

**UJI DAYA TERIMA DAN NILAI KANDUNGAN GIZI DENGAN  
PENAMBAHAN TEPUNG PISANG KEPOK  
DALAM PEMBUATAN MIE BASAH**

**SKRIPSI**



**OLEH :**

**RIZKI WINDA SARI**  
**NIM: 81153019**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2019**

**UJI DAYA TERIMA DAN NILAI KANDUNGAN GIZI DENGAN  
PENAMBAHAN TEPUNG PISANG KEPOK  
DALAM PEMBUATAN MIE BASAH**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM)**

**OLEH :**

**RIZKI WINDA SARI**  
**NIM: 81153019**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2019**

# ACCEPTABILITY TEST AND NUTRITIONAL VALUE BY ADDING KEPOK BANANA FLOUR TO MAKING WET NOODLES

**RIZKI WINDA SARI**

**NIM : 81153019**

## ABSTRACT

Kepok banana flour is a local plant that is easily found and has a lot of nutritional. Wet noodles are one of the foods needed to meet the nutritional needs of children. The aim of this study was to determine the effect of addition of kepok banana flour on the organoleptic nutritional value of wet noodles. This study used a simple experimental design, consisting of two treatments with the addition of kepok banana flour consisting of 20% : 80% (A1) and 30% : 70% (A2). The result showed that A1 was the sampel that most preferred by panelist with rating score of preference to aroma of 90,9% (like), colour of 72,72% (rather like), taste of 81,81% (like) and texture of 90,90% (like). While the nutritional value includes crude fibers 1,21% (A1) and 1,31% (A2), calcium 0,0027 % (A1) and 0,0029% (A2). This research concludes that the addition of kepok banana flour with variations significantky different effect on color, aroma, texture and taste.

**Keywords : wet noodles, kepok banana flour, nutritional value**

**UJI DAYA TERIMA DAN NILAI KANDUNGAN GIZI DENGAN  
PENAMBAHAN TEPUNG PISANG KEPOK DALAM PEMBUATAN MIE  
BASAH**

**RIZKI WINDA SARI**

**NIM : 81153019**

**ABSTRAK**

Tepung pisang kepok adalah tanaman lokal yang mudah ditemukan dan memiliki kandungan gizi yang banyak. Mie basah merupakan salah satu makanan yang dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh penambahan tepung pisang kepok terhadap penilaian organoleptik dan nilai gizi produk mie basah. Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimental sederhana, dengan 2 perlakuan penambahan tepung pisang kepok terdiri dari 20% : 80% (A1) dan 30% : 70% (A2). Hasil penelitian menunjukkan bahwa A1 merupakan sampel yang paling disukai panelis dengan skor penilaian kesukaan terhadap aroma 90,9% (suka), warna 72,72% (kurang suka), rasa 81,81% (suka) dan tekstur 90,90% (suka). Sedangkan nilai gizi sampel tersebut yang terdiri dari serat kasar 1,21% (A1) dan 1,31% (A2), kalsium 0,0027 % (A1) dan 0,0029% (A2). Penelitian ini menyimpulkan bahwa penambahan tepung pisang kepok dengan berbagai variasi memberi pengaruh yang berbeda nyata terhadap warna, aroma, tekstur dan rasa.

**Kata kunci : Mie Basah, Tepung Pisang Kepok, Nilai Gizi**

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Nama Mahasiswa : Rizki Winda Sari  
NIM : 81153019  
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Peminatan : Gizi Masyarakat  
Tempat/Tgl Lahir : Tonduhan/ 24 Agustus 1996  
Judul Skripsi : Uji Daya Terima dan Nilai Kandungan Gizi Dengan Penambahan Tepung Pisang Kepok dalam Pembuatan Mie Basah

### Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya asli saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar 1 di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penulisan ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa karya asli saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, 08 Agustus 2019

