



**PENGARUH KOMPOSISI MI DENGAN TEPUNG HATI
AYAM DAN TEPUNG BIJI LABU KUNING TERHADAP
PROKSIMAT, VITAMIN A, DAN DAYA TERIMA SEBAGAI
PANGAN PENCEGAH ANEMIA PADA WUS**

SKRIPSI

RAFIFAH FAUZIAH PUTRI

2210714028

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**



**PENGARUH KOMPOSISI MI DENGAN TEPUNG HATI
AYAM DAN TEPUNG BIJI LABU KUNING TERHADAP
PROKSIMAT, VITAMIN A, DAN DAYA TERIMA SEBAGAI
PANGAN PENCEGAH ANEMIA PADA WUS**

SKRIPSI

**Ditujukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

RAFIFAH FAUZIAH PUTRI

2210714028

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Rafifah Fauziah Putri
NIM : 2210714028
Tanggal : 15 Juli 2026

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidakseuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 15 Juli 2026

Yang Menyatakan,



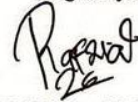
(Rafifah Fauziah Putri)

HALAMAN PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan skripsi ini saya menggunakan teknologi kecerdasan buatan (AI) dengan platform Claude dan ChatGPT untuk tujuan brainstorming serta pengecekan kesalahan ejaan atau penulisan, dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan, orisinalitas, dan integritas seluruh isi skripsi ini.

Nama : Rafifah Fauziah Putri
NIM : 2210714028
Tanggal : 15 Juli 2026

Jakarta, 15 Juli 2026
Yang Menyatakan



(Rafifah Fauziah Putri)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rafifah Fauziah Putri

NRP : 2210714028

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Pengaruh Komposisi Mi dengan Tepung Hati Ayam dan Tepung Biji Labu Kuning terhadap Proksimat, Daya Terima, dan Vitamin A sebagai Pangan Pencegah Anemia pada WUS”

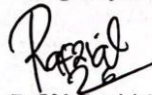
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasi Tugas Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 15 Juli 2026

Yang menyatakan,



(Rafifah Fauziah Putri)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Rafifah Fauziah Putri
NIM : 2210714028
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : Pengaruh Komposisi Mi dengan Tepung Hati Ayam dan Tepung Biji Labu Kuning terhadap Proksimat, Vitamin A, dan Daya Terima sebagai Pangan Pencegah Anemia pada WUS

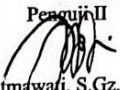
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 15 Juli 2026

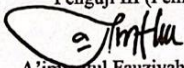
Penguji I (Ketua Penguji)


Dr. Ibnu Malkan Bakhrol Ilmi, S.Gz, M.Si
NIP. 199001032018031001

Penguji II


Iin Fatmawati, S.Gz., MPH.
NIP. 198612052021212002

Penguji III (Pembimbing)


A'inimatul Fauziyah, S.Gz., M.Si.
NIP. 198810212025212036

Mengetahui

Koordinator Program Studi Gizi
Program Sarjana


Utami Wahyuningsih, S.Gz, M.Si
NIP. 199109042019032017



PENGARUH KOMPOSISI MI DENGAN TEPUNG HATI AYAM DAN TEPUNG BIJI LABU KUNING TERHADAP PROKSIMAT, VITAMIN A, DAN DAYA TERIMA SEBAGAI PANGAN PENCEGAH ANEMIA PADA WUS

