

ABSTRAK

Royan, Fathonah Fathur. 2024. *Gambaran Sifat Organoleptik dan Nilai Gizi Nugget Kerang Hijau (*Perna viridis*) Dengan Penambahan Bayam Merah (*Amaranthus tricolor L.*) Sebagai Makanan Selingan Tinggi Zat Besi Untuk Remaja Putri Anemia. Tugas Akhir, Program Studi Gizi Program Diploma Tiga, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.*

Pembimbing: Yohannes Willihelm Saleky, S.Gz., M.Sc

Anemia gizi besi pada remaja putri dapat berdampak pada gangguan fungsi kognitif, kemampuan akademik yang rendah dan penurunan kapasitas fisik. Selain program pemberian TTD oleh pemerintah, terdapat beberapa alternatif penanganan anemia pada remaja putri, di antaranya melalui proses penyuluhan pola makan yaitu dengan mengonsumsi makanan yang mampu memenuhi kebutuhan zat gizi remaja putri terutama zat besi. Nugget merupakan salah satu makanan cepat saji yang dapat menjadi alternatif makanan untuk meningkatkan asupan zat besi. Beberapa bahan makanan tinggi zat besi yang dapat dimanfaatkan yaitu kerang hijau dan bayam merah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran sifat organoleptik dan kandungan zat besi pada nugget kerang hijau dengan penambahan bayam merah. Penelitian ini menggunakan desain eksperimental, denganimbangan antara kerang hijau dan bayam merah (60%:40% ; 70%:30% ; 80%:20%) sebagai variabel bebas dan sifat organoleptik, zat gizi sebagai variabel terikat. Data sifat organoleptik diperoleh dari 30 panelis agak terlatih. Data nilai gizi dihitung berdasarkan TKPI 2019. Hasil penelitian menunjukkan nugget kerang hijau dengan penambahan bayam merah yang paling disukai adalah formula 2 (kerang hijau 70% dan bayam merah 30%). Nilai zat gizi nugget kerang hijau dengan penambahan bayam merah pada formula 2 adalah 204,57 kkal, 6,74 g protein, 4,79 g lemak, 35,37 g karbohidrat, dan 3,78 mg zat besi. Untuk memperbaiki warna sebaiknya menambahkan bahan pewarna alami agar warna pada nugget lebih menarik dan dilakukan penelitian lanjutan mengenai analisis kadar zat besi pada nugget kerang hijau dengan penambahan bayam merah.

Kata Kunci: Nugget, Kerang Hijau, Bayam Merah, Zat Besi