  
Rizki Winda Sari  
Nim. 81153019

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : UJI DAYA TERIMA DAN NILAI KANDUNGAN GIZI DENGAN  
PENAMBAHAN TEPUNG PISANG KEPOK DALAM PEMBUATAN  
MIE BASAH

Nama : Rizki Winda Sari

NIM : 811543019

Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat

Peminatan : Gizi Masyarakat

Menyetujui,  
Pembimbing Skripsi



**Eliska, SKM, M.Kes**  
**NIP: 1100000125**

Diketahui,  
Medan, 15 Oktober 2019  
Dekan FKM UIN SU



**Dr. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag**  
**NIP: 197212041998031002**

**Tanggal Lulus : 12 Agustus 2019**

**HALAMAN PENGESAHAN**


Skripsi Dengan Judul :  
**UJI DAYA TERIMA DAN NILAI KANDUNGAN GIZI DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG  
PISANG KEPOK DALAM PEMBUATAN MIE BASAH**

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh :

**RIZKI WINDA SARI**  
**NIM: 81153019**

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi  
Pada Tanggal 12 Agustus 2019 dan  
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

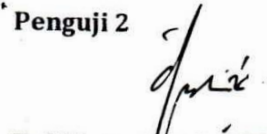
**TIM PENGUJI**  
**Ketua Penguji**

  
**Dr. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag**  
**NIP: 197212041998031002**

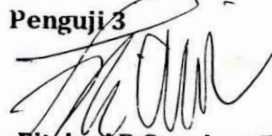
**Penguji 1**

  
**Eliska, SKM, M.Kes**  
**NIP: 1100000125**

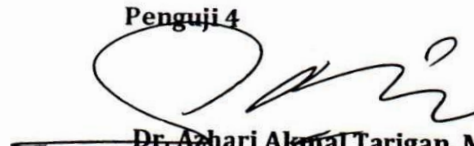
**Penguji 2**

  
**Delfriana Ayu A, SST, M.Kes**  
**NIP :1100000083**

**Penguji 3**

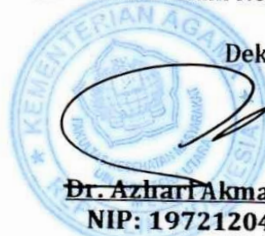

  
**Fitriani P Gurning, SKM, M.Kes**  
**NIP: 1100000110**

**Penguji 4**

  
**Dr. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag**  
**NIP: 197212041998031002**

Medan, 29 Oktober 2019  
Program Studi Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Dekan,

  
  
**Dr. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag**  
**NIP: 197212041998031002**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**  
**(*CURICULUM VITAE*)**

**Data Pribadi**

Nama : Rizki Winda Sari  
Tempat/Tgl Lahir : Tonduhan, 24 Agustus 1996  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tinggi, Berat Badan : 145 cm, 45 Kg  
Golongan Darah : A  
Agama : Islam  
Status Perkawinan : Belum Menikah  
Jumlah Bersaudara : 3 (Tiga) bersaudara  
Alamat : Dusun II, AFD III Tonduhan, Kec. Hatonduhan  
Kab. Simalungun  
No Hp : 082219965855  
Email : rizkiwindasari21@gmailcom

**Data Orang Tua**

Nama Ayah : Muhammad Yasir  
Pekerjaan : Karyawan  
Nama Ibu : Rusmiati  
Alamat : Dusun II, AFD III Tonduhan, Kec. Hatonduhan  
Kab. Simalungun

**Data Pendidikan**

1. SD : SDN 091515 Buntu Turunan
2. SMP : MTsN Tanah Jawa
3. SMA : SMAS Perguruan Keluarga, Pematangsiantar



## KATA PENGANTAR

**Assalamualaikum wr. wb**

Puji syukur Alhamdulillah kepada Allah Subhanahu Wata'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul **'Uji Daya Terima dan Nilai Kandungan Gizi dengan Penambahan Tepung Pisang Kepok pada Pembuatan Mie Basah'**

