GAMBARAN KUALITAS NASI KOTAK DAN NILAI ZAT GIZI MAKRO YANG DI JUAL DI DESA PEGUYANGAN KAJA

Oleh :

KADEK NINDYA DIAH PRATIWI

NIM P07131018013

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2021

GAMBARAN KUALITAS NASI KOTAK DAN NILAI ZAT GIZI MAKRO YANG DI JUAL DI DESA PEGUYANGAN KAJA

Disajikan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan Jurusan Gizi Prodi Diploma Tiga

Oleh :

KADEK NINDYA DIAH PRATIWI
NIM P07131018013

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2021

LEMBAR PERSETUJUAN

GAMBARAN KUALITAS NASI KOTAK DAN NILAI ZAT GIZI MAKRO YANG DI JUAL DI DESA PEGUYANGAN KAJA

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Ni Made Yuni Gumala,SKM,M.Kes	Dr.Ir. I Komang Agusjaya Mataram,M.Kes
NIP.196506161988032001	NIP. 196208161985031004

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

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

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :

GAMBARAN KUALITAS NASI KOTAK DAN NILAI ZAT GIZI MAKRO YANG DI JUAL DI DESA PEGUYANGAN KAJA

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Selasa

TANGGAL : 20 April 2021

TIM PENGUJI :

1. Ida Ayu Eka Padmiari,SKM.M.Kes (Ketua) .....
2. IGA.Ari Widarti, DCN, M.Kes (Anggota) .....
3. Ni Made Yuni Gumala,SKM,M.Kes (Anggota) .....

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Kadek Nindya Diah Pratiwi
NIM	: P07131018013
Program studi	: Diploma Tiga
Jurusan	: Gizi
Tahun akademik	: 2021
Alamat	:Jalan Antasura, Perum Graha Antasura Permai No 39,Denpasar,Peguyangan Kaja

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul "Gambaran Kualitas Nasi Kotak Dan Nilai Zat Gizi Makro Yang Di Jual Di Desa Peguyangan Kaja" adalah **benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir 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, 20 April 2021

at pernyataan

Kadek Nindya Diah Pratiwi

NIM. P07131018013

DESCRIPTION OF THE QUALITY OF BOX RICE AND THE VALUE OF MACRO NUTRITION FOR SALE IN PEGUYANGAN KAJA VILLAGE

ABSTRACT

Food quality is a characteristic of a product whose ability to bear a promise or insertion to satisfy customer needs. In addition, the quality of food products is something that can be offered to meet the needs and desires of quality customers which include physical objects, services, places, organizations, ideas and individuals who are able to be offered to be asked for, searched for, purchased, used or consumed by the market as a fulfillment of their needs and desires in accordance with their ability to food and beverages in accordance with customer expectations (Anisa, 2019). The type of this research is observational research, namely research by observing the research subject. The research design used a cross sectional approach. The sample in this study was Nasi Kotak Mika which is sold in Peguyangan Kaja Village. From the 6 stalls, 11 rice boxes were studied. The results showed that the most preferred sample color code criteria was rice 4, namely mixed rice with white rice filling, noodles, tofu, beans, omelette, sisit chicken and sweet tempeh, then for The most preferred taste criteria for the sample code is rice 5, namely mixed rice with white rice filling, corn + green beans, sisit chicken and sweet tempeh, then for the aroma criteria the most preferred sample code is rice 3, namely chili sauce chicken rice with white rice filling. and sambal matah chicken, then for the texture criteria the most preferred sample code is rice 11, namely mixed rice with white rice filling, sisit chicken, noodles, sweet tempeh, saur and chili sauce, then for the criteria for the appearance of the sample code the most preferred is rice 9, namely fried rice with a filling of fried rice, sausage and omelette. and for the content of macro nutrients, the results obtained are energy 423.2 KKal, 14.6 grams protein, 14.8 grams fat and 55.34 grams carbohydrates, from these results, it is found that the content of macro nutrients is still in the low category when compared to the 2019 RDA. with the age group 19-29 years (female) due to serving 1 box of mica rice served in small quantities

