

PEMBUATAN CHOUX PASTE ROGOUT IKAN SALEM (*Scomber Japonicus*) SEBAGAI KUDAPAN GUNA MENGATASI ANEMIA PADA REMAJA

Inten Yulaikha¹, Kokom Komariah²

^{1,2}Universitas Negeri Yogyakarta

E-mail : intenyulaikha.2020@student.uny.ac.id

ABSTRAK

Sus kering merupakan camilan yang terbuat dari adonan choux paste yang di panggang dengan teknik yang berbeda. Bahan untuk membuat adonan sus kering dapat disubstitusi dengan bahan lain yaitu ikan salem untuk menambah nilai gizi yang terkandung didalamnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menciptakan sebuah produk baru dengan substitusi ikan sebagai sumber zat besi yang ditujukan pada remaja sebagai kalangan penderita anemia tertinggi. Produk sus kering dengan substitusi ikan salem ini ditujukan untuk remaja sebagai upaya mengatasi anemia pada remaja. Ikan salem yang digunakan diolah dengan dikukus kemudian dihaluskan sebelum dicampur ke dalam adonan. Jenis penelitian ini menggunakan metode Research and Development dengan prosedur pengembangan 4D yaitu tahap *define, design, development dan disseminate*. Data dianalisis secara deskriptif

Penelitian ini menggunakan 3 presentase substitusi tepung terigu dengan ikan salem sebesar 10 %, 15%, dan 20% dan kemudian akan diuji dan dipilih salah satu presentase yang memiliki formula terbaik. Pada tahap develop sus kering dengan substitusi ikan salem terbaik akan diuji validasi. Kemudian akan disseminate pada 50 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa formula terbaik adalah substitusi 15 % ikan salem dengan perbandingan 30 gram ikan salem dan 170 gram tepung terigu berdasarkan uji yang dilakukan. Hasil uji pada 50 panelis menunjukkan skor 4,36 yang termasuk dalam kategori suka.

Keywords: Ikan salem, sus kering, substitusi ikan salem, anemia, remaja,

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa pertumbuhan yang sangat membutuhkan banyak asupan gizi terutama makanan yang kaya akan zat besi, seperti makanan berbahan dasar ikan. Saat ini, angka konsumsi ikan di Yogyakarta tergolong rendah. Menurut data Dinas Kelautan dan Perikanan, tingkat konsumsi ikan DIY hanya sebesar 26,5 Kg/Kapita/tahun pada tahun 2022. Angka ini termasuk rendah jika dibandingkan angka konsumsi ikan di Indonesia sebesar 55,37 kilogram (kg) per kapita pada 2021. Hal tersebut dapat mempengaruhi kesehatan pada remaja saat ini, maupun di masa depan.

Seiring berkembangnya teknologi dan pesatnya persebaran informasi, penggunaan sosial media oleh remaja menjadi salah satu platform dalam mengenal berbagai trend makanan. Belakangan ini banyak pihak memanfaatkan ini untuk mempromosikan

produk mereka dan menjadikan para remaja sebagai salah satu pangsa pasarnya. Namun, sifat konsumtif remaja terkadang tidak diimbangi dengan sikap selektif dalam memilih makanan yang mereka konsumsi, sehingga asupan sebagian besar remaja tidak mencukupi kebutuhan gizi mereka.

Saat ini banyak beredar dipasaran cemilan yang kurang sehat, mengandung gula, lemak, dan kalori tinggi. Berdasarkan pengamatan yang saya lakukan di beberapa streetfood, banyak produk jajanan yang diolah menggunakan teknik olah yang hampir sama, yaitu digoreng. Teknik ini jika dilihat dari segi kesehatan kurang baik bila dikonsumsi terlalu sering. Tak jarang penjual jajanan menggunakan minyak untuk menggoreng berulang kali. Hal ini akan berakibat berbagai penyakit jika terlalu sering dikonsumsi.

