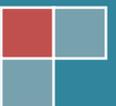


2020

MODUL PENGABMAS
Pemanfaatan KUKIBUS
pada Ibu Rumah Tangga
sebagai Alternatif
Peningkatan Status Gizi
Anak di Kelurahan
Peccerakkang

THRESIA DEWI KARTINI B, SKM, M.Si
SITTI SAHARIA ROWA, S.SiT, M.Kes
POLTEKKES KEMENKES MAKASSAR
JURUSAN GIZI



KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga kami dapat membuat modul "Pemanfaatan Kukibus pada Ibu Rumah Tangga sebagai Alternatif Peningkatan Status Gizi Anak di Kelurahan Paccerakkang". Penyusunan modul ini merupakan bagian dari kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar tahun 2020.

Modul ini dibuat sebagai bahan pelatihan pembuatan produk-produk jajanan pasar untuk diberikan sebagai kudapan atau snack bagi anak. Modul ini diperuntukan bagi ibu rumah tangga, kader Posyandu, petugas gizi dan Puskesmas Paccerakkang yang membutuhkan modul ini.

Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar, Pusat PPM Poltekkes Kemenkes Makassar, Ketua Jurusan Gizi dan alumni gizi Mentari Purnamasari Mannan, S.Tr.Gizi serta Nurul Afifah, A.Md,Gz atas dukungan dan bantuan yang diberikan, sehingga penyusunan modul ini dapat kami selesaikan.

Kami menyadari bahwa modul ini masih jauh dari sempurna, maka saran yang bersifat perbaikan akan penyempurnaan modul ini. Akhir kata kami berharap modul ini dapat bermanfaat dalam belajar mandiri dan praktek mandiri untuk memanfaatkan tepung ikan gabus (TIG) menjadi jajanan pasar sebagai kudapan atau snack bagi anak-anak di lingkup masyarakat secara umum, khususnya wilayah kerja Puskesmas Paccerakkang, Kota Makassar.

Makassar, 26 Juni 2020

TIM PENYUSUN

DAFTAR ISI

	Halaman
Kata Pengantar	i
Daftar Isi	ii
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Manfaat	2
C. Tujuan	2
D. Materi	2
E. Waktu	2
Zat Gizi yang Bermanfaat bagi Tubuh	3
Pengolahan Kukibus sebagai Jajanan Pasar	7
Pengolahan Banabus Cake	8
Pengolahan Muffin Channa Carrot	12
Pengolahan Donat Chapota	16
PENUTUP	21
GLOSARIUM	22
DAFTAR PUSTAKA	23

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan nasional suatu bangsa ditentukan dengan ketersediaan sumber daya manusia yang berkualitas. Ciri dari sumber daya manusia yang berkualitas yaitu memiliki mental yang kuat, kesehatan yang prima diikuti dengan penguasaan terhadap teknologi dan pengetahuan. Ditinjau dari segi kesehatan, faktor yang mempengaruhi kualitas sumber daya manusia adalah masalah gizi seperti gizi kurang dan gizi buruk serta perubahan gaya hidup. Salah satu cara meningkatkan kualitas untuk memperbaiki gizi masyarakat yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat.

Pengetahuan dan keterampilan masyarakat yang kurang menyebabkan masalah gizi, khususnya di Propinsi Sulawesi Selatan masih ada hingga kini. Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi balita yang menderita kekurangan gizi di Sulawesi Selatan masih tinggi dibandingkan dengan angka nasional maupun target WHO. Jumlah balita yang mengalami *underweight* (gizi kurang+gizi buruk) sebesar 23%, *wasting* (kurus+sangat kurus) sebanyak 10% dan *stunting* (pendek+sangat pendek) sebanyak 35,6% (Kemenkes, 2018). Kota Makassar memiliki jumlah anak yang menderita kekurangan gizi lebih tinggi dari kota/kabupaten lainnya, yaitu *underweight* 22,1%, *stunting* 25,2% dan *wasting* 9,4% (Kemenkes, 2017).

