

**SPMIPOLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUNG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2024**

Ana Ananda Rahmah

Kajian Pembuatan *Chicken Drumstick* Dengan Substitusi Hati Ayam dan Bayam Merah Sebagai Makanan Tinggi Zat Besi Untuk Remaja

xiii + 67 halaman + 10 tabel, 12 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan global yang patut diperhatikan, terutama di negara berkembang seperti di Indonesia. Anemia lebih sering dialami oleh remaja putri dibandingkan remaja laki-laki karena remaja putri ketika menstruasi kehilangan zat besi (Fe). Mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi zat besi bisa menjadi salah satu cara untuk mencegah anemia. Contoh bahan pangan yang tinggi kandungan zat besi adalah hati ayam dan bayam merah yang bisa diolah menjadi *chicken drumstick*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik organoleptik dan kadar zat besi *chicken drumstick* yang diperkaya dengan hati ayam dan bayam merah.

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode eksperimen dengan pembuatan *chicken drumstick* dengan substitusi hati ayam dan bayam merah yang digunakan yaitu F1 (12%.10%), F2 (14%.10%), F3 (16%.10%), dan F4 (18%.10%). Pengujian organoleptik menggunakan uji hedonik (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) dilakukan dengan 72 panelis dan 1 kalipengulangan. Produk *chicken drumstick* yang paling disukai akan dianalisis serat dan zat besi dengan metode ICP-OES, zat gizi lainnya dengan perhitungan TKPI, menentukan *food cost*, dan harga jual. Data dianalisis secara univariat menggunakan skala likert.

Hasil uji organoleptik didapatkan formula yang paling disukai yaitu F3 (16%.10%). Hasil nilai gizi berdasarkan TKPI pada formula *chicken drumstick* yang disukai per porsi (40 gram) yaitu energi 277,38 kkal, protein 8,61 g, lemak 19,64 g, karbohidrat 17,54 g, serat 0,12 g, dan zat besi (Fe) 2,01 mg. Harga jual per porsi (2 buah = 40 gram) yaitu Rp. 6.000. Pada penelitian selanjutnya dapat ditambahkan lagi presentase bayam merah yang digunakan, adanya pengujian protein ketika uji laboratorium, dan juga dapat meneliti *chicken drumstick* sebagai *frozen food*.

Kata kunci : Anemia, *Chicken Drumstick*, Zat Besi
Daftar bacaan : 39 (2007 - 2023)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR
NUTRITION DEPARTMENT
Final Report, June 2024**

Ana Ananda Rahmah

**Study on Chicken Drumsticks with Chicken Liver and Red Spinach
Substitution as a High Iron Food for Teenagers**

xiii + 67 pages + 10 tables, 12 pictures, 10 attachments

ABSTRACT

Anemia is a global health problem that deserves attention, especially in developing countries like Indonesia. Anemia is more often experienced by teenage girls than teenage boys because teenage girls lose iron (Fe) during menstruation. Eating foods that are high in iron can be one way to prevent anemia. Examples of foods that are high in iron content are chicken liver and red spinach which can be processed into chicken drumsticks. This study aims to determine the organoleptic characteristics and iron content of chicken drumstick enriched with chicken liver and red spinach.

This research was carried out using an experimental method by making chicken drumsticks with the substitution of chicken liver and red spinach used, namely F1 (12%.10%), F2 (14%.10%), F3 (16%.10%), and F4 (18%.10%). Organoleptic testing using hedonic tests (colour, aroma, taste, texture and overall acceptability) was carried out with 72 panelists and 1 repetition. The most preferred chicken drumstick product will be analyzed for fiber and iron using the ICP-OES method, other nutrients using TKPI calculations, determining food costs and selling prices. Data were analyzed univariately using a Likert scale.

The organoleptic test results showed that the most preferred formula was F3 (16%.10%). The nutritional value results based on TKPI on the preferred chicken drumstick formula per portion (40 grams) are energy 277.38 kcal, protein 8.61 g, fat 19.64 g, carbohydrates 17.54 g, fiber 0.12 g, and iron (Fe) 2.01 mg. The selling price per portion (2 pieces = 40 grams) is Rp. 6,000. In further research, the percentage of red spinach used can be added, protein testing can be done during laboratory tests, and chicken thighs can also be studied as frozen food.

Keywords : Anemia, Chicken Drumstick, Iron
References : 39 (2007 - 2023)