

DAYA TERIMA *SMOOTHIE* “MASANG” (KURMA KOMBINASI PISANG AMBON) SEBAGAI MAKANAN SELINGAN REMAJA PUTRI

Fauzyah Amarwati Rahayu^{1*}, Restu Amalia Hermanto², Aviani Harfika³

¹²³ Program Studi Ilmu Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Holistik

Korespondensi: Jl. Veteran, No. 272, Purwakarta. Email: fauzyahamarwati28@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Perilaku kebiasaan makan remaja yang tidak baik adalah kebiasaan mengonsumsi berbagai makanan olahan cepat saji yang mengandung lemak, gula dan garam yang cukup tinggi yang akan menimbulkan masalah gizi pada remaja seperti gizi kurang, obesitas dan anemia. Salah satu makanan selingan yang sehat dan bergizi yaitu *smoothie*. Beberapa bahan makanan nabati yang dapat dijadikan *smoothie* yaitu pisang ambon dan kurma.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Daya Terima Pada Produk *Smoothie* “Masang” (Kurma Kombinasi Pisang Ambon) Sebagai Makanan Selingan Remaja Putri.

Metode : Analisis yang digunakan terdiri dari analisis statistik dan analisis organoleptik. Rancangan penelitian menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan 3 perlakuan yaitu 75% : 25%, 50%:50% dan 25%:75%. Analisis data diuji menggunakan uji *Kruskall Wallis* dan *Mann Whitney*.

Hasil : Terdapat perbedaan terhadap daya terima *Smoothie* “Masang” (Kurma Kombinasi Pisang Ambon) pada parameter warna ($p = 0.003$), aroma ($p = 0.001$), rasa ($p = 0.000$) namun tidak terdapat perbedaan daya terima pada parameter tekstur ($p = 0.311$).

Simpulan : Terdapat perbedaan daya terima *Smoothie* pada parameter warna, aroma, rasa dari berbagai rasio kurma dan pisang ambon dan tidak terdapat perbedaan daya terima *Smoothie* pada parameter tekstur. Berdasarkan hasil uji daya terima, diperoleh formula yang paling disukai yaitu E3.

Kata Kunci : Daya terima, Kurma, Makanan Selingan, Pisang, Remaja Putri, *Smoothie*

ABSTRACT

Background : The behavior of adolescents' poor eating habits is the habit of consuming a variety of fast food processed foods containing high enough fat, sugar and salt that will cause nutritional problems in adolescents such as malnutrition, obesity and anemia. One of the healthy and nutritious interspersed foods is smoothies. Some vegetable food ingredients that can be used as smoothies are ambon banana and dates.

Purpose : This study aims to determine the Acceptability of “Masang” Smoothie Products (Ambon Banana Combination Dates) as an alternative food for adolescent girls anemia.

Methods : The analysis used consisted of statistical analysis and organoleptic analysis. The research design used a Completely Randomized Design (CRD) with 3 treatments, namely 75%: 25%, 50%: 50% and 25%: 75%. Data analysis was tested using the *Kruskall Wallis* and *Mann Whitney* test.

Results: There was a difference in the acceptance of “Masang” Smoothies (Ambon Banana Combination Dates) in the parameters of color ($p = 0.003$), aroma ($p = 0.001$), taste ($p = 0.000$) but there was no difference in acceptance on texture parameters ($p = 0.311$).

Conclusion: *There was a difference in acceptance of Smoothie in the parameters of color, aroma, taste of various ratios of dates and bananas and there was no difference in acceptance of Smoothie in texture parameters. Based on the results of the acceptance test, the most preferred formula was obtained, namely E3.*

Keywords: *Acceptability, Adolescent Girl, Dates, Bananas, Smoothies, Snacks*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan berbagai aspek. Batas usia remaja adalah 10 sampai 19 tahun dan belum menikah¹¹. Remaja adalah kelompok yang rentan terhadap perubahan-perubahan yang ada di lingkungan sekitarnya, khususnya masalah kebiasaan makan. Kebiasaan makan (*food habit*) pada remaja akan memberikan dampak terhadap status gizi³.