Hasil penelitian efek pemberian makanan jajanan lokal substitusi tepung ikan gabus dan konseling gizi secara virtual terhadap pertumbuhan dan status gizi anak balita stunting terbukti dapat meningkatkan nilai Z-skor. Jajanan lokal dalam penelitian ini antara lain Banabus Cake, Muffin Channa Carrot dan Donat Chapota. Jajanan lokal ini dibuat dengan mensubstitusi tepung ikan gabus (TIG) ke masing-masing produk (Nadimin, Abdul Salam, Thresia Dewi KB, 2019). Jajanan lokal hasil yang diperkaya tepung ikan gabus juga memiliki kandungan zat gizi cukup tinggi. Setiap porsi jajanan lokal tersebut rata-rata mengandung energi 165 kkal, protein 4 gram, besi 9,1 mg dan seng 4,4 mg. Uji organoleptik jajanan lokal hasil

pengembangan tersebut memiliki nilai daya terima yang tergolong baik (Nadimin, 2017).

Pengolahan jajanan pasar berbasis tepung ikan gabus (TIG) ini dibuat untuk menjadi alternatif peningkatan status gizi anak, khususnya disekitar Kampus Gizi atau wilayah kerja Puskesmas Paccerakang Kota Makassar. Modul ini kami susun untuk mempermudah peserta dalam praktek pengolahan jajanan pasar yang disebut Kukibus (kue ikan gabus) yakni kue-kue atau jajanan yang dibuat dengan substitusi tepung ikan gabus (TIG). Jajanan pasar ini merupakan jajanan hasil penelitian dosen dan mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar yang dimodifikasi dengan mensubstitusi tepung ikan gabus.

B. Manfaat

Modul ini diharapkan dapat membantu pembaca umumnya untuk mensosialisasikan pemanfaatan ikan gabus khususnya tepung ikan gabus dalam bentuk aneka jajanan pasar untuk dipraktekkan dalam kehidupan sehari-hari.

C. Tujuan

1. Meningkatkan pengetahuan pembaca, khususnya petugas kesehatan dan ibu-ibu balita dalam mengatasi *stunting* di hidup sehari-hari.
2. Meningkatkan keterampilan pembaca, khususnya petugas kesehatan dan ibu-ibu balita dalam membuat produk jajanan lokal berbasis tepung ikan gabus.

D. Materi

1. Pengolahan Bolu Pisang (*Banabus Cake*)
2. Pengolahan Cake Wortel (*Muffin Channa Carrot*)
3. Pengolahan Donat kentang (*Donat Chapota*)

E. Waktu

180 menit (3 jam)

ZAT GIZI YANG BERMANFAAT BAGI TUBUH

Zat gizi berdasarkan fungsinya dalam tubuh, yang dibutuhkan anak balita digolongkan menjadi tiga golongan besar yaitu zat gizi penghasil energi, zat pembangun dan zat pengatur. Kebutuhan energi balita relatif lebih besar dibandingkan orang dewasa, sebab pada usia balita terjadi pertumbuhan yang sangat pesat. Kebutuhan energi akan semakin menurun seiring dengan penambahan umur dan menurunnya laju pertumbuhan.

Makanan balita sebaiknya berpedoman pada gizi seimbang serta harus memenuhi standar kecukupan gizi balita. Gizi seimbang merupakan keadaan yang menjamin tubuh memperoleh makanan yang cukup dan mengandung semua zat gizi dalam jumlah yang dibutuhkan. Dengan gizi seimbang maka pertumbuhan dan perkembangan balita akan optimal dan daya tahan tubuhnya akan baik sehingga tidak mudah sakit (Febry, 2013).

1. KARBOHIDRAT

Sumber dari bahan makanan : beras, jagung, gandum, umbi-umbian, kentang, dan hasil olahannya seperti pasta, mie.

Manfaat : menghasilkan energi untuk anak bermain dan aktivitas lainnya serta membuat cadangan tenaga.

2. PROTEIN (protein hewani dan protein nabati)

Protein hewani berasal dari daging, ikan, telur, susu dan hasil olahannya.

Protein nabati berasal dari kacang hijau, kacang merah, kacang tanah, kedelai dan hasil olahan.

Berguna untuk membangun sel tubuh, mengganti sel tubuh yang sudah rusak, membuat air susu, pemberi kalori, membuat enzim dan hormone tubuh.

3. LEMAK (lemak hewani dan lemak nabati)

Sumber dari bahan makanan dari kacang-kacangan, daging, telur, minyak nabati.

Berguna : penghasil energi, melarutkan Vitamin A, D, E dan Vitamin K, memberi asam lemak esensial (murni).