Keywords: Food Quality, Nutritional Value, Box Rice

GAMBARAN KUALITAS NASI KOTAK DAN NILAI ZAT GIZI MAKRO YANG DI JUAL DI DESA PEGUYANGAN KAJA

ABSTRAK

Kualitas makanan adalah karakteristik dari produk yang pada kemampuannya menanggung janji atau sisipan untuk memuaskan kebutuhan pelanggan.Selain itu, kualitas produk makanan merupakan sesuatu yang dapat ditawarkan untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan pelanggan yang bermutu yang meliputi obyek fisik, jasa, tempat, organisasi, gagasan maupun pribadi yang mampu ditawarkan untuk diminta, dicari, dibeli, digunakan atau dikonsumsi pasar sebagai pemenuhan kebutuhan dan keinginan sesuai dengan kemampuannya terhadap makanan dan minuman yang sesuai dengan harapan pelanggan (Anisa, 2019). Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian observasional yaitu penelitian dengan melakukan pengamatan terhadap subjek penelitian. Rancangan penelitian menggunakan pendekatan *Cross Sectional.* Sampel dalam penelitian ini adalah Nasi Kotak Mika yang dijual di Desa Peguyangan Kaja . Dari 6 warung diperoleh 11 nasi kotak mika yang diteliti, Didapatkan hasil bahwa untuk kriteria warna kode sampel yang paling disukai adalah nasi 4 yaitu nasi campur dengan isian nasi putih , mie ,tahu ,buncis ,telur dadar ,ayam sisit dan tempe manis , selanjutnya untuk kriteria rasa kode sampel yang paling disukai adalah nasi 5 yaitu nasi campur dengan isian nasi putih, sayur jagung + buncis, ayam sisit dan tempe manis, selanjutnya untuk kriteria aroma kode sampel yang paling disukai adalah nasi 3 yaitu nasi ayam sambal matah dengan isian nasi putih dan ayam sambal matah, selanjutnya untuk kriteria tekstur kode sampel yang paling disukai adalah nasi 11 yaitu nasi campur dengan isian nasi putih, ayam sisit, mie, tempe manis, saur dan sambal, selanjutnya untuk kriteria penampilan kode sampel yang paling disukai adalah nasi 9 yaitu nasi goreng dengan isian nasi goreng, sosis dan telur dadar . dan untuk kandungan zat gizi makro didapatkan hasil Energi 423,2 KKal, Protein 14,6 gram, Lemak 14,8 gram dan Karbohidrat 55,34 gram, dari hasil tersebut didapatkan kandungan zat gizi makro masih dalam kategori kurang jika di bandingkan dengan AKG 2019 dengan kelompok umur 19-29 tahun (perempuan) dikarenakan oleh penyajian 1 nasi kotak mika disajikan dalam jumlah kecil

Kata Kunci : Kualitas Makanan, Nilai Zat Gizi Makro, Nasi Kotak Mika

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN KUALITAS NASI KOTAK DAN NILAI ZAT GIZI MAKRO YANG DI JUAL DI DESA PEGUYANGAN KAJA

Oleh : Kadek Nindya Diah Pratiwi (P07131018013)

Nasi Kotak adalah nasi yang dihidangkan dalam varian sayuran yang segar dan lauk pauk yang dibungkus dalam wadah kotak baik kotak mika atau kotak Styrofoam dan lainnya. Nasi box ini banyak sekali yang menjual terutama pada warung makan besar,warung makan kecil atau restoran yang menyediakan layanan catering nasi box. (Widjaja, 2017).

