

ABSTRAK

Aulia, Yusyifa. 2024. *Gambaran Sifat Organoleptik dan Nilai Gizi Dimsum dengan Penambahan Hati Ayam dan Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris L*) sebagai Alternatif Selingan Tinggi Zat Besi untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri*. Tugas Akhir. Program Studi Gizi Program Diploma Tiga. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung.

Pembimbing : Yenny Moviana, MND

Masalah gizi yang sering dihadapi oleh remaja putri yaitu kekurangan zat besi atau anemia. Resiko anemia tinggi karena cenderung mengalami kekurangan asupan zat besi yang dibutuhkan oleh tubuh karena remaja perempuan mengalami menstruasi setiap bulannya. Apabila anemia terjadi pada remaja putri yang akan hamil dapat meningkatkan risiko kejadian BBLR (Berat Badan Lahir Rendah). Adanya dampak tersebut menjadikan asupan zat besi sebagai zat gizi yang perlu diperhatikan bagi remaja putri. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi dimsum dengan penambahan hati ayam dan kacang merah untuk pencegahan anemia pada remaja putri. Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimental dengan 3 jenisimbangan hati ayam dan kacang merah yaitu F1 25%:75%, F2 50%:50%, F3 75%:25%. Dimsum dari 3imbangan yang berbeda diuji sifat organoleptiknya dengan uji hedonik oleh 30 panelis agak terlatih meliputi kesukaan terhadap warna, rasa, aroma, tekstur, dan *overall*. Hasil penelitian menunjukkan formula yang paling disukai panelis adalah formula 2. Berdasarkan perhitungan nilai gizi per porsi, dimsum F2 mengandung energi 280,7 kkal, protein 16 g, lemak 10,1 g, karbohidrat 30,7 g, dan zat besi 4,3 mg, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai kandungan gizi di laboratorium dan kepada masyarakat yang ingin membuat dimsum, dilihat dari segi organoleptik dan nilai gizinya disarankan menggunakan F2.

Kata Kunci : Dimsum, Hati Ayam, Kacang Merah, Zat besi.