Perilaku kebiasaan makan remaja yang tidak baik adalah kebiasaan mengkonsumsi makanan yang tidak memberi semua zat-zat gizi esensial seperti karbohidrat, lemak dan protein yang dibutuhkan dalam metabolisme tubuh¹². Seiring dengan berkembangnya zaman remaja kebanyakan mengkonsumsi berbagai makanan olahan cepat saji seperti *pizza, fried chicken, hot dog, ice cream* yang mengandung lemak, gula dan garam yang cukup tinggi namun rendah serat dibandingkan mengkonsumsi buah, hal ini dikarenakan makanan olahan cepat saji lebih praktis, mudah dimasak dan hemat waktu¹². Kebiasaan remaja mengkonsumsi makanan cepat saji terus menerus akan menyebabkan dampak negatif bagi tubuh, masalah gizi yang akan terjadi pada remaja adalah gizi kurang, obesitas dan anemia⁸. Sebagian besar penduduk Indonesia memiliki konsumsi serat yang rendah, yaitu sebanyak 80% penduduk Indonesia mengkonsumsi serat 15 gram/hari¹⁶.

Upaya untuk meningkatkan asupan zat gizi pada remaja adalah dengan menyediakan makanan selingan yang sehat dan bergizi guna memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuh.

Makanan selingan atau sering disebut dengan makanan kecil atau *snack* yaitu makanan yang biasanya dikonsumsi antara waktu makan utama atau pada jamuan pesta⁵. Makanan selingan diberikan untuk menambah kekurangan zat gizi yang diperoleh dari makanan utama, sehingga makanan selingan yang dikonsumsi yaitu makanan selingan yang sehat dan bergizi¹⁵. Makanan selingan memiliki kontribusi terhadap energi sekitar 300 kkal/hari atau lebih⁷ dan Kontribusi serat pada makanan selingan sebesar 15%-20%¹².

Buah-buahan dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan makanan selingan, hingga saat ini tingkat konsumsi buah pada remaja masih rendah. Prevalensi kurangnya konsumsi sayur dan buah pada penduduk Indonesia usia >10 tahun sebesar 93.6%¹⁶. Buah-buahan dapat dikonsumsi secara langsung atau melalui proses pengolahan. Salah satu bentuk dari hasil pengolahannya yaitu berupa *smoothie*. *Smoothie* adalah minuman berbahan dasar buah-buahan atau sayuran yang dapat ditambahkan sirup, gula pasir, susu, atau madu dengan cara di blender¹⁹. Selain itu penambahan yoghurt, coklat dan susu kental manis juga seringkali ditambahkan ke dalam *smoothie*. *Smoothie* juga memiliki pengolahan yang minimal proses sehingga zat gizi dalam *smoothie* tidak berkurang banyak¹⁴.

Beberapa bahan makanan nabati yang dapat dijadikan *smoothie* yaitu pisang ambon dan kurma. Pisang ambon memiliki energi sebesar 108 Kcal dan serat sebesar 1,99 gram, sedangkan kandungan energi yang terdapat pada kurma sebesar 282 Kkal dan serat 7,9 gram⁴. Pada penelitian ini penulis

tertarik melakukan penelitian tentang daya terima pada *smoothie* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon) sebagai makanan selingan remaja putri. Dalam penelitian ini penggunaan kurma

ajwa dan pisang ambon dalam pembuatan *smoothie* dibagi menjadi tiga perlakuan yaitu 75%:25%, 50%:50% dan 25%:75%.

