

**REVIEW POTENSI PENGEMBANGAN PRODUK HASIL IKAN AIR
TAWAR UNTUK MENINGKATKAN KECUKUPAN PROTEIN PADA
LANSIA**

***REVIEW POTENTIAL DEVELOPMENT OF FRESHWATER FISH
PRODUCTS TO INCREASE PROTEIN ADEQUACY IN THE ELDERLY***

TUGAS AKHIR S1

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Teknologi Pangan

Oleh:

AURELIA VIOLITA VINCI OKTAVIANDINI

16.II.0170



**PROGRAM STUDI TEKNOLOGI PANGAN
FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2023**

**REVIEW POTENSI PENGEMBANGAN PRODUK HASIL IKAN AIR
TAWAR UNTUK MENINGKATKAN KECUKUPAN PROTEIN PADA
LANSIA**

***REVIEW POTENTIAL DEVELOPMENT OF FRESHWATER FISH
PRODUCTS TO INCREASE PROTEIN ADEQUACY IN THE ELDERLY***

TUGAS AKHIR S1

Diajukan untuk
Memenuhi persyaratan yang diperlukan untuk
Memperoleh gelar Sarjana Teknologi Pangan

OLEH:

Aurelia Violita Vinci Oktaviandini

16.II.0170

**KONSENTRASI FOOD TECHNOLOGY AND INNOVATION
PROGRAM STUDI TEKNOLOGI PANGAN**

**FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2023

HALAMAN PENGESAHAN

**REVIEW POTENSI PENGEMBANGAN PRODUK HASIL IKAN AIR
TAWAR UNTUK MENCUKUPI KEBUTUHAN PROTEIN PADA LANSIA**

**REVIEW POTENTIAL DEVELOPMENT OF FRESHWATER FISH
PRODUCTS TO INCREASE PROTEIN ADEQUACY IN THE ELDERLY**

Oleh :

Aurelia Violita Vinci Oktaviandini

16.11.0170

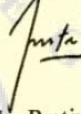
PROGRAM STUDI: SARJANA TEKNOLOGI PANGAN

Tugas Akhir ini telah disetujui dan dipertahankan di hadapan Sidang Penguji pada
tanggal: 30 Januari 2023

Sebagai Persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Teknologi Pangan.

Semarang, 30 Januari 2023
Fakultas Teknologi Pertanian
Universitas Katolik Soegijapranata

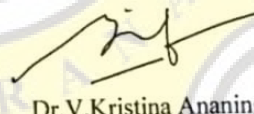
Pembimbing I



Dr.A.Rika Pratiwi, M.Si.

NPP. 0581.1993.147

Pembimbing II



Dr.V.Kristina Ananingsih, S.T.,M.Sc

NPP. 0581.2000.239



HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama Lengkap : Aurelia Violita Vinci Oktaviandini
Nomor Induk Mahasiswa : 16.11.0170
Fakultas : Teknologi Pertanian
Program Studi : Teknologi Pangan

Telah menyatakan bahwa skripsi review yang berjudul “KAJIAN REVIEW POTENSI PENGEMBANGAN PRODUK HASIL IKAN AIR TAWAR UNTUK MEMCUKUPI KEBUTUHAN PROTEIN PADA LANSIA” merupakan hasil kerja saya dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan Sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari ternyata terbukti bahwa skripsi ini sebagian atau seluruhnya merupakan hasil dari plagiasi, maka saya rela untuk dibatalkan dengan segala akibat hukumnya sesuai peraturan yang berlaku pada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan/atau peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan keaslian skripsi ini saya buat dan semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 30 Januari 2023



Aurelia Violita Vinci
16.11.0170

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aurelia Violita Vinci Oktaviandini

NIM : 16.11.0170

Fakultas : Teknologi Pertanian

Program Studi : Teknologi Pangan

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Nonesklusif atas karya ilmiah yang berjudul “**Review Potensi Pengembangan Produk Ikan Air Tawar Untuk Kecukupan Protein Pada Lansia**” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), Dengan Hak Bebas Royalti Nonesklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata Semarang berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk perangkat data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Semarang, 30 Januari 2023