Penyimpanan lemak ditubuh dalam bentuk cadangan lemak berfungsi :

- a. Sebagai cadangan energi
- b. Sebagai bantalan organ vital tubuh (Hati, Ginjal, Jantung)
- c. Pertahanan tubuh dari benturan benda luar
- d. Memberi bentuk tubuh

4. VITAMIN DAN MINERAL

Vitamin adalah senyawa organik kompleks yang esensial untuk pertumbuhan dan fungsi biologis yang lain bagi makhluk hidup. Vitamin tidak disintesis dalam tubuh, kecuali Vitamin K. Oleh karena itu, makanan yang dikonsumsi harus ada yang mengandung Vitamin. Jika tubuh tidak kekurangan vitamin akan mengakibatkan penyakit defisiensi atau avitaminosis.

- 5. Vitamin A banyak terdapat pada makanan hati, susu, ikan mentega, minyak, telur, daging, sayur-sayuran, buah-buahan yang berwarna merah dan orange. Fungsinya untuk kesehatan mata kita.

6. Vitamin B1

Sering disebut antiberi-beri, dalam keadaan normal, setiap hari tubuh memerlukan 1-2mg Vitamin B1. Bila kekurangan Vitamin B1 akan mengakibatkan penyakit beri-beri.

Fungsi Vitamin B1 :

- a. Sebagai koenzim dari enzim yang diperlukan dari enzim yang diperlukan dalam metabolisme karbohidrat.
- b. Untuk mempengaruhi keseimbangan air di dalam tubuh
- c. Untuk mempengaruhi penyerapan zat lemak oleh jonjot usus
- d. Memelihara nafsu makan yang sehat dan pencernaan fungsinya.

Sumber makanannya adalah hati, jantung, ginjal, otak, susu, kuning telur, kulit ari beras, gandum, wortel biji buah polong dan ragi.

7. Vitamin B2

Fungsi Vitamin B2 adalah

- a. Untuk memindahkan rangsangan sinar ke saraf mata
- b. Sebagai enzim pada proses oksidasi di dalam sel
- c. Memelihara jaringan kulit sekitar mulut
- d. Memelihara nafsu makan dan fungsi saraf
- e. Menghasilkan energi dalam sel

Bila terjadi kekurangan Vitamin ini akan mengakibatkan :

Keilosis, yaitu luka di sudut mulut. Penglihatan jadi kabur karena kornea mata jadi berpembuluh darah. Lensa mata menjadi keruh atau katarak. Terganggunya proses pertumbuhan.

Sumber makanannya adalah daging, telur, susu, keju, hati.

8. Vitamin B3

Fungsinya untuk mencegah penyakit pellagra. Sumber makanannya adalah hati, tomat, susu, kedelai, kol, bayam.

9. Vitamin B6

Fungsinya untuk pertumbuhan dan pekerjaan urat saraf dan pembentukan sel darah dan sel kulit. Sumbernya adalah hati, ikan, daging, dan sayuran

10. Vitamin B12

Fungsinya adalah mencegah penyakit anemia (kurang darah). Sumber makanannya adalah hati, ikan, daging, kerang.

11. Vitamin C

Sumber makanan vitamin C terdapat buah-buahan (jeruk, pepaya, jambu biji), sayur-sayuran (bayam, kemangi, daun singkong). Fungsi vitamin C adalah mencegah penyakit skorbut atau gusi berdarah serta sariawan.

12. Vitamin D

Sumber makanannya adalah ikan, mentega, minyak ikan, kuning telur, susu. Fungsinya untuk mencegah kelainan tulang kaki

13. Vitamin E

Sumber makanannya adalah kacang-kacangan, sayur-sayuran, dan kecambah. Fungsinya adalah mencegah kemandulan.

14. Vitamin K

Sumber makanannya adalah sayuran hijau seperti bayam, kubis, daging, hati, santan, minyak kelapa sawit. Fungsinya adalah untuk proses pembekuan darah.

15. AIR

Tubuh manusia sebagian besar terdiri atas air. Untuk orang dewasa, air yang ada dalam tubuh mencapai 65-70%. Air dalam tubuh didapat dari mengkonsumsi minuman, air yang ada dalam makanan seperti buah-buahan,

sayur-sayuran. Fungsinya adalah untuk zat pembangun, zat penghalus, melarutkan hasil pencernaan.

16. MINERAL

17. Zat Besi

Sumber makanannya adalah hati, kuning telur, bayam daun singkong, kacang hijau. Fungsinya untuk mencegah penyakit anemia.

