



**TINGKAT KESUKAANDAN KANDUNGAN GIZI NUGGET
IKAN LELE (*Clarias gariepinus*) DENGAN PENAMBAHAN
TEPUNG KACANG HIJAU (*Vigna radiata L.*)**

SKRIPSI

Oleh :

NAFI'ATUS SHOLIHAH

NIM. 060118A046

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2022



**TINGKAT KESUKAANDAN KANDUNGAN GIZI NUGGET
IKAN LELE (*Clarias gariepinus*) DENGAN PENAMBAHAN
TEPUNG KACANG HIJAU (*Vigna radiata L.*)**

SKRIPSI

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

Oleh

NAFI'ATUS SHOLIAH

NIM. 060118A046

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2022**

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo
Skripsi Agustus 2021
Nafi'atus Sholihah
060118A046

**TINGKAT KESUKAAN DAN KANDUNGAN GIZI NUGGET IKAN LELE
(*Clarias gariepinus*) DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG KACANG
HIJAU (*Vigna radiata L.*)**

ABSTRAK

Latar Belakang : Nugget terbuat dari daging giling dapat dijadikan produk setengah matang dan merupakan snack. Modifikasi olahan nugget yaitu ikan lele dengan penambahan tepung kacang hijau, bertujuan untuk meningkatkan kandungan protein.

Tujuan : Mendiskripsikan tingkat kesukaan dan kandungan gizi nugget ikan lele (*Clarias gariepinus*) dengan penambahan tepung kacang hijau (*Vigna radiata L.*)

Metode : Penelitian *Research & Development* menggunakan 3 formulasi yaitu dengan perbandingan ikan lele : tepung kacang hijau : roti tawar. F1 = 50% :30% :20%, F2 = 60% :20% :10%, F3 = 70% : 10% :20% dari berat bahan nugget 100 gram.

Hasil : Formulasi nugget dengan tingkat kesukaan tinggi yaitu F2 menggunakan perbandingan ikan lele 60%, tepung kacang hijau 20%, roti tawar 20% dari berat bahan nugget 100 gram. Kandungan gizi nugget per 100 gram yaitu karbohidrat 69,54 gr, protein 19,39 gram, lemak 3,94 gram, air 18,08 gram dan abu 0,70 gram.

Simpulan : Formulasi nugget terbaik yaitu F2 dengan komposisi ikan lele 60gram, tepung kacang hijau 20gram, roti tawar 20 gram. Kandungan gizi nugget dapat mencukupi kebutuhan anak balita 1-5 tahun dan anak usia sekolah berdasarkan AKG 2019.

Kata Kunci : Tingkat Kesukaan, Kandungan Gizi, Nugget, Ikan Lele, Tepung Kacang Hijau.

Kepustakaan : 48 pustaka

Ngudi Waluyo University
Study Program Of Nutrition S1
Faculty Of Health
Final Project August 2021
Nafi'atus Sholihah
060118A046

LEVEL OF PREFERENCE AND NUTRITIONAL CONTENT OF CATFISH NUGGET (*Clarias gariepinus*) WITH ADDITIONAL GREEN BEAN FLOUR (*Vigna radiata L.*)

ABSTRACT

Background : Nugget made from ground beef can be used as a semi-cooked product and is a snack. Modification of processed nuggets, namely catfish with the addition of mung bean flour, aims to increase the protein content .

Purpose : Describe the level of preference and nutritional content of catfish nuggets (*Clarias gariepinus*) with the addition of mung bean flour (*Vigna radiata L.*)

Methods : *Research & Development* using 3 formulations, namely the ratio of catfish : mung bean flour: white bread, F1 = 50% :30% :20%, F2 = 60% :20% :10%, F3 = 70%: 10% :20% from the weight of material nugget 100 grams.

Result : The nugget formulation with a high level of preference, namely F2, used a ratio of 60% catfish, 20% green bean flour, 20% white bread from the weight of 100 gram nuggets. The nutritional content of nuggets per 100 grams is 69.54 grams of carbohydrates, 19.39 grams of protein, 3.94 grams of fat, 18.08 grams of water and 0.70 grams of ash.

