nutritional deficiencies. The existence of health problems and nutritional status that will have an impact on the quality of human resources of the generation to be born. There are many factors that can cause anemia, one of the most contributing factors is iron deficiency. The purpose of this study was to determine the level of preference and nutritional value of chicken liver dim sum and Moringa leaves as prevention of anemia in women of childbearing age.

This research is an experimental study with 4 treatments on dimsum products with the addition of chicken liver and Moringa leaves. The research was conducted at the Food Administration Laboratory, Department of Nutrition, Tanjungkarang Health Polytechnic. The method used in the organoleptic test is a descriptive design with three repetitions by 25 untrained panelists. This research was carried out from January to June 2022. This type of treatment was the addition of chicken liver F1(0%), F2(10%), F3(24%), F4(30%) and 15 grams of Moringa leaves.

The results showed that the most preferred dimsum product with the addition of chicken liver and Moringa leaves from the organoleptic test was F2, namely the addition of 10% chicken liver and Moringa leaves. The increase in the content of iron (Fe) in dimsum products with the addition of chicken liver and Moringa leaves per portion is F1 0.87 mg, F2 1.68 mg, F3 2.39 mg, and F4 3.11 mg. The nutritional content per portion of dimsum products with the addition of chicken liver and Moringa leaves is the most preferred, namely F2 with an energy content of 190.88 kcal, protein 10.3 g, fat 13.84 g, carbohydrates 6.14 g, and iron (Fe). 1.68 mg.

Suggestions for further researchers. This dimsum product with the addition of chicken liver and Moringa leaves can be used as a snack with high nutritional value for adolescents and it is necessary to carry out a proximate test to obtain a more accurate nutritional value.

Keywords :Moringa leaves, dim sum, chicken liver, and Eligible Woman

References : 60 (2007-2021)