Rafifah Fauziah Putri

Abstrak

Prevalensi anemia pada wanita usia subur (WUS) masih tergolong tinggi yaitu lebih dari 30% secara global maupun di Indonesia. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh komposisi tepung hati ayam dan tepung biji labu kuning terhadap proksimat, vitamin A, dan daya terima mi basah sebagai alternatif pangan pencegah anemia pada WUS. Desain penelitian menggunakan *experimental study* dengan Rancangan Acak Lengkap dua kali pengulangan. Perlakuan yang diterapkan adalah proporsi tepung hati ayam dan tepung biji labu kuning, yaitu F1 (10 g : 35 g); F2 (15 g : 30 g); F3 (20 g : 25 g). Uji proksimat pada lemak menggunakan metode *Soxhlet*, protein metode *Kjeldahl*, karbohidrat metode *by Difference*, kadar air metode gravimetri, dan kadar abu metode pengabuan kering. Uji vitamin A menggunakan metode HPLC. Analisis statistik uji proksimat dan vitamin A menggunakan *one-way* ANOVA, dan uji lanjut Duncan. Uji Organoleptik menggunakan metode hedonik dilakukan oleh 30 panelis semi-terlatih, dengan analisis statistik menggunakan uji Kruskal-Wallis dan uji lanjut Mann-Whitney. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan pada vitamin A ($p=0,006$), namun tidak terdapat perbedaan nyata pada kadar air ($p=0,100$), kadar abu ($p=0,241$), protein ($p=0,636$), lemak ($p=0,141$), dan karbohidrat ($p=0,100$). Hasil analisis statistik uji organoleptik menunjukkan bahwa proporsi tepung hati ayam dan tepung biji labu kuning berbeda signifikan terhadap tekstur, namun tidak berbeda signifikan terhadap warna, rasa, dan aroma. Berdasarkan metode De Garmo, F1 menjadi formulasi terbaik (NP = 0,64). Kandungan gizi per takaran saji (100 gr) meliputi energi (345 kkal), protein (24,84 gr), lemak (16,17 gr), karbohidrat (24,87 gr), dan vitamin A (0,6 mg).

Kata Kunci: Anemia, Mi Basah, Proksimat, Vitamin A, Wanita Usia Subur

THE EFFECT OF NOODLE COMPOSITION FORMULATED WITH CHICKEN LIVER FLOUR AND PUMPKIN SEED FLOUR ON PROXIMATE, VITAMIN A, AND ACCEPTABILITY AS AN ANEMIA-PREVENTION FOOD FOR WOMEN OF REPRODUCTIVE AGE

Rafifah Fauziah Putri

Abstract

The prevalence of anemia among women of reproductive age (WRA) remains high, exceeding 30% both globally and in Indonesia. This study aimed to analyze the effect of chicken liver flour and pumpkin seed flour on the proximate, vitamin A, and acceptability of noodles as an alternative food to prevent anemia in WRA. The study using an experimental design with a Completely Randomized Design (CRD) and two replications. The treatments consisted of varying proportions of chicken live flour and pumpkin seed flour; F1 (10 g : 25 g), F2 (15 g : 30 g), F3 (20 g : 25 g). Proximate analysis was conducted to determine fat content using the Soxhlet method, protein using the Kjeldahl method, carbohydrate using the by-difference method, water content using the gravimetric method, and ash using the dry ashing method. Vitamin A content was analyzed using HPLC. Chemical analysis data were processed using one-way ANOVA followed by Duncan. Organoleptic testing was conducted using a hedonic test involving 30 semi-trained panelists, with data analyzed using the Kruskal-Wallis test followed by the Mann-Whitney. Results showed a significant difference in vitamin A ($p=0,006$), while no significant differences were observed in water content ($p=0,100$), ash ($p=0,241$), protein ($p=0,636$), fat ($p=0,141$), and carbohydrate ($p=0,100$). Organoleptic analysis indicated that varying proportions significantly affected texture, but had no significant effect on color, taste, or aroma. Based on De Garmo method, F1 was identified as the best formulations ($EI = 0,64$). The nutritional content per serving (100 g) included energy (345 kcal), protein (24,84 g), fat (16,17 g), carbohydrates (24,87 g), and vitamin A (0,6 mg).

Keywords: Anemia, Noodles, Proximate, Vitamin A, Women of Reproductive Age

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Komposisi Mi dengan Tepung Hati Ayam dan Tepung Biji Labu Kuning terhadap Proksimat, Vitamin A, dan Daya Terima Sebagai Pangan Pencegah Anemia untuk WUS” dengan tepat waktu dan sebaik mungkin. Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat, ridho, dan karunia-Nya
2. Ibu A’immatul Fauziah, S.Gz., M.Si. selaku pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberi arahan serta bimbingan dalam proses penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Iin Fatmawati, S.Gz., MPH. dan Bapak Dr. Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji dan dosen pembimbing akademik penulis yang telah memberikan masukan kepada penulis agar skripsi ini menjadi lebih baik.
4. Ibu Asmanih dan Bapak Arifin selaku orang tua serta Ibu Meri Yulianti dan Bapak Diky Zulkarnain selaku keluarga penulis yang senantiasa selalu mencurahkan tenaga, bantuan, dan doa agar penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
5. Devina, Huda, Ni Komang Ayu, Regina, Nabilah, Donna, Sofie, Siska, Rufaedah, Divia, Hilmy, dan Nadia selaku teman-teman dekat penulis yang selalu memberikan semangat, dukungan, serta doa kepada penulis.
6. Serta seluruh pihak yang terkait yang tidak dapat disebutkan satu per satu, namun kehadiran dan dukungannya sangat berarti bagi penulis.