18. Zat Kapur

Sumber makanannya adalah susu, ikan-ikan kecil, daun-daunan. Fungsinya adalah untuk pertumbuhan tulang dan mencegah pengeroposan tulang.

19. Iodium

Sumber makanannya adalah rumput laut, ikan laut, kerang, udang. Fungsinya untuk mencegah penyakit gondok

PENGOLAHAN KUKIBUS SEBAGAI JAJANAN PASAR

Makanan termasuk jajanan yang diolah dengan baik, disajikan dengan bentuk yang menarik akan dapat menimbulkan rangsangan bagi seseorang untuk menikmatinya. Kualitas suatu makanan atau jajanan ditentukan oleh berbagai faktor, seperti bentuk, aroma, rasa, tekstur, warna, penampakan dan kandungan gizinya. Pertama sekali seseorang memilih makanan atau jajanan, didahului oleh panca indera penglihatan. Warna dan penampilan makanan yang menarik dan menimbulkan selera, merupakan daya tarik tersendiri bagi seseorang untuk mencicipi makanan tersebut.

Pengolahan dan penyajian jajanan banyak dipengaruhi oleh metode pengolahan, bahan yang digunakan serta kemasan dalam menyajikan jajanan membedakan satu jenis jajanan dengan jenis jajanan lainnya. Begitu juga dengan penggunaan metode dalam pengolahan. Bahan yang sama dengan metode pengolahan yang berbeda juga akan memberikan variasi baru pada jajanan, yang pada akhirnya dapat memberikan ciri khas pada jajanan tertentu.

Jenis jajanan yang sama jika dilakukan substitusi bahan lain yang memiliki manfaat untuk suatu penyelesaian masalah gizi, maka jajanan tersebut akan berguna sebagai alternatif peningkatan status gizi bagi anak. Jajanan pasar dengan substitusi tepung ikan gabus ke dalam beberapa jajanan pasar yang umum di konsumsi masyarakat. Jajanan ini akan memberikan nuansa tersendiri dalam industri produk jajanan pasar sebagai kudapan atau snack yang bergizi bagi anak.

Kukibus menjadi pilihan untuk alternative peningkatan status gizi anak, karena dalam kukibus mengandung zat gizi terutama protein dan mineral (kalsium, besi dan fosfor) yang sangat baik untuk pertumbuhan anak. Kukibus merupakan kue-kue atau jajanan pasar yang sudah umum dikonsumsi masyarakat terutama anak-anak. Kukibus yang akan dipraktekkan ada tiga macam yaitu *banabus cake*, *muffin chana carrot* dan *donat chapota*.

PENGOLAHAN *BANABUS CAKE* (BOLU PISANG)

Bahan :

- 180 gr tepung terigu
- 150 gr gula pasir
- 4 btr telur
- 175 ml minyak goreng
- 100 gr pisang ambon (dilumatkan)
- 1 sdt baking powder
- ½ sdt kayu manis
- ½ sdt soda kue
- 3 gr garam
- 20 gr tepung ikan gabus

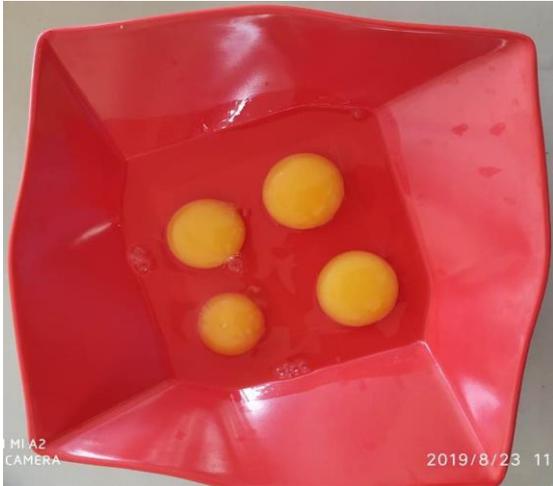
Alat :

- Timbangan bahan makanan 1 buah
- Piring 4 buah
- Mangkok 2 buah
- Baskom 2 buah
- Pisau besar 2 buah
- Panci kukusan 2 buah
- Tampah 1 buah
- Gelas ukur 1 buah
- Mixer 1 buah
- Kompor 1 buah
- Blender 1 buah

Cara membuat :

1. Campur bahan kering dan diayak, sisihkan.
2. Kocok telur, gula pasir, garam sampai mengembang dan kaku.
3. Masukkan bahan kering dan aduk rata dengan spatula.
4. Tambahkan pisang lumat dan minyak goreng secara bergantian, aduk perlahan dengan spatula.
5. Siapkan cetakan cup cake yang sudah dialas kertas cup cake.