Oleh karena itu, untuk membantu memenuhi kebutuhan asupan zat besi dan

mencegah penyakit anemia, kami menciptakan produk inovasi camilan sehat dari sus kering dengan substitusi ikan salem (*Scomber Japonicus*). Produk camilan ini selain bergizi tinggi, juga dapat menjadi solusi untuk mengurangi angka anemia pada remaja. Pengolahan camilan ini dilakukan dengan menerapkan hygiene sanitasi yang baik dan benar sehingga diharapkan dapat menciptakan camilan sehat dan bergizi tinggi.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian dilakukan menggunakan R&D (*Research and Development*) dengan model pengembangan 4D (*define, design, develop, and disseminate*). Penelitian *research and development* merupakan penelitian dengan dua tahap yaitu penelitian dan pengembangan. Pengertian penelitian dan pengembangan tertuju pada proses, penelitian tidak menghasilkan objek, sedangkan pengembangan menghasilkan objek yang dapat dilihat dan diraba. Metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu serta untuk menguji keefektifan produk tersebut. (Utami, 2019)

Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian: Februari 2023- Mei 2023

Tempat Penelitian : Laboratorium Kimia Jurusan Pendidikan Teknik Boga dan Busana

Prosedur Penelitian

Model pengembangan yang digunakan adalah 4D (*define, design, develop, disseminate*). Keempat tahapan ini dilakukan dalam prosedur pengembangan untuk penelitian produk.

1. Define

Pada tahapan *define* merupakan tahap untuk menetapkan syarat khusus penelitian sebagai dasar dalam pengembangan produk.

2. Design

Tahap Kedua adalah *design* yang merupakan tahapan untuk merancang produk yang akan dihasilkan. Pada tahap ini dilakukan beberapa pengembangan dari hasil tahapan *define*.

3. Develop

Kemudian pada tahapan ke tiga yaitu *develop*. Tahapan ini merupakan tahap untuk menghasilkan produk pengembangan melalui dua langkah validasi, yakni validasi oleh penilaian ahli.

4. Disseminate.

Disseminate adalah tahapan terakhir dari model penelitian ini. Pada tahap ini peneliti melakukan penyebarluasan atau publikasi. Dilakukan tes kepada 50 panelis tidak berpengalaman yang bertujuan untuk mengetahui tingkat penerimaan produk pengembangan di masyarakat luas.

Pada tahap ini juga dilakukan Pameran Proyek Akhir Boga yang bertujuan untuk mengukur tingkat penerimaan di masyarakat. Dalam tahap ini dapat diketahui tingkat kesukaan masyarakat umum terhadap sus kering ikan salem.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a) Tahap *define*

Tahap *define* adalah tahapan awal yang dilakukan pada penelitian ini. Pada tahap *define* peneliti melakukan literasi untuk memperoleh 3 (tiga) resep acuan. Tiga resep tersebut nantinya akan dipraktikkan dan diujikan kepada dosen pengampu dan mendapatkan 1 (satu) resep acuan. Resep acuan tersebut kemudian akan dilakukan substitusi dengan ikan salem.

Berikut adalah pemaparan dari 3 (tiga) resep acuan yang digunakan pada tahap *define* ini.

Tabel 1. Resep Acuan Sus Kering

No	Bahan	R1	R2	R3
1.	Tepung terigu	125g	200g	125g
2.	Margarine	100g	125g	125g
3.	Air	250ml	250ml	250ml
4.	Telur	3 btr	3 btr	4 btr
5.	Baking powder	½ sdt	½ sdt	½ sdt

Sumber :

Resep 1 : Youtube Dapur Nana

Resep 2 : Modul Praktek Bakery & Pastry PTBB UNY

Resep 3 : Resep Choux Paste Viavia Bakery

Ketiga resep acuan di atas sudah diuji coba oleh dosen pengampu, Adapun hasil uji sensoris ketiga resep disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Sensoris Tahap Define

Parameter sensoris	Sampel		
	R1	R2	R3
Bentuk	3	4	3
Ukuran	3	4	4
Warna	3	3	3
Aroma	3	3	3
Rasa	3	3	3
Tekstur	2	3	2
Sifat Keseluruhan	3	4	3
Rerata	2,86	3,43	3

