

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2025

Azzahra Nur Rahmadani

Kajian Pembuatan Sempol Ayam dengan Substitusi Ikan Teri Nasi dan Penambahan Wortel sebagai Makanan Tinggi Kalsium.

xiii + 56 halaman + 36 tabel + 33 gambar

ABSTRAK

Sempol merupakan makanan kekinian yang dikonsumsi oleh berbagai kalangan. Sempol adalah sejenis gorengan yang terbuat dari tepung tapioka. Sempol memiliki rasa kenyal karena berbahan dasar tapioka berbentuk lonjong dan ditusuk dengan lidi. Biasanya sempol dimakan bersamaan dengan saus tomat, pedas, dan mayonnaise. Bahan dasar sempol umumnya berasal dari daging ayam dengan karbohidrat, protein, lemak, dan serat kandungan zat gizi mikro dari sempol maka dibuat sempol dengan penambahan ikan teri nasi dan wortel sebagai salah satu makanan tinggi kalsium yang baik untuk pencegahan balita *stunting*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kadar kalsium pada sempol ayam yang telah ditambahkan ikan teri nasi dan wortel.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan perlakuan penambahan ikan teri nasi dan wortel pada pembuatan sempol ayam untuk menghasilkan sempol ayam yang paling disukai dengan kualitas terbaik berdasarkan hasil organoleptik (warna, aroma, tekstur, rasa, dan penerimaan keseluruhan). Uji organoleptik menggunakan metode uji hedonik, kemudian dilanjutkan uji kadar kalsium dengan metode proksimat, kandungan zat gizi menggunakan TKPI 2017. Adapun perlakuan yang diberikan adalah penambahan ikan teri nasi dan wortel 20% (F1), 40% (F2), 60% (F3), 80% (F4). Produk sempol yang paling disukai dan akan dianalisis kadar kalsiumnya. Data yang terkumpul dianalisis secara univariat.

Berdasarkan uji organoleptik didapatkan hasil sempol ayam dengan penambahan ikan teri nasi dan wortel yang paling disukai adalah formula 2 dengan penambahan ikan teri nasi sebanyak 40%. Harga Sempol per porsi dengan berat 60 gr adalah Rp. 7000, Kandungan nilai gizi sempol yaitu gizi sempol sebagai berikut yaitu energi 341,59 kkal, protein 24,40 gram, lemak 15,95 gram, kh 24,91 gram, serat 0,33 gram dan kalsium 37,96 mg. Pada penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan uji proksimat untuk menganalisis dan mengidentifikasi nilai gizi secara spesifik. Untuk pengembangan produk lebih lanjut untuk melakukan perhitungan nilai gizi lebih lengkap. Selanjutnya, untuk mengetahui prevalensi pemasaran produk perlu dilakukan uji skala industri atau uji pasar.

Kata Kunci : Sempol, Ikan teri nasi, wortel.

Daftar bacaan : 18 (2018-2024)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
NUTRITION DEPARTMENT
Final Report, May 2025

Azzahra Nur Rahmadani

Study of making chicken sempol with anchovy rice substitution and the addition of carrots as a high calcium food.

xiii + 56 pages + 36 tables + 33 figures

ABSTRAK

Sempol is a contemporary food consumed by various groups. Sempol is a type of fried food made from tapioca flour. Sempol has a chewy taste because it is made from tapioca in an oval shape and is skewered with a stick. Usually sempol is eaten with tomato sauce, spicy sauce, and mayonnaise. The basic ingredients of sempol generally come from chicken with carbohydrates, protein, fat, and fiber. The micronutrient content of sempol is then made sempol with the addition of anchovies, rice, and carrots as one of the high-calcium foods that are good for preventing *stunting* in toddlers. This study aims to determine the calcium content in chicken sempol that has been added with anchovies, rice, and carrots.

This study uses an experimental method with the treatment of adding anchovies, rice, and carrots in making chicken sempol to produce the most preferred chicken sempol with the best quality based on organoleptic results (color, aroma, texture, taste, and overall acceptance). Organoleptic test using hedonic test method, then continued with calcium content test using proximate method, nutrient content using TKPI 2020. The treatment given is the addition of anchovies and carrots 20% (F1), 40% (F2), 60% (F3), 80% (F4). The most preferred sempol product and will be analyzed for calcium content. The collected data were analyzed univariately.

Based on organoleptic testing, the results showed that chicken sempol with the addition of anchovies and carrots that was most favored is formula 2 with 40% anchovies. The price of sempol per portion weighing 60 grams is Rp. 7000. The nutritional content of sempol is as follows: energy 341.59 kkal, protein 24.40 grams, fat 15.95 grams, carbohydrates 24.91 grams, fiber 0.33 grams, and calcium 37.96 mg. It is recommended for future research to conduct proximate testing to analyze and identify the nutritional value specifically. For further product development, a more complete nutritional value calculation should be performed. Additionally, to understand the prevalence of product marketing, an industrial scale test or market test is necessary.

Key words : Sempol, anchovies, carrots.

Reading list : 18 (2018-2024)