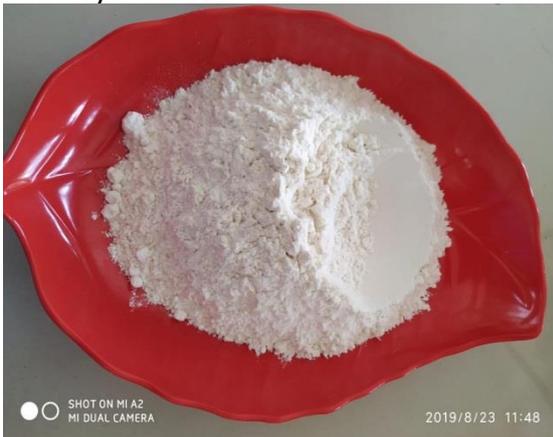
6. Tuang adonan ke dalam cetakan cup cake sebanyak $\frac{3}{4}$ bagian.
7. Panaskan kukusan, selanjutnya kukus hingga matang (± 30 menit).
8. Angkat, dinginkan dan sajikan.



Telur ayam 4 butir



Gula pasir 150 gr



Tepung terigu 180 gr



Baking powder



Bubuk kayu manis $\frac{1}{2}$ sdt



Pisang ambon yang sudah lumat



Tepung ikan gabus 20 gr



Minyak goreng 175 ml



Semua bahan



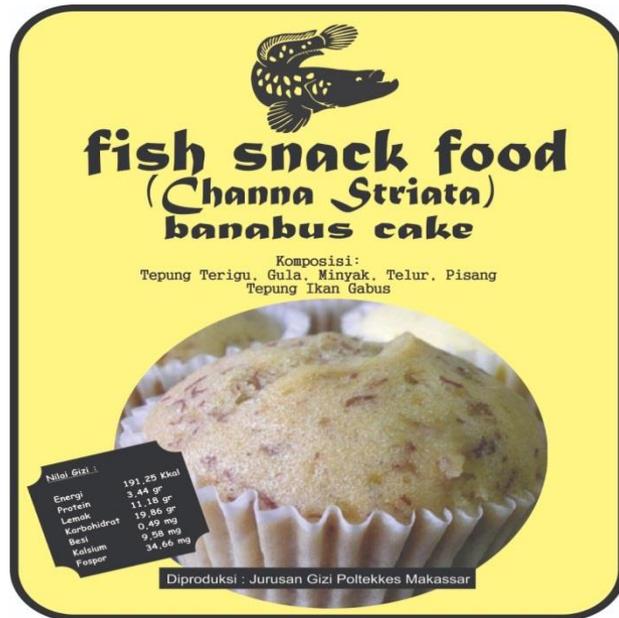
Setelah dikukus



Hasil : 15 biji @ 40 gr

NILAI GIZI PER BIJI :

Energi : 191.25 kkal
Protein : 3.44 gr
Lemak : 11.18 gr
Karbohidrat : 19.86 gr
Besi : 0.49 mg
Kalsium : 9.58 mg
Fosfor : 34.66 mg



PENGOLAHAN *MUFFIN CHANNA CARROT* (CAKE WORTEL)

Bahan :

225 gr tepung terigu
½ sdt baking powder
½ sdt soda kue
½ sdt kayu manis
200 gr margarine
200 gr gula halus
4 btr telur ayam ras
350 gr wortel parut + 2sdm gula pasir (dicampurkan)
25 gr tepung ikan gabus

Alat :

Timbangan bahan makanan 1 buah
Piring 5 buah
Mangkok 2 buah
Baskom besar 2 buah
Pisau 1 buah
Sendok makan 2 buah
Sendok the 1 buah
Panci kukusan 2 buah
Tampah 2 buah
Mixer 1 buah
Kompor 1 buah

Cara membuat :

1. Campurkan bahan kering dan diayak, sisihkan.
2. Kocok telur dan gula halus hingga mengembang, tambahkan margarine aduk.
3. Masukkan adonan bahan kering dan diaduk dengan spatula.
4. Masukkan wortel parut dan aduk rata.
5. Siapkan cetakan cup cake yang sudah dialas kertas cup cake.
6. Tuang adonan ke dalam cetakan cup cake sebanyak $\frac{3}{4}$ bagian.

