

ABSTRAK

Azizah H, Nadira Noor. 2024. Gambaran Sifat Organoleptik dan Nilai Gizi Bakso Ayam dengan Penambahan Hati Ayam dan Sawi Hijau (*Brassica juncea* L.) sebagai Alternatif Selingan Tinggi Zat Besi untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. Tugas Akhir. Program Studi Gizi Program Diploma Tiga. Jurusan Gizi. Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Bandung.

Pembimbing : Yenny Moviana, MND

Masalah gizi yang sering kali ditemukan pada remaja putri yaitu kekurangan zat besi. Kekurangan zat besi bisa dianggap sebagai penyebab paling umum kejadian anemia di seluruh dunia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi bakso ayam dengan penambahan hati ayam dan sawi hijau (*Brassica juncea* L.) sebagai alternatif selingan tinggi zat besi untuk pencegahan anemia pada remaja putri. Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimental dengan 3 jenis formulasi hati ayam dan sawi hijau yaitu F1 70%:30% F2 60%:40% dan F3 50%:50%. Bakso dari 3 formulasi yang berbeda diuji sifat organoleptiknya dengan uji hedonik oleh 30 orang panelis agak terlatih meliputi kesukaan terhadap warna, rasa, aroma, tekstur dan overall. Hasil penelitian menunjukkan bahwa formula yang paling disukai oleh panelis adalah formula 2 dengan imbang hati ayam dan sawi hijau 60%:40%. Berdasarkan kandungan nilai gizi per porsi, bakso F2 mengandung energi 300,57 kkal, protein 17,55 g, lemak 19,61 g, karbohidrat 11,76 g, zat besi 4,13 mg, dan vitamin c 10,2 mg. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai kandungan gizi di laboratorium. Berdasarkan hasil organoleptik dan nilai gizi, formula yang disarankan untuk membuat bakso adalah formula 2.

Kata Kunci : Bakso Ayam, Hati Ayam, Sawi Hijau, Zat Besi