METODE

Penelitian ini bersifat eksperimen dengan menggunakan rancangan penelitian rancangan acak lengkap (RAL) dengan tiga perlakuan. Faktor pada penelitian ini yaitu perlakuan formulasi kurma dan pisang ambon dengan perbandingan 75%:25%, 50%:50% dan 25%:75%. Analisis yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari analisis statistik dan analisis organoleptik. Uji daya terima dilakukan pada panelis tidak terlatih yang sebelumnya diberikan arahan terlebih dahulu untuk mengikuti uji daya terima dengan total panelis sebanyak 30 panelis. Panelis yang digunakan untuk uji daya terima yaitu remaja putri SMA Al-Muhajirin purwakarta. Analisis daya terima dilakukan dengan menggunakan

uji kesukaan (Hedonik) terhadap parameter warna, aroma, rasa, dan tekstur.

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan program komputer. Data hasil uji kesukaan pada daya terima diolah dengan Microsoft Excel 2019 kemudian dianalisis statistik menggunakan SPSS dengan analisis normalitas data terlebih dahulu, kemudian apabila distribusi data menunjukkan tidak normal ($p < 0.05$) maka dilanjutkan dengan analisis *Kruskall Wallis*. Apabila, hasil dari analisis *Kruskall Wallis* menunjukkan adanya perbedaan maka dilanjutkan dengan uji lanjutan *Mann Whitney* pada setiap perlakuan.

HASIL

Gambaran Umum

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui daya terima pada produk *smoothie* “masang” (kurma kombinasi pisang ambon) sebagai makanan selingan remaja putri. Panelis pada penelitian ini adalah siswi di SMAS Al-Muhajirin purwakarta. Jumlah panelis terdiri dari 30 orang dan bersedia mengisi inform consent.

Pada awalnya penelitian ini akan dilakukan uji laboratorium, akan tetapi terkait dengan keadaan masa pandemi covid-19 maka penelitian ini terhenti pada daya terima.

Daya Terima

a. Warna

Rerata kesukaan panelis terhadap parameter warna *Smoothie* “Masang” disajikan pada Tabel 1

Tabel 1. Rerata Tingkat Kesukaan Warna *Smoothie* “Masang”

| Formula | Rerata |
|---------|-------------------------|
| E1 | 2.87±0.629 ^a |
| E2 | 3.47±0.571 ^b |
| E3 | 3.17±0.699 ^c |

$p = 0.003$

Keterangan : 1=sangat tidak suka; 2=tidak suka; 3=suka; 4=sangat suka
notasi dengan huruf berbeda menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0.05$)

Berdasarkan hasil dari uji daya terima nilai rata-rata

yang di dapatkan dari parameter warna dengan skor

tertinggi yaitu terdapat pada *smoothie* formulasi E2 (3.47) yaitu suka. Hasil data dari uji normalitas pada parameter warna menunjukkan hasil tidak normal ($p < 0.05$), karena hasil data tidak normal maka dilanjutkan dengan uji *Kruskal Wallis*. Hasil dari uji *Kruskal Wallis* didapatkan nilai $p = 0.003$ artinya terdapat perbedaan tingkat kesukaan warna pada *smoothies* “Masang” (kurma

kombinasi pisang ambon). Kemudian dilakukan uji lanjutan dengan menggunakan uji *Mann Whitney* untuk mengetahui perbedaan yang signifikan dari perbandingan formula *smoothies* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon). Hasil dari uji *Mann Whitney* menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara formula 1 dan 2, formula 2 dan 3 dan formula 1 dan 3.

b. Aroma

Tabel 2 Rerata Tingkat Kesukaan Aroma *Smoothie* “Masang”

| Formula | Rerata |
|-------------|--------------------------|
| E1 | 3.03±0.669 ^a |
| E2 | 2.80±0.551 ^{ab} |
| E3 | 3.43±0.679 ^c |
| $p = 0.001$ | |

Keterangan : 1=sangat tidak suka; 2=tidak suka; 3=suka; 4=sangat suka
notasi dengan huruf berbeda menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan ($p > 0.05$)