Conclusion : A good nugget formulation F2 with a composition of 60 grams catfish, 20 grams of green bean flour, 20 grams of white bread. The nutritional content of nuggets can meet the needs of children under five years old and school-age children based on the AKG 2019

Keywords : Level Of Preference, Nutrition Content, Nugget, Catfish, Green bean Flour.

Reference : 48 libraries

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**TINGKAT KESUKAAN DAN KANDUNGAN GIZI NUGGET
IKAN LELE (*Clarias gariepinus*) DENGAN PENAMBAHAN
TEPUNG KACANG HIJAU (*Vigna radiata L.*)**

Oleh :

NAFI'ATUS SHOLIAH

NIM. 060118A046

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 05 Agustus 2022

Pembimbing



Galesh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0618098601

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

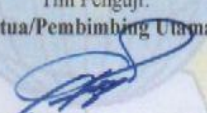
Skripsi berjudul:
**TINGKAT KESUKAAN DAN KANDUNGAN GIZI NUGGET
IKAN LELE (*Clarias gariepinus*) DENGAN PENAMBAHAN
TEPUNG KACANG HIJAU (*Vigna radiata L.*)**

Oleh:
NAFFATUS SHOLIAH
NIM. 060118A046

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

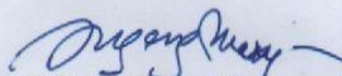
Hari : Senin
Tanggal : 15 Agustus 2022

Tim Penguji:
Ketua/Pembimbing Utama


Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0618098601

Anggota/Penguji I

Anggota/Penguji II

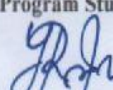

Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes
NIDN. 00251162210


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

Mengetahui,


Dekan Fakultas Kesehatan

Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501

Ketua Program Studi S1 Gizi

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

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nafi'atus Sholihah
NIM : 060118A046
Program Studi/Fakultas : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul "**Tingkat Kesukaan dan Kandungan Gizi Nugget Ikan Lele (*Clarias gariepinus*) Dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (*Vigna radiata L.*)**" adalah karya ilmiah asli dan belum 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 menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran 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, Agustus 2022

Pembimbing

Yang membuat pernyataan

Gales Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0618098601



Nafi'atus Sholihah
060118A046

KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nafi'atus Sholihah

NIM : 060118A046

Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan member kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya berjudul "**Tingkat Kesukaan dan Kandungan Gizi Nugget Ikan Lele (*Clarias gariepinus*) Dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (*Vigna radiata L.*)**" untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Agustus 2022

Yang membuat pernyataan



Nafi'atus Sholihah

060118A046

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Nafi'atus Sholihah
Tempat, Tanggal Lahir : Blora, 30 Januari 1999
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Warga Negara : Indonesia
Alamat : Dk. Candi, Desa Candi RT 01/RW 02, Kecamatan
Todanan, Kabupaten Blora
Email : nafiatussholihah550@gmail.com
No. Hp : 0852-9331-6233

Riwayat Pendidikan :

1. MI Miftahul Huda Candi :2004-2010
2. MTs Miftahul Huda Todanan :2010-2013
3. SMK Khozinatul Ulum : 2013-2016
4. Universitas Ngudi Waluyo :2018-2022

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb. Puji syukur kehadiran Allah SWT yang mana telah memberikan nikmat iman, islam dan kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Tingkat Kesukaan dan Kandungan Gizi Nugget Ikan Lele (*Clarias gariepinus*) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (*Vigna radiata L.*)”** sebagai salah satu sarana mendapatkan gelar sarjana Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan apabila tidak adanya dukungan, nasehat, bantuan, bimbingan dari berbagai pihak selama penyusunan. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Eko Susilo, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ibu Riva Mustika Anugrah, S.Gz.,M.Gizi. selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ibu Puji Afiatna, S.Gz.,M.Gizi selaku Pembimbing Akademik.
5. Bapak Galeh Septiar Pontang, S.Gz.,M.Gizi. selaku dosen pembimbing yang telah membimbing penulis sampai selesai, dengan kritikan, saran dan dukungan selama proses penyusunan Skripsi.
6. Kedua orang tua (Bapak Munaji dan Ibu Parsi) dan Kedua kakak (Mas Abu dan Mas Fuad) yang sangat berkontribusi telah menguatkan, memberikan

dukungan motivasi, do'a dan semangat hingga terselesainya penyusunan Skripsi ini.

