

SKRIPSI

**PENGARUH VARIASI CAMPURAN UDANG REBON
KERING (*MYSIS RELICTA*) PADA PEMBUATAN *DIM SUM*
IKAN PATIN SEBAGAI ALTERNATIF KUDAPAN TINGGI
ZAT BESI PENCEGAH ANEMIA UNTUK REMAJA PUTRI
DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK,
DAN KADAR ZAT BESI**



**ESTETIKA ISLAMI GUSTI PUTRI
P07131321012**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

SKRIPSI

**PENGARUH VARIASI CAMPURAN UDANG REBON KERING
(*MYSIS RELICTA*) PADA PEMBUATAN *DIM SUM* IKAN
PATIN SEBAGAI ALTERNATIF KUDAPAN TINGGI ZAT
BESI PENCEGAH ANEMIA UNTUK REMAJA PUTRI
DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK,
DAN KADAR ZAT BESI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi (S.Tr.Gizi)



**ESTETIKA ISLAMI GUSTI PUTRI
P07131321012**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

PENGARUH VARIASI CAMPURAN UDANG REBON KERING (*MYSIS RELICTA*) PADA PEMBUATAN *DIM SUM* IKAN PATIN SEBAGAI ALTERNATIF KUDAPAN TINGGI ZAT BESI PENCEGAH ANEMIA UNTUK REMAJA PUTRI DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, DAN KADAR ZAT BESI

Disusun Oleh :

ESTETIKA ISLAMI GUSTI PUTRI
NIM.P07131321012


Telah disetujui pembimbing pada tanggal :

6 Juni 2022
.....

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,


Joko Susilo, SKM, M.Kes
NIP. 196412241988031002


Setyowati, SKM, M.Kes
NIP. 196406211988032002

Yogyakarta, 6 Juni 2022
.....



HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“PENGARUH VARIASI CAMPURAN UDANG REBON KERING (*MYSIS RELICTA*) PADA PEMBUATAN *DIM SUM* IKAN PATIN SEBAGAI ALTERNATIF KUDAPAN TINGGI ZAT BESI PENCEGAH ANEMIA UNTUK REMAJA PUTRI DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, DAN KADAR ZAT BESI”

Disusun oleh :

ESTETIKA ISLAMIS GUSTI PUTRI

NIM. P07131321012

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : **23 Mei 2022**.....

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Joko Susilo, SKM, M.Kes
NIP. 196412241988031002

(.....)

Anggota,
Esthy Rahman Asih, STP, M.Sc
NIP. 198504152014022004

(.....)

Anggota,
Setyowati, SKM, M.Kes
NIP. 196406211988032002

(.....)

Yogyakarta, **6 Juni 2022**.....

Ketua Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si

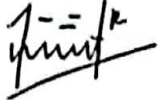
NIP. 196303241986031001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Estetika Islami Gusti Putri

NIM : P07131321012

Tanda Tangan : 

Tanggal : 6 Juni 2022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Estetika Islami Gusti Putri
NIM : P07131321012
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul :

“Pengaruh Variasi Campuran Udang Rebon Kering (*Mysis Relicta*) Pada Pembuatan Dim Sum Ikan Patin Sebagai Alternatif Kudapan Tinggi Zat Besi Pencegah Anemia Untuk Remaja Putri Ditinjau Dari Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, dan Kadar Zat Besi”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/penciptakan dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 6 Juni 2022

Yang menyatakan



The image shows an official stamp of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. The stamp is rectangular and contains the text 'POLTEKES KEMENKES YOGYAKARTA' at the top, the Garuda Pancasila emblem in the center, and 'METENAP TESIS' below it. At the bottom of the stamp, the identification number '005AJX835071000' is visible. A handwritten signature in black ink is written over the stamp.

(Estetika Islami Gusti Putri)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Variasi Campuran Udang Rebon Kering (*Mysis relicta*) pada Pembuatan *Dim Sum* Ikan Patin Sebagai Alternatif Kudapan Tinggi Zat Besi Pencegah Anemia untuk Remaja Putri Ditinjau dari Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, dan Kadar Zat Besi”. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bapak DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M. Si. selaku Ketua Jurusan Gizi
3. Bapak Dr. Agus Wijanarka, S.Si. T, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
4. Bapak Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, arahan serta masukkan dalam penyusunan Skripsi
5. Ibu Setyowati, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan serta masukkan dalam penyusunan Skripsi
6. Ibu Esthy Rahman Asih, STP, M.Sc selaku Penguji yang telah memberikan masukkan dan arahan guna perbaikan Skripsi
7. Orang tua dan keluarga penulis yang selalu memberikan doa, dukungan, dan motivasi baik secara moral maupun material
8. Sahabat yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan dalam menyelesaikan Skripsi ini Panelis yang telah bersedia membantu penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini
9. Teman-teman D-IV Alih Jenjang Jurusan Gizi 2021 yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam menyelesaikan Skripsi

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik sangat diharapkan demi kesempurnaan.