Kualitas makanan adalah karakteristik dari produk yang pada kemampuannya menanggung janji atau sisipan untuk memuaskan kebutuhan pelanggan.Selain itu, kualitas produk makanan merupakan sesuatu yang dapat ditawarkan untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan pelanggan yang bermutu yang meliputi obyek fisik, jasa, tempat, organisasi, gagasan maupun pribadi yang mampu ditawarkan untuk diminta, dicari, dibeli, digunakan atau dikonsumsi pasar sebagai pemenuhan kebutuhan dan keinginan sesuai dengan kemampuannya terhadap makanan dan minuman yang sesuai dengan harapan pelanggan (Anisa, 2019). Zat gizi menyediakan tenaga tubuh, mengatur proses dalam tubuh, dan membuat lancarnya pertumbuhan serta memperbaiki jaringan tubuh. Agar dapat menjalankan berbagai fungsi tubuh dan untuk aktivitas sehari-hari diperlukan sejumlah tenaga atau energi.Kebutuhan energi dapat dipenuhi dengan mengonsumsi makanan sumber karbohirat, protein, dan lemak. Kecukupan energi dapat terpenuhi maka pemanfaatan zat gizi yang lain akan optimal.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kualitas nasi kotak mika dan nilai zat gizi makro di wilayah Peguyangan Kaja. Sedangkan tujuan khusus dari penelitian ini adalah Mengidentifikasi Kualitas nasi kotak mika meliputi (warna, rasa, aroma, tekstur, dan penampilan) yang di jual di wilayah Peguyangan Kaja dan Menghitung Nilai zat gizi makro yang meliputi (Energi, Karbohidrat, Lemak dan Protein) nasi kotak mika di wilayah peguyangan kaja

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional yaitu

penelitian dengan melakukan pengamatan terhadap subjek penelitian. Rancangan penelitian menggunakan pendekatan *Cross Sectional* yaitu design penelitian dimana pengukuran dan observasi dilakukan dalam sekali waktu secara bersamaan pada variabel terikat dan variabel bebas dalam upaya mencari keterkaitan kedua variabel tersebut. Sampel dalam penelitian ini adalah Nasi Kotak Mika yang dijual di Desa Peguyangan Kaja. Jenis data primer yang dikumpulkan yaitu data kandungan zat gizi makro pada nasi kotak mika dan data kualitas makanan pada nasi kotak mika.

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang telah dilakukan, Dari 6 warung diperoleh 11 nasi kotak mika yang diteliti, Didapatkan hasil bahwa untuk kriteria warna kode sampel yang paling disukai adalah nasi 4 yaitu nasi campur dengan isian nasi putih , mie ,tahu ,buncis ,telur dadar ,ayam sisit dan tempe manis , selanjutnya untuk kriteria rasa kode sampel yang paling disukai adalah nasi 5 yaitu nasi campur dengan isian nasi putih, sayur jagung + buncis, ayam sisit dan tempe manis, selanjutnya untuk kriteria aroma kode sampel yang paling disukai adalah nasi 3 yaitu nasi ayam sambal matah dengan isian nasi putih dan ayam sambal matah, selanjutnya untuk kriteria tekstur kode sampel yang paling disukai adalah nasi 11 yaitu nasi campur dengan isian nasi putih, ayam sisit, mie, tempe manis, saur dan sambal, selanjutnya untuk kriteria penampilan kode sampel yang paling disukai adalah nasi 9 yaitu nasi goreng dengan isian nasi goreng, sosis dan telur dadar . dan untuk kandungan zat gizi makro didapatkan hasil Energi 423,2 KKal, Protein 14,6 gram, Lemak 14,8 gram dan Karbohidrat 55,34 gram, dari hasil tersebut didapatkan kandungan zat gizi makro masih dalam kategori kurang jika di bandingkan dengan AKG 2019 dengan kelompok umur 19-29 tahun (perempuan) dikarenakan oleh penyajian 1 nasi kotak mika disajikan dalam jumlah kecil