7. Masukkan adonan kedalam oven, masak hingga matang

8. Angkat, dinginkan dan sajikan



Tepung terigu



Margarine



Soda kue



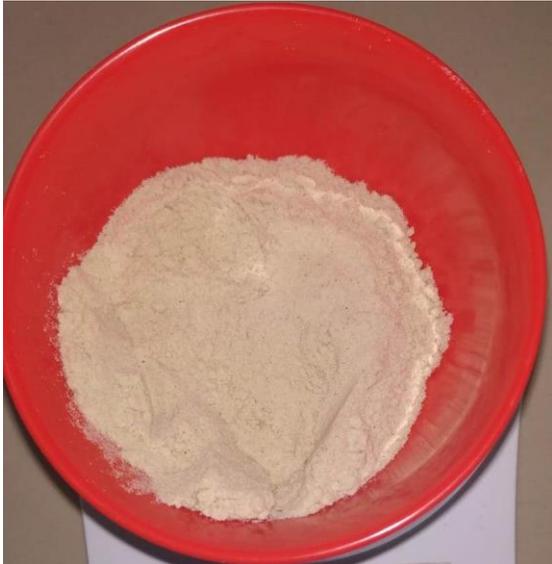
Baking powder



Telur ayam



Bubuk kayu manis



Tepung ikan gabus



Wotel yang sudah diparut



Semua bahan disiapkan



Masukkan margarine ke dalam kocokan telur dan gula pasir



Masukkan tepung ikan gabus, aduk rata



Masukkan tepung terigu, aduk rata



Masukkan parutan wortel yang telah dicampur gula pasir 2 sdm



Tuang adonan ke dalam cetakan cup kue



Panggang kue hingga matang



Hasil : 18 biji @ 45 gr

NILAI GIZI PER BIJI :

Energi	: 191.32 kkal
Protein	: 3.95 gr
Lemak	: 9.94 gr
Karbohidrat	: 22.39 gr
Besi	: 0.57 mg
Kalsium	: 17.47 mg
Fosfor	: 38.91 mg

fish snack food
(Channa Striata)
muffin channa carrot

Komposisi:
Tepung Terigu, Gula, Margarine, Telur, Wortel
Tepung Ikan Gabus

Nilai Gizi :
Energi 191.32 Kkal
Protein 3.95 gr
Lemak 9.94 gr
Karbohidrat 22.39 gr
Besi 0.57 mg
Kalsium 17.47 mg
Fosfor 38.91 mg

Diproduksi : Jurusan Gizi Poltekkes Makassar

PENGOLAHAN *DONAT CHAPOTA* (DONAT KENTANG)

BAHAN :

250 ml susu hangat (100 gr susu bubuk dancow dilarutkan dalam 150 ml air hangat)
25 gr gula pasir
7 gr fermipan
1 butir telur
50 gr margarine
450 gr tepung terigu tinggi protein
125 gr kentang kukus
2 gr garam
50 gr tepung ikan gabus
Untuk *topping* coklat batang yang dilelehkan, muisjes atau gula halus (gula donat)

Alat :

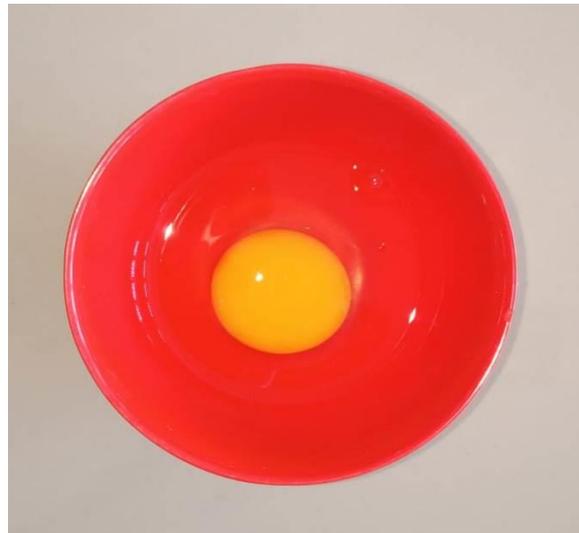
Timbangan bahan makanan 1 buah
Piring 3 buah
Mangkok 4 buah
Baskom besar 1 buah
Baskom kecil 1 buah
Pisau 1 buah
Sendok makan 2 buah
Sendok teh 1 buah
Garpu 1 buah
Panci tim 1 buah
Panci kukus 1 buah
Baki 2 buah
Plastik atau kain lap bersih 1 buah
Cetakan donat 1 buah
Kompor 1 buah