7. Teman-teman seperjuangan Angkatan 2018 yang saya sayangi, saling menguatkan dan saling mendukung.
8. Pihak yang membantu tidak dapat saya sebutkan satu-persatu dalam penyelesaian Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna karena keterbatasan wawasan, pengetahuan, dan pengalaman. Diharapkan skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Ungaran, Agustus 2022

Penulis

DAFTAR ISI

COVER LUAR.....	i
COVER DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
KESEDIAAN PUBLIKASI	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB IPENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB IITINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori	7
1. Nugget	7
2. Ikan Lele	14
3. Kacang Hijau	20
4. Roti Tawar	24
5. Uji Tingkat Kesukaan.....	24
B. Kerangka Teori.....	31
C. Kerangka Konsep.....	32

BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	33
A. Desain Penelitian	33
B. Lokasi Penelitian.....	34
C. Subjek Penelitian	35
D. Definisi Operasional	35
E. Alat dan Bahan	37
F. Prosedur kerja	37
G. Teknik Pengumpulan Data	46
H. Pengolahan Data	47
I. Analisis Data.....	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	49
A. Gambaran Umum Formulasi Olahan Nugget Ikan Lele dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau	49
B. Hasil Analisis Uji Tingkat Kesukaan Formulasi Olahan Nugget Ikan Lele dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau	49
C. Nilai Zat Gizi Nugget Ikan Lele dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau	58
D. Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB V PENUTUP	64
A. Simpulan.....	64
B. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kandungan Komposisi Ikan Lele Segar per 100 gram	20
Tabel 2.2	Kandungan Gizi Kacang Hijau per 100 gram	21
Tabel 2.3	Syarat dan Mutu Tepung Kacang Hijau	23
Tabel 2.4	Kandungan Gizi per 100 gram Roti Tawar	24
Tabel 2.5	Syarat dan Mutu Roti Tawar	24
Tabel 2.6	Contoh Formulir Uji Hedonik	25
Tabel 3.1	Definisi Operasional	35
Tabel 3.2	Alat dan Bahan	37
Tabel 3.3	Takaran Formulasi	38
Tabel 4.1	Hasil Uji Tingkat Kesukaan Formula F1 Nugget Ikan Lele Dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau.....	50
Tabel 4.2	Hasil Uji Tingkat Kesukaan Formula F2 Nugget Ikan Lele Dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau.....	52
Tabel 4.3	Hasil Uji Tingkat Kesukaan Formula F3 Nugget Ikan Lele Dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau.....	54
Tabel 4.4	Hasil Uji Perbedaan Tingkat Kesukaan Formulasi Nugget Ikan Lele dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau.....	56
Tabel 4.5	Kandungan Zat Gizi Nugget Terpilih (F2) per 100 gram	58
Tabel 4.6	Kandungan Zat Gizi Nugget Ikan Lele dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau Per Takaran Saji 50 – 70 gram	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Nugget	7
Gambar 2.2	Ikan Lele	14
Gambar 2.3	Tepung Kacang Hijau.....	21
Gambar 2.4	Kerangka Teori	31
Gambar 2.5	Kerangka Konsep.....	32
Gambar 3.1	Alur memperoleh daging ikan lele.....	38
Gambar 3.2	Alur Pembuatan Tepung Kacang Hijau.....	39
Gambar 3.3	Alur Pembuatan Nugget (Yuliana,2013).....	40
Gambar 3.3	Alur Uji Tingkat Kesukaan.....	41
Gambar 3.5	Analisis Nilai Kadar Karbohidrat	42
Gambar 3.6	Analisis Nilai Kadar Protein	43
Gambar 3.7	Uji Analisis Nilai Kadar Lemak	44
Gambar 3.8	Alur Penelitian	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Jadwal Penelitian.....	71
Lampiran 2.	Surat Perizinan Pencarian Data Penelitian	72
Lampiran 3.	Anggaran Biaya Penelitian	73
Lampiran 4.	Alur Pembuatan Tepung Kacang Hijau.....	74
Lampiran 5.	Formulir Peretujuan Panelis	75
Lampiran 6.	Formulir Uji Tingkat Kesukaan	76
Lampiran 7.	Daftar Hadir	77
Lampiran 8.	Hasil Penelitian	78
Lampiran 9.	Analisis Zat Gizi	79
Lampiran 10.	Dokumentasi	80

