

ABSTRAK

ANINDYA WIMA RIZQINA, 2024. Substitusi Teri Nasi (*Engraulidae*), Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris L.*), dan Bayam Merah (*Blitum rubrum*) pada Siomay Ayam sebagai Pencegahan Anemia Remaja Putri. Politeknik Kesehatan Malang. Pembimbing: **Ir. Astutik Pudjirahadju, M.Si dan Maryam Razak, STP., M.Si.**

Prevalensi anemia menurut data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 sebesar 14,6% dan menurut data dinas kesehatan Jawa Timur prevalensi anemia tahun 2020 adalah 42% dan meningkat pada tahun 2021 sebesar 57,1%. Prevalensi kejadian anemia pada laki-laki 20,35% lebih rendah dibandingkan perempuan yaitu 27,2%. Remaja putri merupakan salah satu kelompok rawan menderita anemia. Kadar hemoglobin yang rendah dalam darah merupakan salah satu dari asupan yang tidak mencukupi kebutuhan zat gizi remaja. Asupan zat besi yang defisit mempunyai peran dalam kejadian anemia pada remaja putri. Upaya yang dapat dilakukan untuk menanggulangi anemia remaja putri melalui pengembangan formula bahan pangan tinggi protein, zat besi, dan vitamin C dalam bentuk siomay ayam. Salah satu pangan sumber protein dan mengandung zat besi adalah teri nasi. Selain itu, pangan sumber zat besi lainnya adalah kacang merah. Vitamin C dapat membantu penyerapan zat besi. Salah satu bahan pangan sumber vitamin C adalah bayam merah. Tujuan penelitian adalah menganalisis pengaruh substitusi teri nasi, kacang merah, dan bayam merah terhadap kadar zat gizi dan mutu organoleptik siomay ayam sebagai pencegahan anemia remaja putri. Jenis penelitian ini adalah eksperimental dengan desain Rancangan Acak Lengkap (RAL). Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa substitusi teri nasi, kacang merah, dan bayam merah pada siomay ayam memberikan pengaruh signifikan terhadap kadar zat gizi (Energi, kadar air, kadar abu, protein, lemak, karbohidrat, zat besi, dan vitamin C). Hasil penelitian menunjukkan bahwa substitusi teri nasi, kacang merah, dan bayam merah pada siomay ayam memberikan pengaruh signifikan terhadap mutu organoleptik (warna, rasa, dan tekstur) dan tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap aroma. Taraf perlakuan P3 merupakan taraf perlakuan terbaik dengan proporsi daging ayam : teri nasi : kacang merah : bayam merah yaitu 30% : 30% : 30% : 10%.

Kata kunci: Anemia, Bayam Merah, Kacang Merah, Remaja Putri, Siomay, Teri Nasi