

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUN
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2024**

Cindar Umami Widiarsi

Kajian Pembuatan Nastar Tepung Kacang Merah dengan Selai Bit Sebagai Alternatif Makanan Selingan Tinggi Zat Besi Bagi Wanita Usia Subur

xiv + 72 halaman + 16 tabel, 13 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9% dan 84,6% diantaranya terjadi pada ibu hamil yang berusia 15-24 tahun. World Health Organization (WHO) (2015) menargetkan penurunan anemia pada tahun 2025 sebesar 50% pada Wanita Usia Subur. Anemia adalah suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal yang berbeda menurut kelompok umur, jenis kelamin dan kondisi fisiologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik produk nastar tinggi zat besi (Fe) dengan penambahan tepung kacang merah dan selai bit.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, penelitian ini menggunakan 2 faktor, yaitu penambahan tepung terigu sebagai bahan substitusi tepung kacang merah dan selai bit sebagai pengganti dari selai nanas. Perbandingan kedua jenis tepung (tepung kacang merah : tepung terigu) adalah sebagai berikut : F1 = 25% F2 = 50% F3 = 75%. Analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat dengan menampilkan hasil penelitian berupa distribusi frekuensi dari setiap karakteristik organoleptik yang diamati yaitu warna, rasa, tekstur, aroma, dan penerimaan keseluruhan dan dilanjutkan dengan analisis skala likert. Serta analisis zat gizi menggunakan TKPI, analisis kadar zat besi dengan metode *Inductively Coupled Plasma-mas Spectrometry* (ICP-MS).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa formula yang paling disukai oleh panelis adalah formula 2 yang memiliki skor tertinggi pada warna, aroma, rasa, tekstur dan penerimaan keseluruhan. Kandungan zat gizi F2 E : 120 kkal, P : 2,2 g, L : 7,2 g, KH : 11,7 g, Fe : 2,46 mg. Harga jual nastar per porsi seharga Rp 5.500. untuk mendapatkan nastar yang lebih tinggi Fe dapat ditambahkan tepung dari produk hewani.

Kata Kunci : Anemia, Bit, Kacang merah, Nastar, WUS
Daftar bacaan : 50 (2013-2023)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR
NUTRITION DEPARTMENT
Final Project, Juni 2024**

Cindar Umami Widiarsi

The Study of Producing Nastar From Red Bean Flour with Beetroot Jam as a High Iron Alternative Snack for Reproductive Age Women

xiv + 72 pages + 16 tables, 13 pictures, 11 attachments

ABSTRACT

The prevalence of anemia in pregnant women with iron deficiency in Indonesia is 48.9% of pregnant women, and 84.6% of them occur in pregnant women aged 15-24 years. The World Health Organization (WHO) (2015) targets a 50% reduction in anemia by 2025 in women of childbearing age. Anemia is a condition where hemoglobin (Hb) levels in the blood are less than normal which differs according to age group, gender and physiological conditions. This study aims to determine the characteristics of nastar with the addition of red bean flour and beetroot jam.

This research is an experimental research, this research uses 2 factors, namely the addition of wheat flour as a substitute for red bean flour and beet jam as a substitute for pineapple jam. The ratio of the two types of flour (red bean flour: wheat flour) is as follows: F1 = 5% F2 = 10% F3 = 15%. The data analysis carried out was univariate analysis by displaying the research results in the form of frequency distributions of each organoleptic characteristic observed, namely color, taste, texture, aroma and overall acceptability and continued with Likert scale analysis. As well as analysis of nutrients using TKPI, analysis of iron levels using the Inductively Coupled Plasma Spectrometry (ICP-MS) method.

The research results showed that the formula most preferred by the panelists was formula 2 which had the highest score on color, aroma, taste, texture and overall acceptability. Nutrient content of F2 E: 120 kcal, P: 2.2 g, fat: 7.2 g, carbohydrate: 11.7 g, iron: 2,46 mg. The selling price for nastar per portion is IDR 5,500. To get nastar that is higher in iron, you can add flour from animal products.

Keywords : Anemia, Beets, Red beans, Nastar, WUS

References : 50 (2013-2023)