

ABSTRAK

Agustina, Marpaung Ariella Elaine. 2024. “Gambaran Sifat Organoleptik dan Nilai Gizi Snack Sotong Goreng Dengan Formula Ikan Patin (*Pangasius hypophthalmus*) dan Tepung Kacang Kedelai (*Glycine max*) Sebagai Alternatif Makanan Selingan Bagi Remaja Putri Anemia” Tugas Akhir. Program Studi Gizi program Diploma Tiga. Jurusan Gizi. Kementrian Kesehatan Politeknik Kesehatan Bandung.

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

Anemia merupakan salah satu dari tiga masalah gizi di Indonesia selain dari malnutrisi dan obesitas. Anemia dapat disebabkan oleh kurangnya zat gizi yang berperan dalam proses pembentukan hemoglobin. Salah satu jenis kacang-kacangan yang memiliki kadar zat besi tinggi adalah kacang kedelai. Selain kacang kedelai, sumber zat besi lainnya yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan asupan zat besi adalah ikan patin. Kedua bahan tersebut memiliki potensi gizi untuk dapat dimanfaatkan dalam pembuatan produk makanan selingan yang digemari. Sotong merupakan salah satu camilan yang di gemari, berbahan dasar dari tepung tapioka dan tepung terigu. Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui sifat organoleptik dan nilai gizi dari snack sotong goreng formula ikan patin dan tepung kacang kedelai sebagai alternatif makanan selingan bagi remaja putri anemia. Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimental. Formulasi yang digunakan yaitu 3 formulasi antara daging ikan patin dan tepung kacang kedelai dengan imbangannya sebesar 75%:25%, 70%:30%, 65%:35%. Formula sotong dengan tingkat kesukaan tertinggi adalah formula 2 dengan rata-rata skor *overall* 6,2 yang dapat diinterpretasikan kedalam kategori suka. Hasil analisis gizi sotong per porsi pada formula 2 yaitu 234,6 kkal, 6,7 g protein, 8,1 g lemak, 35,6 g karbohidrat, dan 2 mg fe. Pada penelitian sebelumnya dengan produk dimsum mendapatkan kandungan fe sebesar 2,19 mg per 100 g, sedangkan pada sotong formula 2 kandungan fe dapat mencapai 2 kali lipat. Dengan harga Rp 4.122, sotong pada penelitian ini dapat 5 buah sotong dengan berat 50 g. Disarankan untuk menghilangkan bau ikan patin dengan cara balurkan dengan garam dan perasan jeruk nipis.

Kata kunci : Sotong, ikan patin, Tepung kacang kedelai, Fe, Anemia remaja putri.