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari kekurangan, serta peran dan bantuan yang telah diberikan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis telah banyak mendapatkan dukungan, bimbingan dan bantuan, untuk itu perkenankanlah penulis sampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
2. Ibu Nefi Damayanti, M.Psi selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
3. Ibu Dr. Nurhayati, M.Ag selaku Dekan Bidang Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
4. Bapak Dr. Watni Marpaung, M.Ag selaku Wakil Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
5. Ibu Fauziah Nasution, M.Psi selaku Wakil Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
6. Ibu Eliska SKM, M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan waktu, arahan atau bimbingan, saran, dan motivasi dalam menyelesaikan proposal skripsi ini
7. Kepada Seluruh Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
8. Bapak Drs. Kosren Khozali Spd, M.A selaku kepala sekolah MTs Al-Umm Danau Siombak.
9. Kedua Orang Tua saya, Ayahanda tercinta Muhammad Yasir dan Ibunda Rusmiati yang selalu memberikan dukungan, doa, perhatian, nasihat, kasih sayang dan terutama suntikan dananya.

10. Kepada sahabat-sahabat saya Sila Rahayu, Erlisna Harahap, Syapna Syapitri, Tita Amallyah dan Rizka Cahya Ningrum dan sahabat-sahabat saya yang lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah menemani dan memotivasi saya dalam suka maupun duka.
11. Kepada teman-teman peminatan Gizi dan seluruh teman-teman FKM seangkatan 2015 yang senantiasa bersama-sama menemanin dari awal perkuliaan dan akhir perkuliaan.
12. Kepada Sahabat KKN Desa Kuta Gajah terkhusus Siska Nida'ul Hasanah dan Miss Sureeta Paeing atas dukungannya dalam memotivasi pembuatan skripsi ini.
13. Kepada semua pihak yang telah membantu dalam penulisan proposal ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu kesehatan khususnya pada bidang gizi dan masyarakat pada umumnya.

Wassalmualaikum wr.wb

**Medan, Agustus 2019**

**Penulis,**

**Rizki Winda Sari**

**NIM. 81153019**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
Cover .....	i
Abstrak .....	ii
Lembar Pernyataan Keaslian .....	iv
Lembar Persetujuan.....	v
Halaman Pengesahan .....	vi
Daftar Riwayat Hidup.....	vii
Kata Pengantar .....	viii
Daftar Isi .....	x
Daftar Tabel .....	xii
Daftar Gambar .....	xiii
Daftar Lampiran .....	xiv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar belakang .....	1
1.2 Rumusan masalah.....	7
1.3 Tujuan penelitian .....	7
1.4 Manfaat Hasil penelitian .....	8
<b>BAB 2 PEMBAHASAN</b>	
2.1 Pisang .....	9
2.2 kandungan gizi.....	11
2.3 Jenis-jenis pisang .....	13
2.4 Kandungan gizi tepung pisang .....	17
2.4.1 Manfaat Pengolahan tepung pisang .....	18
2.4.2 Komposisi kimia tepung pisang.....	19
2.4.3 Pembuatan tepung pisang .....	19
2.5. Mie basah.....	20
2.5.1 Klasifikasi mie .....	21
2.5.2 Bahan-bahan pembuat mie basah .....	22
2.5.3 Cara pembuatan mie basah .....	24
2.6 Anak sekolah .....	24
2.6.1 Konsep gizi dan kebutuhan gizi anak sekolah .....	25
2.6.2 Pola jajan anak sekolah .....	26
2.6.3 Daya terima makanan .....	26
2.7 Uji organoleptik .....	27
2.8 Konsep makanan bergizi menurut quran dan Hadist .....	29
2.9 Kerangka konsep .....	32
2.10 Hipotesis Penelitian .....	32
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Jenis dan desain penelitian .....	33
3.2 Tempat dan waktu penelitian .....	33
3.2.1 Tempat penelitian .....	33
3.2.2 waktu penelitian .....	33
3.3 objek penelitian .....	33
3.4 Definisi Operasional.....	34
3.5 Alat dan bahan penelitian .....	34
3.6 Prosedur pembuatan tepung pisang .....	35
3.7 Prosedur pembuatan mie basah dengan tepung pisang kepok .....	37