Berdasarkan hasil dari uji daya terima nilai rata-rata kesukaan panelis terhadap parameter aroma *Smoothie* “Masang” terdapat pada tabel 2 dengan skor tertinggi yaitu terdapat pada *smoothie* formulasi E3 (3.43) yaitu suka. Hasil data dari uji normalitas pada parameter aroma menunjukkan hasil tidak normal ($p < 0.05$), karena hasil data tidak normal maka dilanjutkan dengan uji *Kruskal Wallis*. Hasil dari uji *Kruskal Wallis* didapatkan nilai $p = 0.001$ artinya terdapat perbedaan

tingkat kesukaan aroma pada *smoothies* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon). Selanjutnya dilakukan uji lanjutan dengan menggunakan uji *Mann Whitney* untuk mengetahui perbedaan yang signifikan dari perbandingan formula *smoothies* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon). Hasil dari uji *Mann Whitney* menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara formula 1 dan 2 dan terdapat perbedaan yang signifikan antara formula 2 dan 3 formula 1 dan 3.

c. Rasa

Tabel 3 Rerata Tingkat Kesukaan Rasa *Smoothie* “Masang”

| Formula | Rerata |
|-------------|-------------------------|
| E1 | 3.33±0.606 ^a |
| E2 | 3.00±0.695 ^b |
| E3 | 2.47±0.507 ^c |
| $p = 0.000$ | |

Keterangan :1=sangat tidak suka; 2=tidak suka; 3=suka; 4=sangat suka
notasi dengan huruf berbeda menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan ($p > 0.05$)

Berdasarkan hasil dari uji daya terima nilai rata-rata kesukaan panelis terhadap parameter rasa *Smoothie* “Masang” terdapat pada tabel 3 dengan skor tertinggi yaitu terdapat pada *smoothie* formulasi E1 (3.33) yaitu suka. Hasil data dengan menggunakan uji normalitas pada parameter rasa menunjukkan hasil tidak normal ($p < 0.05$), karena hasil data tidak normal maka dilanjutkan dengan uji *Kruskal Wallis*. Hasil dari uji *Kruskal Wallis* didapatkan nilai $p = 0.000$

artinya terdapat perbedaan tingkat kesukaan aroma pada *smoothies* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon). Selanjutnya dilakukan uji lanjutan dengan menggunakan uji *Mann Whitney* untuk mengetahui perbedaan yang signifikan dari perbandingan formula *smoothies* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon). Hasil dari uji *Mann Whitney* menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara formula 1 dan 2, formula 2 dan 3 dan formula 1 dan 3.

d. Tekstur

Rerata kesukaan panelis terhadap parameter warna

Smoothie “Masang” disajikan pada Tabel 4

Tabel 4 Rerata Tingkat Kesukaan Tekstur *Smoothie* “Masang”

| Formula | Rerata |
|-------------|-------------------------|
| E1 | 3.00±0.525 ^a |
| E2 | 3.03±0.556 ^a |
| E3 | 3.20±0.551 ^a |
| $p = 0.311$ | |

Keterangan :1=sangat tidak suka; 2=tidak suka; 3=suka; 4=sangat suka
notasi dengan huruf serupa menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan ($p > 0.05$)

Berdasarkan hasil dari uji daya terima nilai rata-rata yang di dapatkan dari parameter tekstur dengan skor tertinggi yaitu terdapat pada *smoothie* formulasi E3 (3.20) yaitu suka. Hasil data dengan menggunakan uji normalitas pada parameter tekstur menunjukkan hasil tidak normal

($p > 0.05$), karena hasil data tidak normal maka dilanjutkan dengan uji *Kruskal Wallis*. Hasil dari uji *Kruskal Wallis* didapatkan nilai $p = 0.311$ artinya tidak terdapat perbedaan pada tingkat kesukaan tekstur *smoothies* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon).