Yogyakarta,

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACT	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Telaah Pustaka	9
1. <i>Dim Sum</i>	9
2. Udang Rebon Kering	17
3. Ikan Patin	21
4. Remaja	23
5. Zat Besi	25
6. Sifat Fisik	26
7. Sifat Organoleptik	28
8. Panelis	30
B. Landasan Teori	34
C. Kerangka Konsep	37
D. Hipotesis	37
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Jenis dan Desain Penelitian	38
B. Waktu dan Tempat Penelitian	39
C. Variabel Penelitian	39
D. Definisi Operasional Variabel	40
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	42
F. Instrumen dan Bahan	44
G. Prosedur Penelitian	51
H. Manajemen Data	56
I. Etika Penelitian	58

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	60
A. Hasil	60
B. Pembahasan	76
BAB V PENUTUP	96
A. Kesimpulan	96
B. Saran	97
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	104

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 2 Syarat Mutu <i>Dim Sum</i> Siomay Menurut SNI	11
Tabel 3 Perbandingan Kandungan Energi, Protein, Lemak dan Zat Besi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani per 100 gram Bahan	19
Tabel 4 Kandungan Gizi Udang Rebon Kering	19
Tabel 5 Kandungan Gizi Ikan Patin	23
Tabel 6 Kecukupan Zat Gizi Remaja Putri Menurut AKG 2019	24
Tabel 7 Alat dan Instrumen Penelitian	45
Tabel 8 Bahan Penelitian	48
Tabel 9 Komposisi Bahan Tiap Perlakuan.....	51
Tabel 10 Hasil Pengamatan Sifat Fisik <i>Dim Sum</i> Patin Rebon	64
Tabel 11 Mean Hasil Uji Organoleptik	68
Tabel 12 Mean Hasil Uji Statistik Kadar Zat Besi <i>Dim Sum</i>	75

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 <i>Dim Sum</i>	9
Gambar 2 Udang Rebon Kering (<i>Mysis relicta</i>)	18
Gambar 3 Ikan Patin (<i>Pangasius sp.</i>)	22
Gambar 4 Kerangka Konsep Penelitian	37
Gambar 5 Rancangan Percobaan Penelitian	38
Gambar 6 Diagram Alir Proses Pembuatan <i>Dim Sum</i>	53
Gambar 7 Bahan-bahan Yang Digunakan Dalam Pembuatan <i>Dim Sum</i>	61
Gambar 8 Hasil Pencampuran Adonan <i>Dim Sum</i>	62
Gambar 9 Proses Pengukusan <i>Dim Sum</i>	63
Gambar 10 Hasil Produk <i>Dim Sum</i> Dalam Bentuk Utuh	65
Gambar 11 Hasil Produk <i>Dim Sum</i> Dalam Bentuk Telah Dipotong	65
Gambar 12 Tingkat Kesukaan Panelis Terhadap Warna <i>Dim Sum</i>	69
Gambar 13 Tingkat Kesukaan Panelis Terhadap Aroma <i>Dim Sum</i>	71
Gambar 14 Tingkat Kesukaan Panelis Terhadap Rasa <i>Dim Sum</i>	72
Gambar 15 Tingkat Kesukaan Panelis Terhadap Tekstur <i>Dim Sum</i>	73
Gambar 16 Kadar Zat Besi <i>Dim Sum</i> Pada Setiap Perlakuan	75

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Formulir Penjelasan Sebelum Persetujuan Penelitian (PSP)...	105
Lampiran 2 Informed Consent	106
Lampiran 3 Formulir Uji Sifat Fisik	107
Lampiran 4 Formulir Uji Hedonik	109
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Komisi Etik	111
Lampiran 6 Hasil Rekapitan Uji Sifat Fisik	112
Lampiran 7 Hasil Rekapitan Uji Sifat Organoleptik	113
Lampiran 8 Hasil Analisis Kadar Zat Besi Dim Sum	121
Lampiran 9 Hasil Uji Statistik Sifat Organoleptik	123
Lampiran 10 Hasil Uji Statistik Analisis Kadar Zat Besi	135
Lampiran 11 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	136
Lampiran 12 Daftar Hadir Uji Organoleptik	139
Lampiran 13 Nilai Gizi <i>Dim Sum</i> Tiap Perlakuan	140
Lampiran 14 <i>Unit Cost Dim Sum</i> Tiap Perlakuan	141
Lampiran 15 Label Dim Sum Ikan Patin Udang Rebon	142
Lampiran 15 Jadwal Penelitian	143