

ABSTRAK

Sayidhina, Najwa. 2024. Gambaran Sifat Organoleptik dan Nilai Gizi Sherbet Berbahan Dasar Jeruk Manis dan Alpukat sebagai Makanan Selingan Sumber Kalium bagi Penderita Hipertensi. Tugas Akhir. Program Studi Gizi Program Diploma Tiga. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing: Dr. Judiono, MPS

Kalium berperan dalam mengendalikan tekanan darah karena merupakan elektrolit utama dalam mengatur cairan intraseluler. Salah satu upaya untuk meningkatkan asupan kalium yaitu dengan konsumsi buah-buahan. Sherbet dipilih menjadi produk yang dapat diolah dengan menggunakan buah-buahan. Tujuan dari penelitian ini adalah Mengetahui gambaran sifat organoleptik dan nilai gizi sherbet berbahan dasar jeruk manis dan alpukat. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain studi eksperimental dengan melakukan uji organoleptik terhadap 30 panelis agak terlatih. Data yang dikumpulkan adalah data kesukaan panelis terhadap sifat organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur dan *overall*) produk. Hasil dari penelitian formula yang paling banyak disukai secara *overall* yaitu Formula 1 (40% : 60%). Formula 3 (60% : 40%) mengandung kalium lebih banyak dibanding formula lainnya. Hasil perhitungan zat gizi dengan menggunakan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2017 dalam 1 porsi sherbet Formula 3 mengandung energi 158,55 kkal, protein 1,9725 g, lemak 4,98 g, karbohidrat 29,26 g, kalium 619 mg, kalsium 60,795 mg Perlu penelitian lebih lanjut untuk mengembangkan produk dan mengetahui kandungan gizi melalui uji laboratorium.

Kata Kunci: Tekanan Darah, Hipertensi, Kalium, Alpukat, Jeruk Manis