Dengan pertimbangan seperti yang dapat dilihat pada tabel di atas, maka diambil keputusan bahwa dalam penelitian ini akan menggunakan resep acuan 2 (R2) sebagai resep yang akan dikembangkan. Pemilihan resep acuan 2 (R2) dikarenakan hasil yang diuji menunjukkan karakteristik yang sesuai dengan kriteria yang diinginkan oleh dosen pengampu.

b) Tahap design

Setelah mendapatkan resep acuan pada tahap *define*, peneliti kemudian melanjutkan pada tahap *design*. Pada tahap ini peneliti melakukan pengembangan resep acuan dengan substitusi ikan salem. Tepung terigu pada resep acuan akan disubstitusi secara bertahap dengan presentase 10%, 15%, 20% sehingga didapatkan presentase dengan penerimaan positif oleh panelis. Panelis adalah dosen pembimbing dengan penilaian pada borang percobaan yang telah disediakan dan kemudian dilanjutkan dengan menindaklanjuti respon dari panelis. Adapun hasil uji sensoris ketiga resep yang telah disubstitusi disajikan pada tabel berikut:

Tabel. 3 Hasil Uji Sensoris Tahap Design

Parameter sensoris	Sampel			
	K	10%	15%	20%
Bentuk	4	4	4	4
Ukuran	4	4	4	4
Warna	4	4	4	4
Aroma	5	4	4	4
Rasa	5	4	5	4
Tekstur	5	3	5	4
Sifat Keseluruhan	4	4	5	4
Rerata	4,4	3,9	4,4	4

c) Tahap develop

Pada tahap ini dilakukan oleh *ahli/expert* berupa uji validasi. Pada uji validasi hanya perlu dilakukan 1 kali yang memfinalkan produk keseluruhan dengan tambahan rasa pedas hingga pengemasan produk dan desain label beserta kemasan. Pada tahap ini dilakukan uji produk sus kering dengan substitusi 15% ikan salem.

Tabel 4. Resep Substitusi Sus kering ikan salem

No	Bahan	Acuan	Pengembangan
1.	Tepung terigu	200g	170 g
2.	Ikan salem	-	30 gr
3.	Margarine	125g	125g
4.	Air	250ml	250ml
5.	Telur	3 btr	3 btr
6.	Baking powder	½ sdt	½ sdt
7.	Seledri	-	15 gr
8.	Bawang putih		3 buah

Produk tersebut kemudian diujikan dengan hasil pada tabel berikut:

Tabel. 5. Hasil uji Develop

Parameter sensoris	Sampel	
	Acuan	Produk Pengembangan
Bentuk	4	4
Ukuran	4	4
Warna	4	4
Aroma	4	4
Rasa	4	5
Tekstur	4	5
Sifat Keseluruhan	4	4
Penyajian	4	4
Kemasan	4	4
Rerata	4	4,2

Dari uji validasi tersebut akan didapatkan Susu Kering Ikan Salem yang dapat diterima dan siap untuk dipublikasikan melalui tahap *disseminate*.



Gambar 1. Penyajian Susu Kering Ikan Salem



Gambar 2. Kemasan Susu Kering Ikan Salem

d) Tahap *disseminate*

Disseminate adalah tahap terakhir dari model penelitian *R&D*. Tahap ini sering disebut juga tahap penyebarluasan atau publikasi dengan uji penerimaan masyarakat. Pengujian ini dilakukan dengan cara penyebarluasan produk kepada panelis yang tidak berpengalaman sebanyak 50 orang dan diberikan borang untuk mengetahui tingkat kesukaan pada penerimaan produk tersebut di masyarakat.