Jakarta, 1 Juni 2026

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	1
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 7
II.1 Anemia Defisiensi Besi.....	7
II.2 Wanita Usia Subur	8
II.3 Vitamin A	10
II.4 Hati Ayam.....	12
II.5 Labu Kuning (Curcubita Moschata)	14
II.6 Mi.....	18
II.7 Matriks Penelitian Terdahulu	21
II.8 Kerangka Teori	25
II.9 Kerangka Konsep.....	26
II.10 Hipotesis Penelitian	26
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 27
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
III.2 Desain Penelitian	27
III.3 Alat dan Bahan	27
III.4 Tahapan Penelitian.....	28
III.5 Etik Penelitian.....	29
III.6 Definisi Operasional	40
III.7 Analisis Data.....	42
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 43
IV.1 Analisis Pengaruh Komposisi Mi terhadap Proksimat dan Vitamin A	43
IV.2 Analisis Pengaruh Komposisi Mi terhadap Vitamin A	56
IV.3 Analisis Pengaruh Komposisi Mi terhadap Daya Terima	58
IV.4 Penentuan Formulasi Terpilih.....	67

BAB V PENUTUP.....	71
V.1 Kesimpulan.....	71
V.2 Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	72
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kandungan Gizi Hati Ayam	12
Tabel 2	Kandungan Gizi Taburia Hati Ayam.....	14
Tabel 3	Kandungan Tepung Biji Labu Kuning	17
Tabel 4	Syarat Mutu Mi Basah.....	19
Tabel 5	Matriks Penelitian Terdahulu	21
Tabel 6	Formula Mi	31
Tabel 7	Estimasi Kandungan Zat Gizi per Formula	32
Tabel 8	Definisi Operasional	40
Tabel 9	Hasil Analisis Kandungan Gizi Mi.....	43
Tabel 10	Hasil Uji Hedonik Mi Basah	58
Tabel 11	Pembobotan Nilai Parameter	67
Tabel 12	de Garmo	68
Tabel 13	Takaran Saji.....	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Proses Penyerapan Zat Besi Heme dan Non-Heme.....	7
Gambar 2	Mekanisme Defisiensi Vitamin A (VAD)	11
Gambar 3	Tepung Hati Ayam.....	13
Gambar 4	Tepung Biji Labu Kuning	17
Gambar 5	Kerangka Teori	25
Gambar 6	Kerangka Konsep.....	26
Gambar 7	Diagram Alir Tahapan Penelitian	28
Gambar 8	Tahapan Pembuatan Hati Ayam	29
Gambar 9	Tahap Pembuatan Tepung Biji Labu Kuning	30
Gambar 10	Tahap Pembuatan Mie	31
Gambar 11	Kadar Air	46
Gambar 12	Kadar Abu	48
Gambar 13	Kandungan Protein	50
Gambar 14	Kandungan Lemak.....	52
Gambar 15	Kandungan Karbohidrat.....	55
Gambar 16	Kandungan Vitamin A	57
Gambar 17	Warna pada Ketiga Formula Mi	61
Gambar 18	Nilai Kesukaan Warna	61
Gambar 19	Nilai Kesukaan Tekstur	63
Gambar 20	Nilai Kesukaan Aroma.....	64
Gambar 21	Nilai Kesukaan Rasa.....	66

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Ethical Clereance
- Lampiran 2 Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
- Lampiran 3 Informed Consent
- Lampiran 4 Formulir Organoleptik
- Lampiran 5 Dokumentasi Pembuatan Tepung Hati Ayam
- Lampiran 6 Dokumentasi Pembuatan Mi
- Lampiran 7 Dokumentasi Produk
- Lampiran 8 Dokumentasi Uji Organoleptik
- Lampiran 9 Hasil Statistik Uji Kimia Mi
- Lampiran 10 Hasil Statistik Uji Organoleptik Mi
- Lampiran 11 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 12 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 13 Hasil Turnitin