

ABSTRAK

ARBAYAH, 19S10291

PENGARUH PROPORSI IKAN NILA (*Oreochromis niloticus*) DAN KALAKAI (*Stenochlaena palustris*) TERHADAP KANDUNGAN PROTEIN, ZAT BESI, DAN TINGKAT KESUKAAN PEMPEK SEBAGAI MAKANAN TAMBAHAN IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIS

SKRIPSI, Program Studi S1 Gizi 2023
(xv + 129)

Ikan nila dan kalakai merupakan bahan makanan yang mengandung zat gizi protein dan zat besi. Pempek adalah makanan yang banyak mengandung protein, terutama hewani yang bersumber dari ikan. Pempek merupakan makanan tambahan yang disukai semua kalangan masyarakat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh proporsi ikan nila dan kalakai terhadap kandungan protein, zat besi, dan tingkat kesukaan pempek sebagai makanan tambahan ibu hamil KEK. Penelitian ini merupakan penelitian eskperimental dengan Rancangan Acak Lengkap yaitu dengan proporsi ikan nila dan kalakai terdiri 4 perlakuan yaitu P0 100%:0%, P1 80:20%, P2 60%:40%, dan P3 40%:60%. Hasil uji kandungan protein menggunakan metode *kjeldahl* dan zat besi menggunakan metode *Spektrofotometer Visibel*, sedangkan analisis statistik kandungan protein dan zat besi menggunakan uji *Kruskall-Wallis* dan tingkat kesukaan menggunakan uji *Friedman*. Hasil penelitian ini diketahui rata-rata kandungan protein tertinggi P2 (7,76) dan zat besi tertinggi adalah P1 (0,48). Hasil statistik menunjukkan proporsi ikan nila dan kalakai berpengaruh terhadap kandungan protein ($p=0,016$), zat besi ($p=0,015$), dan tingkat kesukaan warna, aroma, tekstur, dan rasa ($p<0,05$) pada pempek. Proporsi terbaik adalah perlakuan P2 dengan nilai relatif 1,132 berdasarkan uji indek efektivitas *De Garmo*. Mengonsumsi 130 g pempek pada perlakuan P2 dapat mencegah terjadinya KEK pada ibu hamil.

Kata kunci : Pempek, ikan nila, kalakai, tingkat kesukaan

ABSTRACT

ARBAYAH, 19S10291

THE EFFECT OF PROPORTION OF TILAPIA (*Oreochromis niloticus*) AND KALAKAI (*Stenochlaena palustris*) ON PROTEIN, IRON CONTENT, AND HEDONIC SCALING PEMPEK AS ADDITIONAL FOOD FOR PREGNANT WOMEN CHRONIC ENERGY DEFICIENCY

THESIS, Bachelor of Nutrition Study Program 2023
(xv + 129)

Tilapia and kalakai are foods that contain protein and iron nutrients. Pempek is a food that contains lots of protein, especially animals sourced from fish. Pempek is a food supplement that is liked by all circles of society. The purpose of this study was to determine the effect of the proportion of tilapia and kalakai on the content of protein, iron, and the hedonic scaling of pempek as an additional food for chronic energy deficiency (CED) pregnant women. This study is an experimental study with a Complete Randomized Design, namely with the proportion of tilapia and kalakai consisting of 4 treatments, namely P0 100%:0%, P1 80:20%, P2 60%:40%, and P3 40%:60%. The results of the protein content test used the kjeldahl and iron methods using the Visible Spectrophotometer method, while the statistical analysis of protein and iron content used the Kruskal-Wallis test and the level of liking used the Friedman test. The results of this study found that the highest average protein content was P2 (7.76) and the highest iron was P1 (0.48). The statistical results showed that the proportion of tilapia and kalakai affected the protein content ($p = 0.016$), iron ($p = 0.015$), and the level of preference for color, aroma, texture, and taste ($p < 0.05$) in pempek. The best proportion was the P2 treatment with a relative value of 1.132 based on the De Garmo effectiveness index test. Consuming 130 g of pempek in P2 treatment can prevent CED in pregnant women.

Keywords: Pempek, Tilapia, Kalakai, hedonic scaling