Gambar 3. Dokumentasi uji produk ke masyarakat melalui pameran

Hasil uji sensoris kepada 50 panelis tidak terlatih yaitu sebagai berikut:

1. Warna

Pengujian sensoris dari segi warna terhadap sus kering ikan salem dapat dilihat bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada sampel acuan dan produk pengembangan yang disajikan pada tabel berikut:

Tabel 6. Hasil uji sensoris tingkat kesukaan pada segi warna

Nilai Warna	Acuan		Pengembangan	
	Panelis	Skor	panelis	skor
1	0	0	0	0
2	0	0	0	0
3	3	9	5	15
4	31	124	29	116
5	16	80	16	80
Total	50	213	50	197
Rata Rata	4.26		4.22	

2. Aroma

Pengujian sensoris pada segi aroma terhadap sampel sus kering ikan salem dapat dilihat bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada sampel acuan dan produk pengembangan yang disajikan

Tabel 7. Hasil uji sensoris tingkat kesukaan dari segi aroma

Nilai Aroma	Acuan		Pengembangan	
	Panelis	Skor	panelis	skor
1	0	0	0	0
2	0	0	0	0
3	5	15	9	27
4	37	148	35	140
5	8	40	6	30
Total	50	203	50	197
Rata Rata	4.06		3.94	

3. Rasa

Pengujian sensoris dari segi rasa pada sus kering ikan salem pada sampel acuan dan pengembangan menunjukkan ada perbedaan

yang signifikan pada kedua sampel. Hal ini dapat dilihat pada rata-rata hasil yang diperoleh menunjukkan skor produk acuan sebesar 4,32 dan produk pengembangan sebesar 4,44.

Tabel 8. Hasil uji sensoris tingkat kesukaan dari segi rasa

Nilai Rasa	Acuan		Pengembangan	
	Panelis	Skor	panelis	skor
1	0	0	0	0
2	0	0	0	0
3	1	3	4	12
4	32	128	20	80
5	17	85	26	130
Total	50	216	50	222
Rata Rata	4.32		4.44	

4. Tekstur

Pengujian sensoris dari segi tekstur pada sus kering ikan salem pada sampel acuan dan pengembangan menunjukkan ada perbedaan yang sangat signifikan pada kedua sampel. Hasil uji sensoris dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 8. Hasil uji sensoris tingkat kesukaan dari segi tekstur

Nilai Tekstur	Acuan		Pengembangan	
	Panelis	Skor	panelis	skor
1	0	0	0	0
2	0	0	0	0
3	2	6	2	6
4	21	84	18	72
5	27	135	30	150
Total	50	225	50	228
Rata Rata	4.5		4.56	

5. Kemasan

Pada pengujian produk dari aspek kemasan pada sus kering ikan salem pada sampel acuan dan pengembangan menunjukkan ada perbedaan yang sangat signifikan pada kedua sampel.

Nilai Kemasan	Acuan		Pengembangan	
	Panelis	Skor	panelis	skor
1	0	0	0	0
2	0	0	0	0
3	7	21	5	15
4	24	96	22	88
5	19	95	23	115
Total	50	212	50	218
Rata Rata	4.24		4.36	

6. Keseluruhan

Pengujian sensoris dari sifat keseluruhan pada sus kering ikan salem pada sampel acuan dan pengembangan menunjukkan ada perbedaan yang sangat signifikan pada kedua sampel. Hal tersebut dapat dilihat dari rerata skor kedua sampel yang menunjukkan produk acuan memiliki skor 4,46 dan produk pengembangan sebesar 4,64.

DAFTAR PUSTAKA

- Gunawan, E. (n.d.). *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Gramedia.
- Neuman, L. (2014). *Social Research Metode: Qualitative and Quantitative Approaches*.
- Prasanti, A. P. (2018). *Preferensi Konsumen terhadap Gatot Tiwul Yu Tum di Gunungkidul*. Yogyakarta.
- Saputri, S. A. (2020). PEMANFAATAN TEPUNG IKAN SALEM PADA SPICY SALEM FISH PIE UNTUK Mendukung Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN). 1-5.
- Suhartono, d. A. (2018). *Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif untuk Bisnis dan Ekonomi*. Malang.
- Tim Pengampu PTBB UNY. (2020). Modul Pembelajaran Pastry dan Bakery.
- Utami, S. T. (2019). PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN KOMIK

MIE PELANGI UNTUK
PELAJARAN PENGOLAHAN DAN
PENYAJIAN MAKANAN
INDONESIA (P2MI) SISWA KELAS

XI SMK N 3 KLATEN. *Eprints UNY*,
36-49.