

**KEAMANAN PANGAN DAN NILAI GIZI NASI JINGGO  
DI WILAYAH PARIWISATA SANUR KOTA DENPASAR**



Oleh :

**IGUSTI AYU AGUNG RATHMARYANTI**

**NIM. P07131215066**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV  
DENPASAR  
2019**

**KEAMANAN PANGAN DAN NILAI GIZI NASI JINGGO  
DI WILAYAH PARIWISATA SANUR KOTA DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

**Oleh :**

**IGUSTI AYU AGUNG RATHMARYANTI  
NIM. P07131215066**

**KEMENTERIAN KESEHATAN R I  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV  
DENPASAR  
2019**

## LEMBAR PERSETUJUAN

### KEAMANAN PANGAN DAN NILAI GIZI NASI JINGGO DI WILAYAH PARIWISATA SANUR KOTA DENPASAR

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



Ni Putu Agustini, SKM., M.Si.  
NIP. 196509071989032002

Pembimbing Pendamping,



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.  
NIP. 196703161990032002

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

{ Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar }



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes  
NIP. 196703161990032002

**PENELITIAN DENGAN JUDUL :**

**KEAMANAN PANGAN DAN NILAI GIZI NASI JINGGO  
DI WILAYAH PARIWISATA SANUR KOTA DENPASAR**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : KAMIS**

**TANGGAL : 9 MEI 2019**

**TIM PENGUJI :**

1. I Gusti Putu Sudita Puryana, STP., MP. (Ketua)
2. Ni Putu Agustini, SKM., M.Si. (Anggota I)
3. Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes. (Anggota II)



**Mengetahui**  
**Ketua Jurusan Gizi**  
**Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**



**Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes**  
**NIP. 196703161990032002**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Gusti Ayu Agung Rathmaryanti

NIM : P07131215066

Program Studi : D IV

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2018 / 2019

Alamat : Br. Dinas Sangkan Aji, Desa Kertha Buana, Kecamatan  
Sidemen Karangasem

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Keamanan Pangan dan Nilai Gizi Nasi Jinggo di Wilayah Pariwisata Sanur Kota Denpasar adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat karya orang lain**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2019  
Yang membuat pernyataan



I Gusti Ayu Agung Rathmaryanti  
NIM.P07131215066

# KEAMANAN PANGAN DAN NILAI GIZI NASI JINGGO DI WILAYAH PARIWISATA SANUR KOTA DENPASAR

## ABSTRAK

Nasi jinggo merupakan salah satu makanan tradisional yang pengolahannya belum memiliki standar khusus. Pengolahan dan penanganan sanitasi yang kurang baik dapat meningkatkan terjadinya kontaminasi. Selain itu, nasi jinggo sebagai makanan utama harus mengandung nilai gizi yang lengkap dan memberikan sumbangan nilai kalori yang cukup. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keamanan pangan dan nilai gizi nasi jinggo di wilayah Pariwisata Sanur Kota Denpasar, dengan jenis penelitian deskriptif dan rancangan *cross sectional*. Sampel berjumlah 10 nasi jinggo yang dijual oleh pedagang di Wilayah Sanur. Data didapat dengan wawancara, observasi, serta uji laboratorium. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 30% sampel memenuhi persyaratan Angka Lempeng Total. Seluruh sampel tidak memenuhi persyaratan *Colifom*, tetapi tidak tercemar bakteri patogen seperti *E.coli*, *Salmonella sp*, *Shigela sp*, dan *Vib cholera*. Hasil perhitungan nilai gizi dan persentase sumbangan kalori nasi jinggo berdasarkan kecukupan orang dewasa menurut AKG yaitu rata-rata energi nasi jinggo perbungkus 301,43 kkal (14,02%), protein 9,37 gram (16,43%), lemak 10,06 gram (16,86%) dan karbohidrat 42,54 gram (13,76%). Jika dibandingkan dengan standar persentase sumbangan nilai gizi untuk makanan utama, satu bungkus nasi jinggo belum memenuhi standar sebagai makanan utama. Diharapkan agar Dinas dan institusi terkait memberikan penyuluhan tentang higiene sanitasi, sehingga pedagang nasi jinggo dapat melakukan perilaku hidup bersih dan sehat untuk mengurangi terjadinya kontaminasi.

