

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas akhir, Mei 2025

Lady Aprilia

Kajian Pembuatan *Chicken Fish Roll* dengan Substitusi Ikan Sarden dan Penambahan Jamur Kuping Sebagai Alternatif Makanan untuk Remaja Anemia

xiv + 79 halaman + 18 tabel + 13 gambar + 4 lampiran

ABSTRAK

Anemia merupakan kondisi dimana tubuh memiliki kadar hemoglobin dan eritrosit yang lebih rendah dari normal. Kondisi anemia gizi besi pada remaja putri beresiko lebih tinggi karena menyebabkan seseorang mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga rentan terhadap gangguan kesehatan. Anemia lebih rentan terjadi pada remaja putri karena mereka berada di masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik *chicken fish roll* dan kandungan protein beserta zat besi dari *chicken fish roll* dengan penambahan ikan sarden dan jamur kuping.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan perlakuan substitusi ikan sarden dan jamur kuping segar pada pembuatan *chicken fish roll* untuk menghasilkan produk yang paling disukai berdasarkan organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur dan penerimaan keseluruhan) dengan menggunakan uji hedonik. Pembuatan produk dengan satu kali pembuatan dengan substitusi daging ayam dan ikan sarden dengan penambahan jamur kuping 75:25; 50:50; 25:75 dan penambahan jamur kuping sebanyak 10%. Kemudian dilanjutkan dengan pengujian protein dan zat besi pada *chicken fish roll* yang paling disukai dengan substitusi ikan sarden dan jamur kuping segar. Analisis data yang digunakan adalah univariat.

Berdasarkan uji organoleptik formula yang paling disukai yaitu F2 dengan substitusi 50:50. Satu buah *Chicken fish roll* dengan berat 25 gram mengandung energi 101,41Kkal, protein 4,34 gram, lemak 8,32 gram, karbohidrat 2,81 gram, besi 0,36 mg, dan serat 0,67 gram. *Food cost chicken fish roll* dengan substitusi daging ayam dan ikan sarden penambahan jamur kuping yang paling disukai adalah Rp.20.413 dengan harga jual per buah Rp. 3.648. Perlu dilakukan uji laboratorium untuk memastikan kandungan nilai gizi yang tepat agar tidak ada kesalahan pada data yang dihasilkan. Perlu dilakukan penurunan biaya harga jual *chicken fish roll*. penggantian daging ayam giling dengan daging ayam biasa. Perlu ditambahkan kombinasi sayuran lainnya yang berwarna cerah. perlu ditambahkan bahan pangan sumber zat besi.

Kata Kunci : Anemia, *Chicken Fish Roll*, Gizi Remaja
Daftar Bacaan : 29 (2004 – 2024)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
NUTRITION DEPARTMENT
Final project , May 2025

Lady Aprilia

Study of Making *Chicken Fish Roll* with Sardine Substitution and Ear Mushroom Addition as an Alternative Food for Anemic Adolescents

xiv + 79 pages + 18 tables + 13 pictures + 4 attachments

ABSTRACT

Anemia is a condition where the body has lower levels of hemoglobin and erythrocytes than normal. Iron deficiency anemia in adolescent girls carries a higher risk as it causes a decrease in immune function, making individuals more susceptible to health issues. Anemia is more prone to occur in adolescent girls because they are in a growth phase that requires higher nutritional intake, including iron. The purpose of this study was to determine the characteristics of chicken fish roll and the protein and iron content if chicken fish roll with the addition of sardines and ear mushrooms.

This study uses an experimental method with the treatment of Substitution of Chicken Meat and Sardines with the Addition of Ear Mushrooms in the production of chicken fish roll to produce the most preferred product based on organoleptic factors (color, aroma, taste, texture, and overall acceptance) using a hedonic test. The product is made in a single production with substitutions of sardine fish and wood ear mushrooms in ratios of 75:25, 50:50, 25:75, and an addition of 10% wood ear mushrooms. The study is then followed by testing the protein and iron content in the most preferred chicken fish roll with the sardine fish and fresh wood ear mushroom substitution. The data analysis used is univariate.

Based on the organoleptic test, the most preferred formula is F2 with 50:50 substitution. One chicken fish roll weighing 25 grams contains 101.41 kcal energy, 4.34 grams protein, 8.32 grams fat, 2.81 grams carbohydrate, 0.36 mg iron, and 0.67 grams fiber. Food cost of chicken fish roll with Substitution of Chicken Meat and Sardines with the Addition of Ear Mushrooms is Rp.20,413 with a selling price per piece of Rp. 3,648. It is necessary to conduct laboratory tests to ensure the exact nutritional value content so that there are no errors in the data generated. It is necessary to reduce the cost of the selling price of chicken fish roll. replacement of ground chicken meat with regular chicken meat. It is necessary to add other vegetable combinations that are brightly colored. need to add iron source foods.

Keyword : Anemia, *Chiken Fish Roll*, Adolescent
Nutrition References : 29 (2004 – 2024)