CARA MEMBUAT :

1. Campurkan setengah gelas susu hangat + gula pasir aduk hingga larut, tambahkan fermipan aduk, diamkan hingga berbuih.
2. Kocok lepas telur, sisihkan.
3. Siapkan wadah (baskom) masukkan tepung terigu, garam aduk dan tepung ikan gabus.
4. Tambahkan kentang kukus, campurkan.
5. Masukkan kocokan telur, adon sampai rata.
6. Tambahkan larutan ragi, campur. Masukkan sisa susu sedikit demi sedikit, hingga kalis. Jika adonan belum kalis tambahkan sedikit terigu, jika sedikit lengket tambahkan sedikit minyak, adon.
7. Setelah kalis, tutup adonan dengan plastik *wrap* kemudian tutup dengan serbet. Diamkan selama 30 menit hingga mengembang.
8. Adon kembali adonan, kemudian diamkan selama 10 menit.
9. Timbang adonan dengan berat 25 gram, bulatkan dan diamkan 5 menit.
10. Kemudian cetak adonan, kemudian goreng di dalam minyak panas, tiriskan
11. Hias dengan gula halus atau muisjes atau coklat leleh. Sajikan.



Susu bubuk 100 gram dilarutkan dalam 150 ml air hangat



Telur ayam 1 butir, kocok sebentar



Gula pasir 25 gram



Margarine 50 gram



Tepung terigu protein tinggi 450 gram



Tepung ikan gabus 50 gram



Kentang kukus yang dihancurkan 125 gram



Fermipan 7 gram



Minyak goreng



Gula halus atau gula donat untuk *topping*



Muisjes untuk *topping*



Coklat leleh untuk *topping*



Siapkan semua bahan

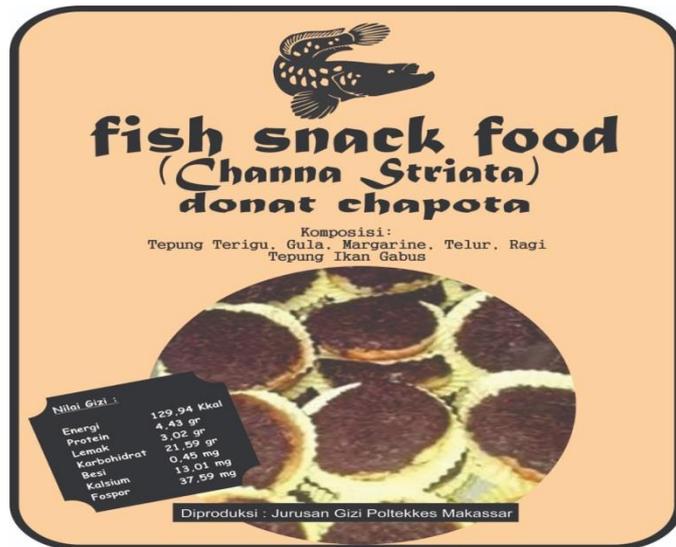


DONAT CHAPOTA

Sajikan.... Hasil : 20 biji @ 25 gr

NILAI GIZI PER BIJI :

Energi : 128.04 kkal
Protein : 4.38 gr
Lemak : 2.84 gr
Karbohidrat : 21.33 gr
Besi : 0.44 mg
Kalsium : 12.01 mg
Fosfor : 36.59 mg



PENUTUP

Pembelajaran berbasis modul dengan tema “Pemanfaatan Kukibus pada Ibu Rumah Tangga sebagai Alternatif Peningkatan Status Gizi Anak di Kelurahan Paccerakkang”, diharapkan dapat membantu peserta dalam belajar secara mandiri, dan melakukan praktik pembuatan jajanan berbasis tepung ikan gabus secara mandiri.

Kiranya modul ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan dalam mengatasi masalah-masalah gizi dan sebagai alternatif peningkatan status gizi anak. Pada kesempatan ini, penulis mohon saran dan kritik yang membangun demi sempurnanya modul ini di masa-masa yang akan datang. Semoga modul ini bermanfaat bagi peserta kegiatan pelatihan dan bagi pembaca pada umumnya.