Yang menyatakan

Aurelia Violita Vinci O

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama Lengkap : Aurelia Violita Vinci Oktaviandini
Nomor Induk Mahasiswa : 16.11.0170
Fakultas : Teknologi Pertanian
Program Studi dan Konsentrasi : Teknologi Pangan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi review yang berjudul “KAJIAN REVIEW POTENSI PENGEMBANGAN PRODUK HASIL IKAN AIR TAWAR UNTUK MEMCUKUPI KEBUTUHAN PROTEIN PADA LANSIA” ini merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi. Sepanjang pengetahuan saya, belum terdapat karya yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam tulisan ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata terbukti bahwa tulisan Tugas Akhir ini sebagai atau seluruhnya merupakan hasil dari plagiasi, maka saya bersedia untuk menerima konsekuensi atas ketidakjujuran saya sesuai peraturan di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan/atau peraturan perundang-undangan yang berlaku

Semarang, 30 Januari 2023

Yang Menyatakan,

Aurelia Violita Vinci O
16.11.0170

RINGKASAN

Hasil ikan yang ada di Indonesia sangat melimpah yang dapat dimanfaatkan untuk memenuhi kebutuhan gizi penduduknya. Menua atau menjadi tua merupakan kondisi yang terjadi dalam kehidupan manusia. Proses menua mengarah pada perubahan kumulatif dan secara perlahan mengalami penurunan fungsi organ pada lanjut usia. Pertumbuhan penduduk dan usia harapan hidup lanjut usia dapat menimbulkan berbagai masalah salah satunya gangguan fisiologis. Kesehatan lanjut usia didasarkan pada status gizinya. Lansia membutuhkan protein yang cukup agar kesehatan tubuhnya terjaga baik. Sumber pangan yang dapat diandalkan dapat mendukung perbaikan gizi pada lanjut usia. Hasil Ikan air tawar yang dapat dikembangkan sebagai makanan pemenuhan kebutuhan protein yaitu ikan lele, Ikan gabus, ikan nila dan ikan bandeng. Produk makanan olahan hasil ikan air tawar berupa biskuit, bakso, nugget, mie kering. Produk dari ikan lele yang diolah menjadi biskuit diketahui bahwa kandungan protein yang dihasilkan mulai dari 10,2% sampai paling tinggi 21,2%. Sedangkan untuk produk olah ikan lele menjadi nugget dapat mengandung protein sebesar 12,9%. Otak-otak yang dibuat dari tambahan ikan lele dumbo juga mampu menghasilkan kandungan protein sebesar 15,2%. Produk olahan dari ikan patin memiliki kadar protein sebanyak 12,24%, Produk olahan dari ikan nila dan ikan gabus yang memiliki kadar protein paling tinggi yaitu produk olahan nugget yaitu sebesar 12,19% dan 17,29%. Tujuan penelitian ini yaitu melakukan review terhadap potensi pengembangan produk ikan air tawar sebagai pemenuhan kecukupan protein pada lansia. Ada 4 tahapan dalam studi literature ini yaitu penentuan jenis ikan, rumusan kata kunci, pengumpulan literature, penyaringan literature serta tabulasi data. Metode penelitian ini menggunakan review jurnal penelitian tentang pengembangan produk hasil air tawar. Sumber data review dari jurnal-jurnal yang berada di google scholar.com dengan tema potensi pengembangan produk hasil ikan air tawar. Jurnal yang dijadikan bahan review merupakan jurnal tahun (2011-2020). Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian diperoleh informasi dari hasil review jurnal yaitu produk yang dikembangkan dari ikan air tawar adalah biskuit, mie kering, burger, dan bumbu rendang. Kandungan protein dari semua produk yang paling tinggi sebanyak 63,83%. Sedangkan kandungan protein yang paling rendah sebesar 8,82%.

