

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2025

Ela Zirvani

Kajian Pembuatan *Chicken Fish Roll* Berbahan Ikan ekor kuning (*Caesio Cuning*), Hati Ayam dan Wortel (*Daucus Carota*) Sebagai Makan Selingan Pencegah Anemia pada Remaja Putri

xiv + 55 halaman + 16 tabel + 13 gambar + 7 lampiran

ABSTRAK

Anemia merupakan kondisi tubuh di mana jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh karna kadar hemoglobin < 12 gr/dl. Selain anemia, terdapat masalah gizi pada remaja berupa gizi kurang dan gizi lebih pada masa pertumbuhan. Masalah tersebut dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan tinggi protein dan zat besi. Bahan pangan yang tinggi protein dan zat besi adalah daging ayam, ikan ekor kuning dan hati ayam dengan penambahan wortel bisa di olah menjadi *chicken fish roll*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik organoleptik dan kadar protein dari *chicken fish roll* berbahan ikan ekor kuning, hati ayam dan wortel segar.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan satu kali pengulangan dalam uji organoleptik dan pembuatan produk. Perlakuan yang diberikan yaitu persentase wortel 15%, 20%, dan 25%. Pengujian menggunakan uji hedonik (warna, aroma, rasa, tekstur, penerimaan keseluruhan) yang dilakukan oleh 75 panelis. Produk *chicken fish roll* yang paling disukai akan di hitung nilai gizi energi, protein, lemak, karbohidrat, serat dan zat besi dengan TKPI 2020. Selanjutnya menentukan *food cost* produk dan data dianalisis secara univariat menggunakan skala likert.

Berdasarkan uji organoleptik formula yang paling disukai yaitu formula 3 dengan persentase wortel segar 25%. Dalam 1 buah dengan berat 31 gram mengandung energi 56,4 kkal, protein 3,8 gram, lemak 2,4 gram, karbohidrat 2,4 gram, dan serat 0,1 gram, dan Fe 0,7 mg. *Food cost chicken fish roll* berbahan ikan ekor kuning, hati ayam, dan wortel segar yang paling disukai adalah Rp. 16.402 dengan harga jual per buah Rp. 3.154. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui kandungan zat besi sebenarnya pada *chicken fish roll*.

Kata kunci : Anemia, *Chicken Fish Roll*, Gizi Remaja Putri, Zat Besi
Daftar bacaan : 60 (2010-2024)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
NUTRITION DEPARTMENT
Final Project, May 2025

Ela Zirvani

**Study on Making *Chicken Fish Roll* from Yellowtail Fish (*Caesio Cuning*),
Chicken Liver and Carrots (*Daucus Carota*) as an Interlude to Prevent
Anemia in Adolescent Girls**

xiv + 55 pages + 16 tables + 13 pictures + 7 attachment

ABSTRACT

Anemia is a body condition in which the number of red blood cells is insufficient to meet the physiological needs of the body because the hemoglobin level is < 12 gr/dl. In addition to anemia, there are nutritional problems in adolescents in the form of undernutrition and overnutrition during growth. These problems can be prevented by consuming foods high in protein and iron. Examples of foods that are high in protein and iron are chicken meat, yellowtail fish and chicken liver with the addition of carrots can be processed into *chicken fish* rolls. This study aims to determine the organoleptic characteristics and protein content of *chicken fish rolls* made from yellowtail fish, chicken liver and fresh carrots.

This study uses an experimental method with one iteration in organoleptic tests and product manufacturing. The treatment given is 15%, 20%, and 25% carrots. The test used hedonic tests (color, aroma, taste, texture, overall acceptance) conducted by 75 panelists. The most preferred *chicken fish roll* products will be calculated for the nutritional value of energy, protein, fat, carbohydrates, fiber and iron with TKPI 2020. Furthermore, the *food cost* of products and data is analyzed univariably using the Likert scale.

Based on organoleptic tests, the most preferred formulation is formulation 3 with a percentage of fresh carrots of 25%. In 1 fruit weighing 25 grams it contains 56.4 kcal of energy, 3.8 grams of protein, 2.4 grams of fat, 2.4 grams of carbohydrates, and 0.1 grams of fiber, and 0.7 mg of Fe. The most preferred *food cost* of *chicken fish roll* with salted rice anchovy substitution is Rp. 16.402 with a selling price per piece of Rp. 3.154. Further research is needed to determine the actual iron content in chicken fish roll.

Keywords: Anemia, *Chicken Fish Roll*, Nutrition of Adolescent Girls, Iron
References : 60 (2010-2024)