Penentuan Formula Terpilih

Tabel 5 Pembobotan *Smoothie* “Masang”

| Formula | Atribut | | | | Total | Presentase Daya terima keseluruhan (%) |
|---------|--------------|--------------|-------------|----------------|-------|---|
| | Warna 30% | Aroma 20% | Rasa 40% | Tekstur 10% | | |
| E1 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 1,4 | 46,6% |
| E2 | 0.3 | 0.6 | 0.8 | 0.2 | 1,9 | 63,3% |
| E3 | 0.6 | 0.2 | 1.02 | 0.1 | 2,1 | 70% |

Keterangan :
E1 Perbandingan kurma dan pisang ambon 75% : 25%
E2 Perbandingan kurma dan pisang ambon 50% : 50%
E3 Perbandingan kurma dan pisang ambon 25% : 75%

Berdasarkan hasil data dari **Tabel 5** nilai total presentase daya terima keseluruhan parameter setiap formula diantaranya E1 = 46,6%, E2 = 63,3%, dan E3 = 70% lalu di dapatkan dari hasil nilai total

dibagi jumlah formula kemudian dikali 100 diketahui bahwa E3 = 70% mempunyai nilai tertinggi dengan rasio kurma dan pisang ambon 25% : 75% sehingga formula E3 dapat menjadi formula terpilih.

Kandungan Gizi formula Terpilih

Berikut **Tabel 6** kandungan gizi *smoothie* “Masang” (kurma

kombinasi pisang ambon) pada satu formula terpilih

Tabel 6 Informasi Nilai Gizi *Smoothie* “Masang”

| Nama Bahan | Berat (g) | Energi (Kkal) | Karbohidrat (g) | Protein (g) | Lemak (g) | Serat (g) |
|--------------|-----------|---------------|-----------------|-------------|-----------|-----------|
| Kurma | 50 | 142,7 | 33,1 | 1,0 | 0,3 | 4,4 |
| Pisang ambon | 150 | 138,0 | 35,1 | 1,5 | 0,8 | 3,6 |
| Yoghurt | 33 | 11,4 | 1,3 | 1,3 | 0 | 0,0 |
| Air | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Jumlah | | 292,1 | 69,4 | 3,8 | 1,0 | 8,0 |

Sumber : NutriSurvey

Perhitungan Kontribusi Zat Gizi

Berikut tabel perhitungan kontribusi zat gizi *smoothie* kurma kombinasi pisang ambon pada Angka Kecukupan Gizi (AKG)

remaja putri rentan usia 16 – 18 tahun dari hasil penentuan formula terpilih yang disajikan pada **Tabel 7**

Tabel 7 Perhitungan Kontribusi Zat Gizi

| Zat Gizi | Kandungan Gizi | Kontribusi Terhadap AKG (%) | Kebutuhan |
|-----------------|----------------|-----------------------------|-------------|
| | | 16 – 18 thn | 16 – 18 thn |
| Energi (Kkal) | 297,9 | 14,18 | 2100 |
| Karbohidrat (g) | 66,5 | 22,16 | 300 |
| Protein (g) | 4,2 | 6,46 | 65 |
| Lemak (g) | 0,6 | 0,85 | 70 |
| Serat (g) | 8,0 | 27,58 | 29 |

PEMBAHASAN

Daya Terima

Daya terima makanan dapat di definisikan sebagai tingkat kesukaan atau ketidak sukaan konsumen terhadap suatu jenis makanan (Manzalina *et al*, 2019). Penilaian daya terima *smoothie* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon) dilakukan oleh panelis tidak terlatih sebanyak 30 orang remaja putri. Uji daya terima pada penelitian ini menggunakan uji hedonik (uji kesukaan) yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kesukaan panelis pada produk *smoothie* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon) tanpa

