

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI

Tugas Akhir, Mei 2025

Nabilah Farafisha

**Kajian pembuatan *Chicken fish roll* Substitusi Ikan Kembung dengan
Penambahan Daun Bayam Merah segar**

xiii + 44 halaman + 11 tabel + 19 gambar + 6 lampiran

ABSTRAK

Inovasi menu sehat berbasis bahan lokal seperti ikan kembung dan bayam merah berperan penting dalam pemenuhan gizi masyarakat. Ikan kembung kaya protein dan omega-3, sedangkan bayam merah mengandung zat besi dan antioksidan. Produk seperti *chicken fish roll* merupakan contoh diversifikasi pangan bergizi yang dapat dikonsumsi semua usia. Tantangan seperti kualitas bahan baku dan tekstur produk masih perlu diperbaiki. Inovasi ini mendukung pola makan sehat untuk mencegah penyakit tidak menular dan meningkatkan kesehatan masyarakat.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Perlakuan yang diberikan perbandingan daging ayam dan ikan kembung yaitu 75:25 ; 50:50 ; 25:75. Pengujian menggunakan uji hedonik (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan) dilakukan oleh 75 panelis. Produk yang disukai akan dihitung zat besi, protein, dan zat gizi lainnya dengan TKPI 2020. Lalu menentukan *food cost* produk dan data dianalisis secara univariat dengan skala likert.

Berdasarkan uji organoleptik formulasi yang paling disukai yaitu formula 2 dengan substitusi ikan kembung 50%, ayam 50%. Nilai gizi per buah atau 28 gram mengandung energi 73,81 kkal, protein 4,30 gram, lemak 5,79 gram, karbohidrat 1,23 gram, serat 0,04 gram, dan besi 0,43 mg. *Food cost chicken fish roll* dengan substitusi ikan kembung dan daun bayam merah segar adalah Rp. 14.146 dengan harga jual per buah Rp. 3.215 Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan penambahan persentase sayur yang lebih banyak dan dengan bahan yang memiliki kandungan zat besi yang lebih tinggi.

Kata kunci : Inovasi, *chicken fish roll*, Protein, Ikan kembung

Daftar bacaan : 36 (2010 – 2024)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGKARANG
NUTRITION DEPARTEMENT**

Final Report, Mei 2025

Nabilah Farafisha

Chicken fish roll with Mackerel substitution and addition of fresh Red Spinach Leaves

Xiii + 44 pages + 11 tables + 19 pictures + 6 attachments

ABSTRACT

Healthy menu innovations based on local ingredients such as mackerel and red spinach play an important role in fulfilling community nutrition. Mackerel is rich in protein and omega-3, while red spinach contains iron and antioxidants. Products such as chicken fish roll are examples of nutritious food diversification that can be consumed by all ages. Challenges such as raw material quality and product texture still need to be improved. This innovation supports a healthy diet to prevent non-communicable diseases and improve public health.

This research uses experimental methods. The treatment given the ratio of chicken meat and mackerel is 75:25; 50:50; 25:75. Testing using hedonic test (color, aroma, taste, texture, and overall acceptance) was conducted by 75 panelists. The preferred product will be calculated for iron, protein, and other nutrients with TKPI 2020. Then determine the food cost of the product and the data was analyzed univariately with a Likert scale.

Based on the organoleptic test, the most preferred formulation is formulation 2 with 50% mackerel substitution, 50% chicken. Nutritional value per fruit or 28 grams contains 73.81 kcal energy, 4.30 grams protein, 75.79 grams fat, 1.23 grams carbohydrate, 0.04 grams fiber, and 0.43 mg iron. Food cost of chicken fish roll with mackerel substitution and fresh red spinach leaves is Rp. 14.146 with a selling price per piece of Rp. 3.215 Further research needs to be done by adding a higher percentage of vegetables and with ingredients that have a higher iron content.

Keywords : Innovation, *chicken fish roll*, protein, Mackerel

References : 36 (2010 – 2024)