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan Kualitas Makanan yang paling disukai untuk kriteria warna adalah nasi 4, sampel yang paling disukai untuk kriteria rasa adalah nasi 5, sampel yang paling disukai untuk kriteria aroma adalah nasi 3, sampel yang paling disukai untuk kriteria tekstur adalah nasi 11 dan sampel yang paling disukai untuk kriteria penampilan adalah nasi 9 dan Kandungan nilai zat gizi makro dari 11 nasi kotak mika yaitu energi 423,2 KKal, Protein 14,6 gram, Lemak 14,8 gram dan Karbohidrat 55,34 gram. Saran yang dapat diberikan bagi konsumen

yaitu mengkonsumsi 2 nasi kotak mika untuk 1 kali Sarapan ataupun menambahkan lauk lainnya untuk memenuhi kecukupan gizi dan Bagi penjual nasi kotak mika diharapkan lebih memperhatikan kualitas nasi kotak mika dari segi warna,rasa,aroma,tekstur,dan penampilan agar mendapatkan hasil penjualan yang baik

Daftar Bacaan: 18 (2002-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal tugas akhir ini dengan judul "Gambaran Kualitas Nasi Kotak Dan Nilai Zat Gizi Makro Yang Di Jual Di Desa Peguyangan Kaja"

Penulis menyadari dalam penyusunan usulan penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbaga pihak karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ni Made Yuni Gumala,SKM,M.Kes selaku pembimbing utama dan Dr.Ir. I Komang Agusjaya Mataram,M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah membantu dalam penyususun tugas akhir ini.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar, Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi Diploma Tiga dan dukungan dalam pembuatan tugas akhir ini.
3. Dosen serta staf di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan dukungan dalam penulisan tugas akhir ini ini.
4. Orang tua dan keluarga, sahabat, teman-teman dan orang terdekat lainnya yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat dalam pembuatan tugas akhir ini.

Besar harapan penulis semoga proposal tugas akhir ini dapat dijadikan pedoman dalam penulisan skripsi. Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membantu untuk kesempurnaan proposal ini. Akhir kata penulis mengharapkan proposal tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Denpasar, April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

Hal

HALAMAN SAMPUL i
HALAMAN JUDUL ii
LEMBAR PERSETUJUAN iii
LEMBAR PENGESAHAN iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT v
ABSTRACT vi
ABSTRAK vii
RINGKASAN PENELITIAN viii
KATA PENGANTAR x
DAFTAR ISI 1
DAFTAR TABEL 2
DAFTAR GAMBAR 3
DAFTAR LAMPIRAN 4
BAB I PENDAHULUAN 6
A. Latar Belakang 6
B. Rumusan Masalah 8
C. Tujuan.....8
D. Manfaat Penelitian.....8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 9
A. Kualitas Makanan.....9
B. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Makanan.....10
C. Zat Gizi Makro 13
BAB III KERANGKA KONSEP.....16
A. Kerangka Konsep 16
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional 17
BAB IV METODE PENELITIAN.....18
A. Jenis dan Rancangan Penelitian 18

B. Tempat dan Waktu Penelitian 18
C. Populasi dan Sampel Penelitian 18
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data 19
E. Pengolahan dan Analisis Data 21
F. Etika Penelitian 22
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN 23
A. Hasil Penelitian 23
B. Pembahasan 28
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....30
A. Kesimpulan.....30
B. Saran 30
DAFTAR PUSTAKA.....31
LAMPIRAN 32

DAFTAR TABEL

Tabel Hal

1. Variabel dan Definisi Operasional 17
2. Skala Hedonik 21
3. Menu Nasi Kotak Mika 23
4. Sebaran Nilai Gizi Nasi Kotak Mika 27

DAFTAR GAMBAR

Tabel Hal

1. Skor Kualitas Warna Makanan 25
2. Skor Kualitas Rasa Makanan 26
3. Skor Kualitas Aroma Makanan.....26
4. Skor Kualitas Tekstur Makanan.....27
5. Skor Kualitas Penampilan Makanan 27

DAFTAR LAMPIRAN

Tabel Hal

1. Angka Kecukupan Gizi Remaja.....33
2. Kuisioner Uji Organoleptik.....34
3. Hasil Identifikasi Kualitas Nasi Kotak Mika 35
4. Dokumentasi Nasi Kotak Mika.....27