membandingkan sampel satu dengan sampel lainnya. Atribut penilaian sensorik yang diuji meliputi warna, aroma, rasa dan tekstur dengan menggunakan 4 skala penilaian yaitu 1 sangat tidak suka, 2 tidak suka, 3 suka, 4 sangat suka. Uji daya terima pada penelitian ini menggunakan 3 sampel dengan formulasi E1 = 75% : 25%, E2 = 50% : 50% dan E3 = 25% : 75% dan dilakukan penentuan 1 formula terpilih. Formulasi *smoothie* “Masang” (kurma kombinasi pisang ambon) dapat dilihat pada tabel 3.1

a. Daya Terima Warna

Warna merupakan hal pertama yang ditangkap menggunakan indra penglihatan⁷. Penilaian warna suatu produk makanan perlu dilakukan karena warna dapat memberikan kesan daya tarik sebelum panelis mengenal atribut mutu lainnya¹.

Berdasarkan hasil uji *Kruskal Wallis* menunjukkan bahwa $p = 0.003$ ($p < 0,05$) yang artinya terdapat perbedaan tingkat kesukaan panelis pada parameter warna. Untuk melihat kelompok mana yang berbeda dilanjutkan dengan uji *Mann Whitney*. Hasil dari uji *Mann Whitney* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nyata

terhadap tingkat kesukaan parameter warna formulasi E1 dan E2, formulasi E2 dan E3 serta formulasi E1 dan E3.

Berdasarkan hasil dari uji daya terima 30 orang panelis menunjukkan bahwa rerata skor uji daya terima parameter warna sebesar 2.87 untuk formulasi E1, 3.47 untuk formulasi E2 dan 3.17 untuk formulasi E3 dengan kriteria disukai hingga tidak disukai. Nilai tertinggi terdapat pada formula E2 dengan rasio kurma : pisang ambon (50% : 50%) hal ini menunjukkan bahwa warna pada *smoothie* dapat diterima. Dalam penelitian ini warna *smoothie* yang di hasilkan pada formulasi E2 yaitu putih agak kekuningan.

b. Daya Terima Aroma

Aroma merupakan salah satu faktor yang perlu diperhatikan konsumen ketika akan mencoba suatu produk makanan biasanya dipengaruhi oleh indra penciuman¹⁸. Bau yang dihasilkan dari makanan banyak menentukan kelezatan bahan pangan tersebut¹⁰.

Hasil uji *Kruskal Wallis* menunjukkan bahwa $p = 0.001$ ($p < 0,05$) yang artinya terdapat perbedaan tingkat kesukaan panelis pada parameter aroma. Kemudian berdasarkan hasil uji lanjutan menggunakan uji *Man Whitney* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan nyata terhadap tingkat kesukaan

parameter aroma pada formulasi E1 dan E2, terdapat perbedaan nyata terhadap tingkat kesukaan parameter aroma formulasi E2 dan E3 serta formulasi E1 dan E3. Pada hasil rerata skor uji daya terima parameter aroma sebesar

3.03(suka) untuk formulasi E1, 2.80 (suka) untuk formulasi E2 dan 3.43 (suka) untuk formulasi E3. Skor tertinggi terdapat pada formula E3 dengan rasio kurma : pisang ambon (25% : 75%).

c. Daya Terima Rasa

Rasa adalah faktor berikutnya yang dinilai panelis, rasa merupakan salah satu faktor yang dapat menentukan suatu produk dapat diterima atau tidak oleh konsumen⁶. Atribut rasa meliputi 5 komponen yaitu penampakan, bau, rasa, tekstur dan suhu⁷. Pada hasil uji *Kruskal Wallis*, terdapat hasil $p = 0.000$ ($p = < 0,05$) yang artinya terdapat perbedaan terhadap daya terima smoothie "Masang" (kurma kombinasi pisang ambon) formula E1, E2 dan E3, kemudian dilakukan uji *Man Whitney* untuk mengetahui

berbedaan yang signifikan dan terdapat hasil dari uji *Man Whitney* yaitu terdapat perbedaan nyata ($p = < 0.05$) Berdasarkan penilaian uji daya terima dari 30 orang panelis remaja putri menunjukkan bahwa hasil rerata skor terhadap parameter rasa sebesar 3.33 (suka) pada E1, 3.00 (suka) pada E2 dan 2.47 (tidak suka) pada E3. Dari hasil data diatas menunjukan bahwa formula E1 memiliki nilai tertinggi pada parameter tekstur dengan rasio kurma : pisang ambon (75% : 25%).

