

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2025

Mita Damayanti

**Pembuatan Akar Kelapa Ikan Ekor Kuning dengan Penambahan Hati Ayam
Snack untuk Wanita Usia Subur**

xiv + 48 Halaman + 17 Tabel + 8 Gambar, 9 Lampiran

ABSTRAK

Anemia memengaruhi kehidupan hampir setengah milyar WUS di seluruh dunia. WUS berisiko mengalami anemia pada saat hamil. Kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin, serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan dapat menyebabkan kematian ibu dan bayi baru lahir. Prevalensi anemia menurut jenis kelamin Wanita 18%. Sedangkan pada Wanita hamil di Indonesia 27,7% (SKI, 2023b). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kajian pembuatan snack akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam terhadap sifat organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur, serta penerimaan secara keseluruhan).

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Penelitian ini menggunakan 1 faktor, faktor utama yaitu penambahan ikan ekor kuning dan hati ayam dengan konsentrasi yang sama 10%, 15%, dan 20%. Untuk menghasilkan snack akar kelapa yang paling disukai yang dilihat dari sifat organoleptik menggunakan metode uji hedonik (warna, aroma, rasa, tekstur dan tingkat kesukaan pada produk). Uji organoleptik dilakukan di laboratorium uji cita rasa Poltekkes Tanjungkarang, dengan 75 panelis yang berusia 15 – 49 tahun, dilaksanakan pada bulan Februari 2025, kemudian dilanjutkan dengan uji perhitungan kandungan kadar zat besi dengan menggunakan TKPI. Analisis data yang digunakan adalah univariat, yaitu dengan menampilkan hasil penelitian berupa perhitungan distribusi frekuensi persentase panelis yang dilanjutkan dengan perhitungan skala likert dari masing-masing variable.

Hasil penelitian uji organoleptik didapatkan formula yang paling disukai yaitu F1 dengan metode pengolahan digoreng, akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam 10%. Dalam 1 porsi akar kelapa dengan berat 50 gram mengandung energi 149,67 kkal, protein 3,82 gram, lemak 7,3 gram, karbohidrat 17,2 gram dan zat besi 0,91 miligram. *Food cost* akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam paling disukai adalah Rp 10.791 dengan harga perbuah Rp 4.496 seberat 50 gram. Pada penelitian selanjutnya perlu dilakukan penelitian terhadap analisis secara laboratorium uji terhadap nilai gizi dan pada zat besi akar kelapa ikan ekor kuning dengan penambahan hati ayam.

Kata Kunci : Akar Kelapa, Ikan Ekor Kuning, Hati Ayam, Anemia
Daftar Bacaan : 37 (2017-2024)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NUTRITION
Final Project, Mei 2025

Mita Damayanti

Making Yellowtail Fish Coconut Root with Chicken Liver Addition as High Iron Snack for Anemia in WUS

xiv + 48 Pages + 17 Tables + 8 Figures, 9 Attachments

ABSTRACT

Anemia affects the lives of nearly half a billion women worldwide. Women are at risk of anemia during pregnancy. This condition can have a negative impact on fetal growth and development, and has the potential to cause complications of pregnancy and childbirth, and can even cause maternal and newborn death. The prevalence of anemia according to female gender is 18%. While in pregnant women in Indonesia 27.7% (SKI, 2023). The purpose of this study was to determine the study of making yellowtail coconut root snacks with the addition of chicken liver on organoleptic properties (color, aroma, taste, texture, and overall acceptance).

This research uses experimental methods. This research uses 1 factor, the main factor is the addition of yellowtail fish and chicken liver with the same concentration of 10%, 15%, and 20%. To produce the most preferred coconut root snack as seen from organoleptic properties using the hedonic test method (color, aroma, taste, texture and level of liking for the product). Organoleptic tests were carried out in the taste test laboratory of the Tanjungkarang Polytechnic, with 75 panelists aged 15 - 49 years, carried out in February 2025, then continued with the calculation test of iron content using TKPI. The data analysis used is univariate, which is by displaying the results of the study in the form of frequency distribution calculations.

The results of the organoleptic test research obtained the most preferred formula, namely F1 with fried processing method, yellowtail coconut root with the addition of 10% chicken liver. In 1 serving of coconut root weighing 50 grams contains 149.67 kcal of energy, 3.82 grams of protein, 7.3 grams of fat, 17.2 grams of carbohydrates and 0.91 milligrams of iron. The food cost of yellowtail coconut root with the addition of chicken liver is most favorable at IDR 10,791 with a fruit price of IDR 4,496 weighing 50 grams. In further research, it is necessary to conduct research on the analysis of laboratory tests on nutritional value and on iron in coconut roots of yellowtail fish with the addition of chicken liver.

Keywords: Coconut Roots, Yellow Tail fish, Chicken Liver, Anemia.

Reading list : 37 (2017-2024)