



**ANALISIS KANDUNGAN SERAT *NUGGET* DAN KERUPUK  
DENGAN BAHAN DASAR BONGGOL PISANG KEPOK  
(*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*)**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Gizi (S.Gz)

Oleh :

**RIFATUL RIDLO**

**NIM.060116A034**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
2020**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**ANALISIS KANDUNGAN SERAT *NUGGET* DAN KERUPUK  
DENGAN BAHAN DASAR BONGGOLPISANG KEPOK  
(*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*)**

Disusun oleh:

RIFATUL RIDLO

NIM. 060116A034

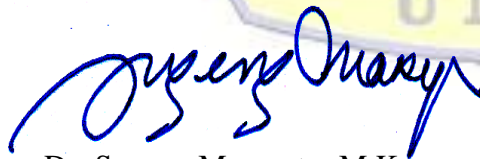
PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah  
diperkenankan untuk diseminarkan.

Ungaran, 22 September 2020

**Ketua/Pembimbing Utama**

**Pembimbing Pendamping**



Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes.  
NIDN 0025116210



Riva Mustika Anugrah S.Gz., M.Gizi.  
NIDN 0627038602

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

### **ANALISIS KANDUNGAN SERAT *NUGGET* DAN KERUPUK DENGAN BAHAN DASAR BONGGOL PISANG KEPOK (*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*)**

disusun oleh:

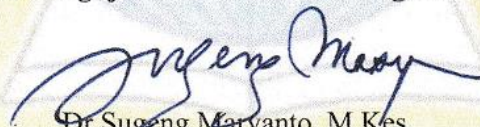
RIFATUL RIDLO  
NIM. 060116A034

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Senin

Tanggal : 28 September 2020

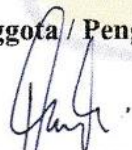
**Tim Penguji: Ketua / Pembimbing Utama**



Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes  
NIDN. 0025116210

**Anggota / Penguji**

**Anggota / Pembimbing Pendamping**



Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi  
NIDN. 0603058501



Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi  
NIDN 0627038602

**Ketua Program Studi Gizi**



Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi  
NIDN. 0603058501

## PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Rifatul Ridlo

Nim : 060116A034

Mahasiswa : Program Studi Gizi Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul “Analisis Kandungan Serat *Nugget* dan Kerupuk Dengan Bahan Dasar Bonggol Pisang Kepok (*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*)” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah dan sebagai acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, September 2020

Yang membuat pernyataan,

  
  
Rifatul Ridlo

## HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rifatul Ridlo

NIM : 060116A034

Mahasiswi : Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas  
Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/ formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “**Analisis Kandungan Serat *Nugget* dan Kerupuk Dengan Bahan Dasar Bonggol Pisang Kepok (*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*)**” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, September 2020

Yang membuat pernyataan



Rifatul Ridlo

## **RIWAYAT HIDUP PENELITI**

Nama : Rifatul Ridlo  
Tempat, tanggal lahir : Kabupaten Semarang, 04 Desember 1994  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Warga Negara : Indonesia  
Alamat : Dusun Pledokan RT 1/RW 1, Desa Pledokan, Kec Sumowono, Kab Semarang, Jawa Tengah  
Email : ridlorifatul94@gmail.com  
No. HP : 081392419099

### Riwayat Pendidikan :

1. TK RA Perwanida II : Tahun 2000-2001
2. SD Negeri Pledokan : Tahun 2001-2006
3. SMP Negeri 1 Sumowono : Tahun 2006-2009
4. SMA Negeri 1 Ambarawa : Tahun 2009-2012
5. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2016-2020

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Analisis Kandungan Serat *Nugget* dan Kerupuk dengan Bahan Dasar Bonggol Pisang Kepok (*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*)”. Selain itu penulis juga tidak memungkiri adanya campur tangan dari beberapa pihak yang ikut serta dalam membantu memberikan saran dan membimbing sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Ibu Heni Setyowati, S.SiT, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Ibu Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Bapak Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes. selaku dosen pembimbing utama yang senantiasa memberikan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing kedua yang senantiasa memberikan arahan, kritik dan saran dalam penyusunan proposal ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang membantu kelancaran penyusunan proposal skripsi ini.