3.8 Uji daya terima .....	39
3.9 Teknik pengolahan data .....	42
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Karakteristik tepung pisang kepok yang dihasilkan .....	45
4.2 Karakteristik mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok .....	45
4.3 Deskriptif panelis dengan kondisi variasi penambahan tepung .....	47
4.4 Analisis organoleptik aroma mie basah tepung pisang kepok .....	47
4.5 Analisis organoleptik warna mie basah tepung pisang kepok .....	48
4.6 Analisis organoleptik rasa mie basah tepung pisang kepok .....	49
4.7 Analisis organoleptik tekstur mie basah tepung pisang kepok .....	50
4.8 Hasil Uji Lab Nilai gizi mie basah tepung pisang kepok .....	52
4.9 Karakteristik tepung pisang kepok yang dihasilkan .....	52
4.10 Karakteristik mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok .....	52
4.11 Daya terima anak SMP terhadap aroma mie basah .....	53
4.12 Daya terima anak SMP terhadap warna mie basah .....	54
4.13 Daya terima anak SMP terhadap rasa mie basah .....	56
4.14 Daya terima anak SMP terhadap tekstur mie basah .....	57
4.15 Analisis kandungan gizi kalsium dan serat mie basah .....	58
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	60
5.2 Saran .....	60
Daftar Pustaka .....	62
Lampiran .....	64



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kandungan zat gizi pisang per 100 gr .....	12
Tabel 2.2 Karakteristik pisang kepok .....	15
Tabel 2.3 Komposisi kimia tepung pisang .....	19
Tabel 3.1 Penerimaan konsumen .....	40
Tabel 3.2 Interval persentase dan kriteria kesukaan .....	44
Tabel 4.1 Perbandingan karakteristik tepung terigu dan tepung pisang kepok ....	45
Tabel 4.2 Karakteristik mie basah dengan beberapa variasi tepung pisang .....	46
Tabel 4.3 Hasil analisis organoleptik aroma mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok .....	47
Tabel 4.4 Hasil organoleptik warna mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok .....	48
Tabel 4.5 Hasil organoleptik rasa mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok ..	49
Tabel 4.6 Hasil organoleptik tekstur mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok .....	50
Tabel 4.7 Hasil uji laboratorium nilai gizi mie basah tepung pisang kepok .....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pisang Kepok .....	9
Gambar 2.2 Kerangka Konsep .....	32
Gambar 3.1 Diagram alur pengolahan tepung pisang kepok .....	36
Gambar 3.2 Diagram alur pembuatan mie tepung pisang kepok .....	38
Gambar 4.1 Perbedaan tepung pisang kepok dan tepung terigu .....	45
Gambar 4.2 Perbedaan mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok 20% dan 30% .....	46



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Formulir Uji Daya Terima .....	62
Lampiran 2 Rekapitulasi Data Skor Hasil Penilaian Organoleptik Panelis Terhadap Aroma Mie Basah .....	65
Lampiran 3 Rekapitulasi Data Skor Hasil Penilaian Organoleptik Panelis Terhadap Warna Mie Basah .....	66
Lampiran 4 Rekapitulasi Data Skor Hasil Penilaian Organoleptik Panelis Terhadap Rasa Mie Basah .....	67
Lampiran 5 Rekapitulasi Data Skor Hasil Penilaian Organoleptik Panelis Terhadap Tekstur Mie Basah .....	68
Lampiran 6 Proses Pembuatan Pisang Kepok Menjadi Tepung Terigu .....	69
Lampiran 7 Proses Uji Daya Terima Mie Basah Tepung Pisang Kepok .....	71
Lampiran 8 Hasil Uji Laboratorium .....	74