SUMMARY

Fish products in Indonesia are very abundant which can be utilized to meet the nutritional needs of its population. Aging or getting old is a condition that occurs in human life. The aging process leads to cumulative changes and slowly decreases organ function in the elderly. Population growth and life expectancy for the elderly can cause various problems, one of which is physiological disorders. Elderly health is based on nutritional status. The elderly need enough protein to maintain good body health. Reliable food sources can support improved nutrition in the elderly. Freshwater fish that can be developed as food to meet protein needs are catfish, snakehead fish, tilapia and milkfish. Processed food products from freshwater fish in the form of biscuits, meatballs, nuggets, dry noodles. Products from catfish that are processed into biscuits are known to contain protein ranging from 10.2% to a maximum of 21.2%. Meanwhile, processed catfish products into nuggets can contain 12.9% protein. The otak-otak which is made from the addition of African catfish is also able to produce a protein content of 15.2%. Processed products from catfish have a protein content of 12.24%, processed products from tilapia and snakehead fish which have the highest protein content are processed nuggets, namely 12.19% and 17.29%. The purpose of this study was to review the potential for developing fresh water fish products as a means of fulfilling protein adequacy in the elderly. There are 4 stages in this literature study, namely determining the type of fish, formulating keywords, collecting literature, filtering literature and tabulating data. This research method uses a review of research journals on the development of fresh water products. Sources of review data from journals on google scholar.com with the theme of the potential for developing fresh water fish products. The journal used as review material is the year journal (2011-2020). Data analysis technique using descriptive analysis. The research results obtained information from the results of journal reviews, namely products developed from freshwater fish are biscuits, dry noodles, burgers, and rendang seasoning. The highest protein content of all products is 63.83%. Meanwhile, the lowest protein content was 8.82%.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat, penyertaan, dan anugerah-Nya, Penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ *REVIEW* POTENSI PENGEMBANGAN PRODUK HASIL IKAN AIR TAWAR UNTUK MEMCUKUPI KEBUTUHAN PROTEIN PADA LANSIA” Penyusun skripsi ini bertujuan untuk memenuhi satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Teknologi Pangan Fakultas Teknologi Pertanian di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Penyelesaian skripsi ini juga tak lepas dari perah pihak-pihak yang telah membantu memberikan dukungan dalam Penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yesus yang telah memberikan berkat, anugerah dan penyertaan-Nya selama Penulisan Skripsi.
2. Dr.A.Rika Pratiwi, M.Si dan Dr.V.Kristina Ananingsih, S.T.,M.Sc Selaku dosen pembimbing satu dan dua yang telah meluangkan waktu serta dukungannya dalam skripsi.
3. Seluruh Dosen dan Staf Tata Usaha Fakultas Teknologi Pangan yang telah membimbing dan memberikan ilmu pengetahuan yang berguna bagi Penulis serta memberikan informasi tentang Tugas Akhir.
4. Keluarga tercinta Ayah, Ibu, Kakak Raka, Adik Sherly, Adik Ernes, Eyang Putri dan Tante, yang selalu memberikan semangat dan mendoakan tiada henti kepada Penulis selama pembuatan laporan skripsi maupun pelaksanaan ujian skripsi.
5. Rekan seperjuangan dalam penelitian ini Dinda yang telah memberi dukungan, bantuan, serta mencurahkan segala sesuatu baik suka maupun duka selama proses penyelesaian skripsi.
6. Dinda, Dian, Dita, Viorentin yang telah mewarnai kehidupan Penulis selama penulisan skripsi.

7. Teman-teman Fakultas Teknologi Pertanian yang telah memberi dukungan kepada penulis selama penelitian dan penyelesaian laporan skripsi.

Dalam penyusunan skripsi ini, Penulis menyadari bahwa laporan skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu Penulis meminta maaf apabila masih banyak keterbatasan, kekurangan, maupun hal-hal yang kurang berkenan untuk pembaca. Kritik dan saran dari pembaca sangat bermanfaat dari Penulis menyempurnakan skripsi ini. Terimakasih.