d. Daya Terima Tekstur

Tekstur merupakan salah satu tolak ukur penilaian mutu suatu bahan pangan yang berhubungan dengan perabaan dan sentuhan¹⁸. Terdapat 3 sifat tekstur yaitu tekstur kasar, halus dan lembut⁷. Pada penelitian ini smoothie "Masang" (kurma kombinasi pisang ambon) menghasilkan tekstur lembut atau halus.

Hasil uji *Kruskal Wallis*, terdapat hasil $p = 0.311$ ($p = > 0,05$) yang artinya tidak terdapat perbedaan terhadap

daya terima smoothie "Masang" (kurma kombinasi pisang ambon) formula E1, E2 dan E3. Berdasarkan penilaian uji daya terima dari 30 orang panelis menunjukkan bahwa rerata skor parameter tekstur sebesar 3.00 (suka) pada E1, 3.03 (suka) pada E2 dan 3.20 (suka) pada E3. Dari hasil data menunjukan bahwa formula E3 memiliki nilai tertinggi pada parameter tekstur dengan rasio kurma : pisang ambon (25% : 75%).

Penentuan Formula Terpilih

Formula terpilih yang didapatkan dari daya terima keseluruhan parameter terhadap smoothie "Masang" (kurma kombinasi pisang ambon) yaitu E3 sebesar 70% dengan perbandingan rasio kurma : pisang ambon 25% :

75%. Artinya smoothie "Masang" (kurma kombinasi pisang ambon) dapat diterima oleh panelis dari keseluruhan parameter. Tujuan ditentukannya formula terpilih dari berbagai rasio yg berbeda yaitu untuk mengetahui formula yang

paling disukai dari keseluruhan parameter untuk dijadikan

makanan selingan sehat dan bergizi untuk remaja putri.

Kontribusi Zat Gizi

Angka kecukupan gizi (AKG) dapat diartikan dengan suatu kecukupan rata-rata gizi setiap hari bagi semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, kondisi fisiologis dan aktifitas fisik untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal⁹. Makanan selingan diberikan untuk menambah kekurangan zat gizi yang diperoleh dari makanan utama¹⁵. Kontribusi makanan selingan terhadap energi harian kurang lebih sebesar 15% dari kebutuhan energi sehari². Kontribusi serat pada makanan

selingan sekitar 15 %-20%¹². Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa kontribusi energi *smoothie* kurma kombinasi pisang ambon untuk remaja usia 16-18 tahun sebesar 14,18% (297,9 Kkal) dan kontribusi serat *smoothie* kurma kombinasi pisang ambon untuk remaja usia 16-18 tahun sebesar 27,58% (8,0 gram), yang artinya bahwa kontribusi kandungan energi dan serat yang di berikan dari makanan selingan berupa *smoothie* terhadap AKG tercukupi.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat perbedaan daya terima pada parameter warna, aroma dan rasa, namun tidak terdapat perbedaan daya terima pada parameter tekstur.
2. Formula terpilih *smoothie* "Masang" (kurma kombinasi pisang ambon) yang banyak disukai dari parameter warna, aroma, rasa dan tekstur pada

formula E3 dengan rasio kurma : pisang ambon (25% : 75%).