7. Orang tua saya tercinta (Bapak Maskur Baehaki dan Ibu Titik Raharti), Bambang Asmoro Santo serta adik tersayang (Anisaul Isalmiah), dan seluruh keluarga besar yang telah memberikan semangat, dukungan dan doa selama ini.
8. Teman-teman Program Studi Gizi angkatan 2016 yang senantiasa memberikan dukungan.
9. Kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang sudah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini mungkin masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna kesempurnaan penelitian ini di kemudian hari. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Ungaran, September 2020

Penulis



Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan  
Skripsi, September 2020  
Rifatul Ridlo  
060116A034

**ANALISIS KANDUNGAN SERAT *NUGGET* DAN KERUPUK DENGAN BAHAN DASAR BONGGOL PISANG KEPOK (*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*)**

(54 halaman + 10 tabel + 6 gambar + 7 lampiran)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** *Nugget* dan kerupuk merupakan makanan siap saji yang banyak dikonsumsi dan digemari masyarakat yang biasanya dijadikan sebagai lauk atau cemilan. Bonggol pisang merupakan komoditas pangan lokal tinggi serat yang dapat diolah sebagai bahan pembuat *nugget* dan kerupuk..

**Tujuan:** Untuk mengetahui kandungan serat *nugget* dan kerupuk dengan bahan dasar bonggol pisang kepok (*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*).

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *experimental design*. Formulasi *nugget* terdiri dari 3 yaitu, perbandingan bonggol pisang : tepung terigu (25% : 75%) (F1), (50% : 50%) (F2), dan (75% : 25%) (F3). Formulasi kerupuk terdiri dari 3 yaitu, perbandingan bonggol pisang : tepung tapioka (25% : 75%) (F1), (50% : 50%) (F2), dan (75% : 25%) (F3). Uji kandungan serat dengan metode gravimetri yang kemudian dideskripsikan.

**Hasil:** Hasil penelitian ini dianalisis nilai serat *nugget* dan kerupuk bonggol pisang kepok setiap (100g). Kandungan serat *nugget* tertinggi adalah F3: 0,514g, F2 : 0,322g dan F1: 0,186g. Kandungan serat kerupuk bonggol pisang kepok yang tertinggi adalah F3 : 0,861g, F2 : 0,747g dan F1 : 0,727g.

**Simpulan:** Nilai serat pada kerupuk bonggol pisang kepok lebih tinggi dari *nugget* bonggol pisang kepok.

**Kata Kunci:** *Nugget*, Kerupuk, Bonggol Pisang Kepok, Serat.

**Kepustakaan:** 49 pustaka (1992-2020).

Ngudi Waluyo University  
Nutrition Study Program, Faculty of Health Sciences  
Thesis, September 2020  
Rifatul Ridlo  
060116A034

**ANALYSIS OF FIBER CONTENT OF NUGGETS AND CRACKERS,  
WITH THE BASIC INGREDIENT OF KEPOK BANANA TUBERS (*Musa  
paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*)**

(54 pages + 10 tables + 6 pictures + 7 attachments)

**ABSTRACT**

**Background:** Nugget and crackers are fast foods that are widely consumed and favored by the public, usually used as dishes or snacks. Banana tubers is a local food commodities which contains of high fiber can be processed as an ingredients nuggets and crackers.

**Purpose:** To determine the fiber content of nuggets and crackers with the basic ingredients of kepok banana tubers (*Musa paradisiaca* Var. *Balbisina Colla*).

**Methods:** This study was experimental design. The nugget formulation consisted of 3 comparisons, the ratio of banana tuber: wheat flour (25%: 75%) (F1), (50%: 50%) (F2), and (75%: 25%) (F3). The cracker formulation consists of 3 comparisons, the ratios of banana tuber: tapioca flour (25%: 75%) (F1), (50%: 50%) (F2), and (75%: 25%) (F3). Test the fiber content by the gravimetry method which is then described.

**Results:** The results in this study was analyzed of the fiber value of nuggets and crackers kepok banana tuber every (100g). The highest fiber content of nuggets was F3: 0.514g, F2: 0.322g and F1: 0.186g. The highest fiber content of kepok banana tuber crackers is F3: 0.861g, F2: 0.747g and F1: 0.727g.

**Conclusion:** The fiber value of the Kepok banana tuber crackers is higher than the kepok banana tuber nugget.

**Keywords:** Nugget, Crackers, Kepok Banana Tubers, Fiber.

**Bibliography:** 49 references (1992-2020).