

LAPORAN PENELITIAN

**PENGARUH JENIS IKAN TERHADAP KANDUNGAN GIZI DAN SIFAT
ORGANOLEPTIK MAKANAN TRADISIONAL HASIL FERMENTASI
PEKASAM**



Disusun oleh :

Romanus Reski Kosmare

NPM. 201833037

PROGRAM STUDI SARJANA GIZI

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN

**PENGARUH JENIS IKAN TERHADAP KANDUNGAN GIZI DAN SIFAT
ORGANOLEPTIK MAKANAN TRADISIONAL HASIL FERMENTASI PEKASAM**



Disusun oleh :

Romanus Reski Kosmare

NPM. 201833037

PROGRAM STUDI SARJANA GIZI

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN

Pengaruh Jenis Ikan Terhadap Kandungan Gizi dan Sifat Organoleptik Makanan
Tradisional Hasil Fermentasi Pekasam

Disusun Oleh:

Romanus Reski Kosmare

NPM 201833037

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji
Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Yogyakarta, 19 Agustus 2025.

Pembimbing I,



Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., M.P.H. Dietisen.

NIK. 201850005

Pembimbing II,



Fransisca Shinta Maharini, S.Si., M.Sc., Ph.D.

NIK. 201750005

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Pengaruh Jenis Ikan Terhadap Kandungan Gizi dan Sifat Organoleptik Makanan Tradisional
Hasil Fermentasi Pekasam

Disusun Oleh:

Romanus Reski Kosmare

NPM 201833037

Telah dipertahankan dan diuji di depan dewan penguji Skripsi STIKesPanti Rapih untuk
memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Gizi Program Sarjana

Pada tanggal 14 Agustus 2025.

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji :
Ketua

: Ir. Maria Amrijati Lubijarsih, M.P

NIK 202050003

Anggota

: 1. Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., M.P.H. Dietisen.

NIK 201850005

2. Fransisca Shinta Maharini, S.Si., M.Sc., Ph.D.

NIK 201750005

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Romanus Reski Kosmare

NPM : 201833037

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa study kasus dengan judul:

“PENGARUH JENIS IKAN TERHADAP KANDUNGAN GIZI DAN SIFAT ORGANOLEPTIK MAKANAN TRADISIONAL HASIL FERMENTASI PEKASAM”

Yang telah saya laksanakan selama lima bulan dari bulan maret sampai dengan agustus 2025, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundangan-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 8 Agustus 2025

Romanus Reski Kosmare

INTISARI

Nama	: Romanus Reski Kosmare
NPM	: 201833037
Judul	: Pengaruh Jenis Ikan Terhadap Kandungan Gizi dan Sifat Organoleptik Makanan Tradisional Hasil Fermentasi Pekasam.
Tanggal Ujian	: 15 Agustus 2025
Pembimbing	: 1. Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., M.P.H. Dietisien : 2. Fransisca Shinta Maharini, S.Si., M.Sc., Ph.D.
Jumlah Pustaka	: 37 pustaka
Jumlah Halaman	: x, 80 lembar, tabel dan lampiran,

Latar belakang: Pekasam adalah salah satu makanan tradisional hasil fermentasi ikan yang cukup populer di Kalimantan Barat dan beberapa daerah di Indonesia. Selain sebagai bagian dari warisan budaya kuliner, pekasam memiliki potensi sebagai sumber pangan bergizi, terutama karena kandungan protein dan mineral yang bermanfaat bagi kesehatan. Salah satu kandungan yang menjadi perhatian adalah zat besi, yang berperan penting dalam pembentukan sel darah merah dan pencegahan anemia. Namun, kualitas pekasam sangat dipengaruhi oleh jenis ikan yang digunakan, sehingga penting dilakukan penelitian mengenai perbedaan kandungan kimia dan mutu organoleptik pekasam berbahan dasar ikan yang berbeda.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan kandungan kimia (karbohidrat, protein, lemak, kadar air, dan zat besi) serta karakteristik organoleptik (warna, aroma, rasa, dan tekstur) pada pekasam ikan seluang, gabus, dan patin.

Metode: Penelitian eksperimental dengan tiga formula pekasam berdasarkan jenis ikan. Analisis laboratorium dilakukan untuk menilai kadar karbohidrat, protein, lemak, kadar air, dan zat besi, sedangkan uji organoleptik menggunakan metode hedonik meliputi warna, aroma, rasa, dan tekstur.

Hasil: Pekasam ikan patin memiliki kadar zat besi tertinggi, ikan gabus lebih unggul dalam rasa dan tekstur, sedangkan ikan seluang menonjol pada aroma khas meskipun kandungan gizinya lebih rendah.

Kesimpulan: Jenis ikan berpengaruh terhadap kualitas kimia dan organoleptik pekasam. Patin unggul pada gizi, gabus lebih disukai secara sensori, dan seluang memiliki aroma khas yang tetap diterima panelis.

Kata kunci : Pekasam, ikan seluang, ikan gabus, ikan patin, zat besi, uji kimia, organoleptik

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan anugerah-Nya sehingga Proposal Penelitian yang berjudul “Pengaruh Jenis Ikan Terhadap Kandungan Gizi dan Sifat Organoleptik Makanan Tradisional Hasil Fermentasi Pekasam” ini dapat selesai dengan baik. Penelitian ini disusun sebagai syarat akademik dalam penyelesaian studi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penyusunan proposal penelitian ini, diantaranya :

1. Ibu Ns. Yulia Wardani, MAN, selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta.
2. Ibu Ir. Maria Amrijati Lubijarsih, M.P. selaku dosen ketua penguji skripsi.
3. Bapak Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., M.P.H., Dietisien, selaku dosen pembimbing I, yang telah membimbing dan membantu proses penyusunan proposal penelitian ini.
4. Ibu Fransisca Shinta Maharini, S.Si., M.Sc., Ph.D., selaku dosen pembimbing II, yang telah membimbing dan membantu proses penyusunan proposal penelitian ini.
5. Ibu Hildagardis Meliyani Erista Nai, S.KM., M.P.H, selaku dosen koordinator mata kuliah skripsi.
6. Orang tua beserta keluarga dan sahabat saya yang telah memotivasi agar menjadi lebih semangat mengerjakan skripsi ini,

Dalam penulisan dan penyusunan proposal penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena ini saya mohon maaf jika terdapat kesalahan dalam penulisan. Penulis akan menerima kritik dan saran yang dapat membangun demi kesempurnaan proposal penelitian ini.