GLOSARIUM

Kukibus	Kue-kue dari ikan gabus yakni kue-kue atau jajanan pasar yang dibuat dengan mensubstitusi tepung ikan gabus (TIG) ke dalam jajanan pasar, yaitu <i>banabus cake</i> , <i>muffin chana carrot</i> dan <i>donat chapota</i> .
Ikan Gabus	jenis ikan air tawar dengan ciri-ciri fisik memiliki bentuk tubuh hampir bulat, panjang dan semakin ke belakang berbentuk <i>compressed</i> .
Tepung Ikan Gabus	produk berkadar air rendah yang diperoleh dari penggilingan ikan gabus yang sudah dikeringkan, berbentuk butiran halus yang diperoleh dengan cara mengayak dengan ayakan 60 mesh.
<i>Banabus cake</i>	produk yang dikenal bolu pisang yaitu berupa jajanan berbahan dasar telur ayam, tepung terigu, minyak goreng, pisang ambon yang disubstitusi tepung ikan gabus dengan proses pengukusan dan diberi sebagai kudapan atau snack bagi anak.
<i>Muffin chana carrot</i>	produk yang dikenal cake wortel berupa jajanan berbahan dasar telur ayam, tepung terigu, margarine, wortel yang disubstitusi tepung ikan gabus dengan proses pemanggangan dan diberi sebagai kudapan atau snack bagi anak.
<i>Donat chapota</i>	produk yang dikenal donat kentang berupa jajanan berbahan dasar tepung terigu protein tinggi, margarine, kentang kukus lumat, telur, ragi yang disubstitusi tepung ikan gabus dicampur jadi satu dan diberi coklat lumer atau muisjes atau gula halus yang diberi sebagai kudapan atau snack bagi anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita., 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Evans, S. (2009). *Nutrition a lifespan approach*. British Library: Wiley-Blackwell.
- Hasbullah. 2001. Teknologi Tepat Guna Agroindustri. Dewan Ilmu pengetahuan Teknologi dan Industri, Sumatera Barat.
- Herman S., 2009. Review on the Problem of Zinc Deficiency, Program Prevention and its Prospect. Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Volume XIV Tahun 2009 halaman 575-583.. Suplemen II.
- Kemenkes . 2017. Buku Saku Pemantauan Status Gizi dan Indikator Kinerja Gizi Tahun 2015. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat. 1-150.
- Kemenkes. 2018. Hasil Utama Riskesdas Tahun 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Hal. 1-126
- Nadimin, Abdul Salam, Thresia Dewi KB. 2019. Efek Pemberian Makanan Jajanan Lokal Substitusi Tepung Ikan Gabus Dan Konseling Gizi Secara Virtual Terhadap Pertumbuhan Dan Status Gizi Anak Balita Stunting. Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Makassar.
- Nadimin, Nurjaya, Retno Sri Lestari. 2017. Daya Terima Terhadap Jajanan Lokal Sulawesi Selatan Substitusi Tepung Ikan Gabus. Aceh Nutritional Journal. Volume 3 (2); 2018.
- Nadimin, Nurjaya, Retno Sri Lestari. 2017. Pengembangan Jajanan Lokal yang Diperkaya Tepung Ikan Gabus (*Channa Striata*) Untuk Peningkatan Status Gizi Anak). Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Makassar.
- Nadimin. Nurjaya. Sitti Sahariah Rowa. 2016. The Effect of Local Snacks Enriched with Shell Flour on The Nutritional Status of Stunting Children. Dama International Journal of Researchrs, volume 2(7):2017;57-62.
- Qurratu Aini. 2014. Formulasi Biskuit Blondo dan Tepung Ikan Gabus (*Channa Striata*) yang Berpotensi Mengatasi Gizi Buruk pada Balita. Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia, Institusi Pertanian Bogor. 1-39.
- Rowa Sitti Saharia dan Thresia Dewi KB. 2017. Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dan Asupan Zat Gizi Makro terhadap Prestasi Belajar pada Anak Stunting di SD Inpres Tangkala II Sudiang Kecamatan Biringkanaya Kota Makassar. Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar.
- Supariasa IDN, Bakri B, Fadjar I. 2010. Penilaian Status Gizi. Jakarta: IGC.