



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**SNACK BAR TEPUNG DAUN KELOR (*Moringa oleifera*) BERBASIS**

**TEPUNG IKAN MUNGKUS UNTUK PENANGGULANGAN**

**MASALAH ANEMIA REMAJA PUTRI**

**Oleh :**

**Risa Irnia Sari**

**No. BP. 1811226001**

**Pembimbing I : Dr. Syahrial, SKM, M.Biomed**

**Pembimbing II : Firdaus, SP, M.Si**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2020**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Desember 2020**

**Risa Irnia Sari, No. Bp. 1811226001**

**SNACK BAR TEPUNG DAUN KELOR (*Moringa oleifera*) BERBASIS  
TEPUNG IKAN MUNGKUS UNTUK PENANGGULANGAN MASALAH  
ANEMIA REMAJA PUTRI**

**Xi + 78 halaman, 24 tabel, 17 gambar, 12 lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan Penelitian**

Anemia merupakan masalah kesehatan pada remaja putri yang disebabkan karena defisiensi zat besi. Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan cara mengonsumsi makanan sumber zat besi. *Snack bar* tepung daun kelor berbasis tepung ikan mungkus merupakan salah satu upaya untuk mencegah terjadinya anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kandungan zat gizi dan cita rasa pada produk *snack bar* masalah anemia remaja putri.

**Metode**

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimental di laboratorium menggunakan rancangan acak lengkap dengan perbandingan tepung terigu dan tepung daun kelor terdiri atas 4 taraf F0 (100:0), F1 (80:20), F2 (70:30) dan F3 (60:40). Penilaian cita rasa dilakukan kepada 25 panelis agak terlatih. Analisis data menggunakan SPSS 16 uji *mann whitney* taraf 5%. Lokasi penelitian di Laboratorium Gizi Penyelenggaraan Makanan dan Nutrisi Non Ruminansia Universitas Andalas Padang, Balai Riset dan Standardisasi Industri Padang.

**Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan *snack bar* formula terpilih berdasarkan hasil uji hedonik dan zat gizi dengan karakteristik warna hijau kekuningan, aroma langu lemah, arom amis lemah, rasa sedang dan tekstur sedang. Kandungan gizi *snack bar* terpilih adalah zat besi 0,0194392 mg/100 gram, kalsium 0,2767 mg/100 gram, protein 15,32%, air 8,52% dan abu 3,60%.

**Kesimpulan**

Formula terpilih pada pengembangan produk *snack bar* ialah F1 dengan penambahan tepung daun kelor 20%.

**Daftar Pustaka** : 87 (1996 – 2019)

**Kata Kunci** : Anemia, Daun Kelor, Ikan Mungkus, *Snack Bar*

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, Desember 2020  
Risa Irnia Sari, No. Bp. 1811226001**

**SNACK BAR OF MORINGA LEAF FLOUR (*Moringa oleifera*) BASED ON  
MUNGKUS FISH FLOUR TO TREAT ANEMIA PROBLEMS AMONG  
ADOLESCENT GIRLS**

**Xi+ 78 pages, 24 tables, 17 pictures, 12 appendices**

**ABSTRACT**

**Objective**

Anemia is a health problem in adolescent girls caused by iron deficiency. Anemiaprevention can be done by consuming iron-rich foods. Snack bar substitution of Moringa leaf flour based on Mungkus fish flour is one of many ways to prevent anemia. This study aims to determine the nutritional value and taste of snack bar substitution of Moringa leaf flour based on Mungkus fish flour to overcome anemia problems in adolescent girls.

**Method**

The type of research is an experimental study in a laboratory using a completely randomized design with four levels ratio of wheat flour and moringa leaf flour: F0 (100:0), F1(80:20), F2 (70:30), F3 (60:40). The taste tests were conducted on 25 slightly trained panelists. The data was analyzed using the mann whitney test with the 5% significance level powered by SPSS 16. The research was carried out at the Laboratory of Food Nutrition and Non-Ruminant Nutrition, Andalas University of Padang, Institution for Industrial Research and Standardization of Industry, Padang.

**Results**

The results showed that the selected snack bar formula based on the results of the hedonic test and nitriens content of the green yellowish color characteristics, weak unpleasant odor, weak of the fishy smell, medium taste, and medium texture. The nutritional content of the selected snack bar was 0,0194392 mg/100 gram iron, 0,2767 mg/100 gram calcium, 15.32% protein, 8.52% water, and 3.60% ash.

**Conclusion**

The selected formula of the snack bar was F1 with the addition of 20% Moringa leaf flour.

**References** : 87 (1996-2019)

**Keywords** : Anemia, Moringa leaf, Mungkus fish, Snack bar