3. Kontribusi energi pada makanan selingan *smoothie* "Masang" (kurma kombinasi pisang ambon) terhadap AKG sehari sebesar 14,18% (297,9 Kkal) dan kontribusi serat pada makanan selingan berupa *smoothie* "Masang" (kurma kombinasi pisang ambon) terhadap AKG sehari sebesar 27,58% (8,0 gram).

B. Saran

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan uji laboratorium setelah mendapatkan formula terpilih agar dapat mengetahui kandungan gizi pada

smoothie sudah memenuhi angka kecukupan gizi atau tidak, sebagai upaya pemenuhan zat gizi bagi remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

1. Asmaraningtyas, D. (2014).Kekerasan, Warna dan Daya Terima Biskuit yang Disubstitusi Tepung Labu Kuning (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
2. Fathin, F. A. (2018). Hubungan Kontribusi Energi Sarapan Dan Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Smk Negeri 1 Sukoharjo. Program Studi Ilmu Gizi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Kadir A., A. (2016). Kebiasaan Makan Dan Gangguan Pola Makan Serta Pengaruhnya

- Terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, VI(1).
4. Kementrian Kesehatan RI (Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat). (2018). Tabel Komposisi Pangan Indonesia. Jakarta.
 5. Karina, M. S & Amrihati, E. T. (2017). Pengembangan Kuliner. Cetakan Pertama.
 6. Lamusu, D. (2018). Uji Organoleptik Jalangkote Ubi Jalar Ungu (*Ipomoea batatas* L) Sebagai Upaya Diversifikasi Pangan. *Jurnal Pengolahan Pangan*.
 7. Manzalina, N. Z. A *et al.* (2019). Daya Terima Konsumen Terhadap Citarasa Es Krim Buah Kawista (*Limonia Acidissima*). *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 8(2).
 8. Masitoh, D. (2017). Pola Makan Dan Status Gizi Siswa Program Keahlian Jasa Boga Di Smk Negeri 1 Kalasan. Progam Studi Pendidikan Teknik Boga. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Yogyakarta.
 9. Menteri Kesehatan RI. (2019). Angka Kecukupan Gizi. Jakarta.
 10. Noviyanti., Wahyuni, S., Syukri, M. (2016). Analisis Penilaian Organoleptik Cake Brownies Substitusi Tepung Wikau Maombo. J. Sains dan Teknologi Pangan Vol. 1.
 11. Nuramida, W. (2013). Hubungan Tingkat Stres, Pola Makan, dan Pendapatan Dengan Terjadinya Penyakit Anemia Pada Remaja. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Muhammadiyah Palu.
 12. Permenkes. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. No. 41
 13. Pujiati, Arneliwati, & Rahmalia, S. (2015). Hubungan Antara Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Jurnal Online Mahasiswa*, 2(2).
 14. Purwaningih, S, dkk. (2011). Pengaruh Pengolahan terhadap Kandungan Mineral Keong Matah Merah (*Cerithidea obtusa*). Departemen Teknologi Hasil Perairan. Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan, IPB.
 15. Putri, K. I., Auliana, R., & Kes, M. (2017). Sumbangan Makanan Ringan Terhadap Kecukupan Energi Dan Protein Ana Di Tk Aba Ade Irma, Kraton, Yogyakarta. E-Journal Student PEND. TEKNIK BOGA-S1, 6(3).
 16. Riskesdas, 2013, Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah. Jakarta : Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes Tahun 2013.
 17. Soerjodibroto, W. 2004. Asupan Serat Remaja di Jakarta. Majalah Kedokteran Indonesia, Volum: 54, Nomor: 10.
 18. Susilawati BS, S. B., Syam, H., & Fadilah, R. (2018). Pengaruh Modifikasi Tepung Jagung Prigelatinisasi Terhadap Kualitas Cookies. *Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*, 4.
 19. Sutomo, B. (2010). Mengenal Jus, Smoothie, Lassi dan Milkshake. <http://www.sahabatnestle.co.id>. Diakses : 24 mei 2018.