Kata kunci : Nasi jinggo, Keamanan pangan, Nilai gizi

# FOOD SAFETY AND NUTRITIONAL VALUE OF JINGGO RICE IN THE SANUR TOURISM AREA, DENPASAR CITY

## ABSTRACT

Jinggo rice is one of the traditional foods whose processing does't yet have special standards. Bad sanitation processing can increase the occurrence of contamination. Beside that, Jinggo rice as the main food must contain complete nutritional value and contribute to sufficient caloric value. The purpose of this studies to know food safety and nutritional value of Jinggo rice in the Sanur Denpasar City, with descriptive research type and cross sectional design. The sample were 10 nasi jinggo that sold by traders in the Sanur. Data obtained by interviews, observations, and laboratory tests. The results of research that 30% of the samples meets the requirements of the Total Plate Numbers. All samples did'nt meet Colifom's requirements, but not contaminated with pathogenic bacteria as *E.coli*, *Salmonella sp*, *Shigela sp*, and *Vib cholera*. Results of calculation nutritional value and percentage of Jinggo rice calorie donations based on the adequacy of adults according to the RDA are the average energy of jinggo rice 301.43 kcal (14.02%), protein 9.37 grams (16.43%), fat 10,06 grams (16.86%) and carbohydrates 42.54 grams (13.76%). If compared with the standard percentage of nutritional value for main food, one of Jinggo rice does'nt meet the calorie standard. It is hoped that the relevant offices and institutions will provide counseling that sanitation, so that the traders can conduct clean and healthy lifestyle to reduce the occurrence of contamination.

*Key words : Jinggo rice, Food safety, Nutritional value*

## **RINGKASAN PENELITIAN**

### **KEAMANAN PANGAN DAN NILAI GIZI NASI JINGGO DI WILAYAH PARIWISATA SANUR KOTA DENPASAR**

Oleh : I Gusti Ayu Agung Rathmaryanti (NIM. P07131215066)

Makanan tradisional merupakan segala jenis makanan olahan asli daerah, yang merupakan khas daerah setempat, mulai dari makanan lengkap, selingan dan minuman yang memiliki kandungan gizi yang cukup serta bisa dikonsumsi oleh masyarakat daerah tersebut. Salah satu contoh makanan tradisional Bali yang terkenal dan banyak dikonsumsi yaitu nasi jinggo .

Nasi jinggo merupakan makanan tradisional yang dibungkus dengan kemasan tertentu. Dalam proses pengolahannya nasi jinggo masih bersifat tradisional dan belum memiliki standar khusus. Pengolahan dan penanganan sanitasi yang kurang baik dapat menyebabkan terjadinya hal-hal yang merugikan manusia, seperti keracunan maupun penyakit akibat kontaminasi mikroba. Selain dilihat dari kontaminasi cemaran mikroba, ketidakamanan suatu pangan mentah maupun olahan juga dapat dinilai dari segi gizi. Nasi jinggo sebagai makanan utama harus mengandung nilai gizi yang lengkap dan cukup sehingga mampu berkontribusi pada asupan makan seseorang.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui keamanan pangan dan nilai gizi nasi jinggo di wilayah Pariwisata Sanur, Kota Denpasar. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif dengan rancangan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini yaitu seluruh nasi jinggo yang dijual oleh pedagang nasi jinggo di Wilayah Sanur Kota Denpasar, yaitu sebanyak 10 sampel. Data dikumpulkan dengan melakukan wawancara, observasi, serta uji laboratorium.



Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 10 sampel yang diuji sebanyak 3 sampel (30%) memenuhi persyaratan Angka Lempeng Total (ALT). Seluruh sampel nasi jinggo tidak memenuhi persyaratan *Coliform* total dimana cemaran bakteri *Coliform* pada sampel >3MPN. Namun, seluruh sampel (100%) tidak tercemar bakteri *E.coli* serta bakteri patogen lainnya seperti *Salmonella sp*, *Shigela sp*, dan *Vib Cholera*. Berdasarkan hasil perhitungan nilai gizi rata-rata total energi nasi jinggo yaitu 301,43 kkal, protein yaitu 9,37 gram, lemak yaitu 10,06 gram dan karbohidrat yaitu 42,54 gram. Satu bungkus nasi jinggo mampu berkontribusi menyumbangkan energi sebesar 14,02%, protein sebesar 16,43%, lemak sebesar 16,86% serta karbohidrat sebesar 13,76% terhadap kecukupan energi dan zat gizi orang dewasa berdasarkan AKG. Jika dibandingkan dengan standar persentase sumbangan nilai gizi untuk makanan utama, satu bungkus nasi jinggo belum memenuhi standar kalori untuk golongan makanan utama.

Diharapkan untuk peneliti-peneliti selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian dan variabel yang berbeda untuk mengetahui faktor lain yang berhubungan dengan cemaran total mikroba, *E.coli* dan bakteri patogen lainnya serta nilai gizi pada nasi jinggo. Diharapkan juga untuk dinas dan institusi terkait untuk memberikan sosialisasi dan penyuluhan terkait akan pentingnya higiene sanitasi, sehingga pedagang nasi jinggo dapat berperilaku hidup bersih dan sehat untuk mengurangi terjadinya kontaminasi silang.

Daftar bacaan : 31 (2004-2017)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul "Keamanan Pangan dan Nilai Gizi Nasi Jinggo Di Wilayah Pariwisata Sanur Kota Denpasar" dengan tepat waktu.

Dalam Skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Ni Putu Agustini, SKM., M.Si dan Ibu Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes selaku pembimbing yang telah banyak membantu dan memberikan petunjuk, mengoreksi serta memberikan saran-saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar dan Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan skripsi ini.
3. Dosen dan staf Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah yang telah memberikan dukungan dalam pembuatan skripsi ini
4. Orang Tua, keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat dalam pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Denpasar, Mei 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGAJUAN .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
RINGKASAN PENELITIAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Makanan Tradisional Nasi Jinggo .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Keamanan Pangan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Nilai Gizi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Keamanan Nasi Jinggo .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III KERANGKA KONSEP .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Kerangka Konsep .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

BAB IV METODE PENELITIAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Prosedur Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Pengolahan dan Analisa Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Hasil .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Pembahasan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Simpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN.....	67

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Batas Maksimum Cemaran Mikroba Pada Produk Pangan ..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2 Batas Maksimum Cemaran Mikroba Pada Produk Pangan Olahan. **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3 Definisi Operasional Variabel.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4 Total Cemaran Mikroba Pada Sampel Nasi Jinggo **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5 Cemaran Bakteri *Coliform* Pada Sampel Nasi Jinggo ...**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 6 Hasil Perhitungan Nilai Gizi Sampel Nasi Jinggo.. **Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Bagan Keamanan Pangan dan Nilai Gizi Nasi Jinggo	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2 Bagan Prosedur Pemeriksaan Mikrobiologi pada Sampel .....	41
Gambar 3 Bagan Prosedur Perhitungan Nilai Gizi Nasi Jinggo .....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Surat Ijin Penelitian Kesbangpol Denpasar .....	68
LAMPIRAN 2 Surat Persetujuan Etik.....	70
LAMPIRAN 3 Surat Ijin Penelitian Kelurahan Sanur.....	71
LAMPIRAN 4 <i>Informed Consent</i> .....	72
LAMPIRAN 5 Kuesioner Penelitian.....	73
LAMPIRAN 6 Berat Komposisi Sampel Nasi Jinggo.....	74
LAMPIRAN 7 Contoh Perhitungan Nilai Gizi Nasi Jinggo.....	75
LAMPIRAN 8 Prosedur Kerja.....	78
LAMPIRAN 8 Hasil Pemeriksaan Bakteriologi Sampel Nasi Jinggo.....	82
LAMPIRAN 9 Dokumentasi.....	84