

ABSTRAK

ILMA SUSANTI, 19S10301

PENGARUH PROPORSI IKAN GABUS (*Channa striata*) DAN BAYAM (*Amaranthus hybridus L.*) TERHADAP KADAR PROTEIN, ZAT BESI, DAN TINGKAT KESUKAAN *NUGGET* SEBAGAI MAKANAN SELINGAN UNTUK CEGAH *STUNTING*

SKRIPSI, Program Studi S1 Gizi 2023

Stunting didefinisikan sebagai keadaan tubuh pendek maupun sangat pendek yang diakibatkan oleh pertumbuhan linear yang gagal dalam mencapai potensi genetik yang seharusnya. Ikan gabus dan bayam merupakan bahan makanan tinggi protein dan zat besi sehingga dapat dimanfaatkan untuk mencegah *stunting* pada balita. *Nugget* merupakan salah satu produk yang digemari oleh masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kadar protein, zat besi dan tingkat kesukaan (warna, aroma, tekstur dan rasa) *nugget* ikan gabus dan bayam. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan Rancangan Acak Lengkap (RAL) yaitu proporsi ikan gabus dan bayam terdiri 4 perlakuan yaitu P0= 100%:0%, P1= 90%:10%, P2= 80%:30%, P3= 70%:30% dengan 3 replikasi. Responden berjumlah 25 orang panelis tidak terlatih. Uji kadar protein (*Kjeldahl*) dan zat besi (*Spectrophotometry visible*), uji statistik protein menggunakan *Anova*, dan zat besi menggunakan *Kruskal-Wallis*, sedangkan tingkat kesukaan menggunakan uji *Friedman*. Hasil penelitian menunjukkan kadar protein tertinggi pada P3 (12,965 g), kadar zat besi tertinggi pada P3 (1,362 mg) dan tingkat kesukaan tertinggi pada P1 (3,14) berdasarkan uji indeks efektivitas *De Garmo*. Hasil penelitian menunjukkan ikan gabus dan bayam berpengaruh terhadap kadar protein ($p=0,001$), zat besi ($p=0,001$), dan tingkat kesukaan warna ($p=0,007$), aroma (0,001), tekstur (0,007) dan rasa ($p=0,007$) pada *nugget*. *Nugget* ikan gabus dan bayam dapat membantu mencegah *stunting* pada balita dengan mengonsumsi *nugget* perlakuan yang paling diminati untuk zat gizi dan tingkat kesukaan (*Uji De Garmo*) yaitu pada perlakuan P1 sebanyak 1-2 buah *nugget* untuk memenuhi protein dan zat besi untuk makanan selingan sehari.

Kata Kunci: Bayam, ikan gabus, *nugget*, protein, tingkat kesukaan, zat besi

ABSTRACT

ILMA SUSANTI, 19S10301

EFFECT OF PROPORTION SNAKEHEAD FISH (*Channa striata*) AND SPINACH (*Amaranthus hybridus* L.) ON PROTEIN, IRON, AND HEDONIC SCALING NUGGET LIKES AS DIFFERENT FOODS TO PREVENT STUNTING

Undergraduate Thesis, Bachelor of Nutrition Study Program. 2023

Stunting is defined as a state of short or very short stature caused by linear growth that fails to reach its proper genetic potential. Snakehead fish and spinach are high protein and iron foodstuffs so efforts can be made to prevent stunting in toddlers. Nugget is a product that is favored by the public. This study aims to determine the levels of protein, iron and level of preference (color, aroma, texture and taste) of snakehead fish nuggets and spinach. This study was an experimental study in a completely randomized design (CRD), namely the proportion of snakehead fish and spinach consisting of 4 treatments, namely P0 = 100%:0%, P1 = 90%:10%, P2 = 80%:30%, P3 = 70%:30% with 3 replications. Respondents amounted to 25 untrained panelists. Tests for protein (Kjeldahl) and iron (visible spectrophotometry), protein statistical test using ANOVA, and iron using Kruskal-Wallis, while the hedonic scaling used the Friedman test. The results showed that the highest protein content was at P3 (12.965 g), the highest iron content was at P3 (1.362 mg) and the highest hedonic scaling was at P1 (3.14) based on the De Garmo effectiveness index test. The results showed that snakehead fish and spinach had an effect on protein content ($p=0.001$), iron ($p=0.001$), and color preferences ($p=0.007$), aroma (0.001), texture (0.007) and taste ($p=0.007$) on nuggets. Snakehead fish and spinach nuggets can prevent stunting in toddlers by consuming the most desirable nugget treatment for nutrients and hedonic scaling (De Garmo Test), namely in the P1 treatment of 1-2 nuggets to provide protein and iron for daily snacks.

Keywords: *Hedonic scaling, iron, nugget, protein, snakehead fish, spinach*