

ABSTRAK

Nadila, Intan Aulia. 2024. Gambaran Sifat Organoleptik dan Nilai Gizi Nugget Ayam dengan Penambahan Hati Ayam dan Bayam sebagai Makanan Sumber Protein dan Zat Besi untuk Remaja Putri Anemia. Tugas Akhir. Program Studi Gizi Program Diploma Tiga. Jurusan Gizi. Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Bandung.

Pembimbing : Mona Fitria, S.TP, M.Si

Salah satu masalah yang sering terjadi pada remaja putri adalah anemia. Hal ini bisa disebabkan karena kurangnya asupan nutrisi sehingga sangat berdampak pada masalah gizi salah satunya adalah kekurangan zat besi dan zat gizi lainnya. Hati ayam adalah salah satu organ yang termasuk bagian yang memiliki kandungan zat gizi yang tinggi, hati ayam juga salah satu sumber besi heme yang mudah didapatkan. Bayam merupakan bahan makanan yang mengandung zat besi. Nugget ayam sangat digemari oleh Masyarakat di berbagai kalangan. Nugget ayam juga bisa dijadikan pengganti lauk pauk. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi nugget ayam dengan penambahan hati ayam dan bayam sebagai makanan sumber protein dan zat besi untuk remaja putri anemia. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain eksperimental dengan formulasi hati ayam dan bayam yaitu (55 % : 45 %), (65 % : 35 %), (75 % : 25 %). Nugget dari tiga formulasi ini diujikan kepada 30 orang panelis agak terlatih. Formulasi yang paling diunggulkan adalah formula 2 dengan nilai gizi energi 485,2 kkal, protein 13 gram, lemak 6,2 gram, karbohidrat 47,8 gram, zat besi 3,6 mg dengan harga per porsi yaitu Rp 2. 823 Makanan ini bisa menjadi makanan sumber protein dan zat besi namun harus ada perbaikan dengan penambahan bumbu dan rempah.

Kata kunci : Nugget, Hati Ayam, Bayam, Protein, Zat Besi