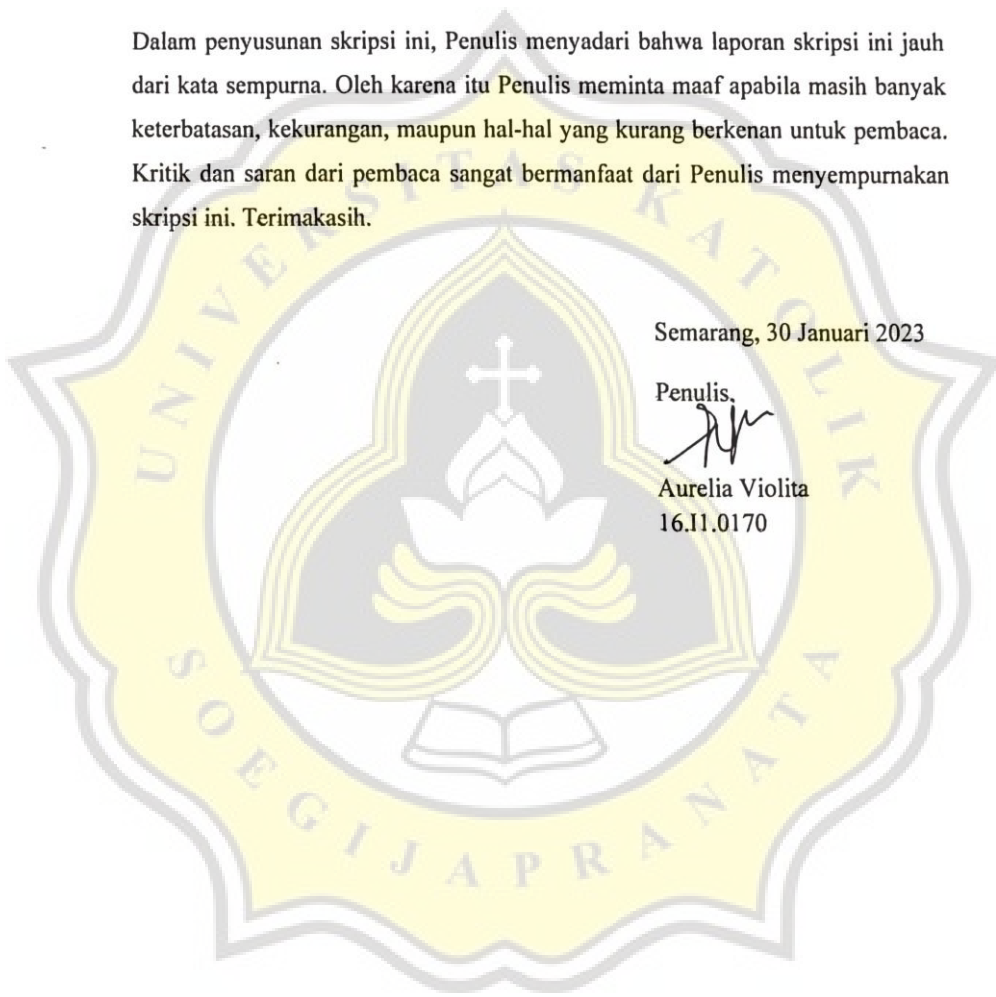
Semarang, 30 Januari 2023

Penulis,



Aurelia Violita

16.11.0170



DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	ix
RINGKASAN.....	x
SUMMARY	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
1. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Tinjauan Pustaka.....	3
1.3. Rumusan Masalah.....	12
1.4. Tujuan Penelitian	12
2. METODE PENELITIAN	13
2.1. Identifikasi Masalah.....	13
2.2. Penentuan Jenis Ikan.....	13
2.3. Rumusan Kata Kunci	14
2.4. Pengumpulan Literatur.....	14
2.5. Penyaringan Literatur.....	15
2.6. Pemilihan Dan Tabulasi Data.....	15
3. KADAR PROTEIN PRODUK BERBASIS IKAN AIR TAWAR	16
3.1. Produk Olahan	16
4. PEMBAHASAN	25
5. KESIMPULAN.....	28
6. DAFTAR PUSTAKA	29

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi	6
Table 2. Kandungan Gizi Ikan Gabus.....	8
Tabel 3. Kandungan Gizi Ikan Patin.....	9
Tabel 4. Kandungan Gizi Ikan Lele.....	10
Tabel 5. Kandungan Gizi Ikan Nila	11
Tabel 6. Kadar Protein dari Produk Olahan Ikan Lele.....	16
Tabel 7. Kadar Protein dari Produk Olahan Ikan Patin	17
Tabel 8. Kadar Protein dari Produk Olahan Ikan Nila.....	21
Tabel 9. Kadar Protein dari Produk Olahan Ikan Gabus.....	23



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ikan Lele	9
Gambar 2. Ikan Gabus	9
Gambar 3. Ikan Nila.....	11
Gambar 4. Ikan Patin	11



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Plagscan.....	33
---------------------------	----

