

ABSTRAK

Rahmatul Laili Risqiyah, 2025. Pengaruh Substitusi Ikan Selar Kuning (*Seriolima nigrofasciata*), Tempe, dan Daun Singkong (*Manihot Esculenta*) terhadap Mutu Gyoza VeFish sebagai Makanan Selingan Ibu Hamil Trimester II. (Kajian Kadar Zat Gizi dan Mutu Organoleptik)

Pembimbing: Theresia Puspita, S.TP., MP., RD dan Ir. Astutik Pudjirahaju, M.Si

Ibu hamil di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 5,3 juta/tahun (Kemenkes, 2023). Angka ini menunjukkan bahwa upaya pemenuhan gizi dan pemantauan kesehatan maternal memiliki peran yang sangat penting dalam mencegah risiko gangguan kehamilan dan meningkatkan kualitas kesehatan ibu serta janin. Berdasarkan data Kemenkes 2023, jumlah ibu hamil di Indonesia mencapai 5,3 juta orang per tahun. Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 (Riskesdas, 2018), melaporkan bahwa ibu hamil di Indonesia masih menghadapi dua masalah gizi utama, yaitu Kekurangan Energi Kronis (KEK) sebesar 17,3% dan anemia sebesar 48,9%. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) melaporkan bahwa terjadinya penurunan pada prevalensi KEK sebesar 16,9% dan anemia sebesar 27,7%. Salah satu upaya pencegahan yaitu melalui pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal sumber protein, zat besi, dan vitamin C. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh substitusi ikan selar kuning, tempe, dan daun singkong terhadap kadar zat gizi dan mutu organoleptik gyoza sebagai makanan selingan ibu hamil trimester II. Penelitian ini menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan empat taraf perlakuan dengan proporsi ayam: ikan selar kuning: tempe: daun singkong ($P_0 = 100: 0: 0: 0$; $P_1 = 0: 60: 30: 10$; $P_2 = 0: 50: 40: 10$; $P_3 = 0: 50: 40: 10$) dan tiga kali replikasi. Analisis meliputi kadar air, abu, protein, lemak, karbohidrat, energi, zat besi, dan vitamin C, serta uji organoleptik meliputi warna, aroma, rasa, dan tekstur. Hasil statistik menunjukkan bahwa substitusi ikan selar kuning, tempe, dan daun singkong pada gyoza memberikan pengaruh signifikan terhadap kadar air, abu, protein, lemak, karbohidrat, zat besi, dan vitamin C. Substitusi ikan selar kuning, tempe, dan daun singkong pada gyoza juga memberikan pengaruh signifikan terhadap aroma, rasa, dan tekstur, serta memberikan pengaruh yang tidak signifikan terhadap warna. Taraf perlakuan terbaik yaitu P_3 dengan proporsi ikan selar kuning 50%, tempe 40%, dan daun singkong 10% memiliki karakteristik berwarna hijau *olive* (kulit) dan *beige* dan bintik-bintik hijau (isian), aroma gurih, rasa gurih dan nutty (+++), dan tekstur lembut, berserat, dan tidak terlalu padat. Gyoza P_3 dapat menjadi alternatif makanan selingan ibu hamil trimester II karena sudah memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan pada masa trimester II kehamilan.

Kata Kunci: Gyoza, ikan selar kuning, tempe, daun singkong, ibu hamil, zat gizi, mutu organoleptik.