

**KANDUNGAN GIZI DAN DAYA TERIMA LAWAR
KLUNGAH DI RUMAH MAKAN EKA SRINADI
DESA EKASARI KECAMATAN MELAYA
KABUPATEN JEMBRANA**



Oleh :

Ni Putu Desi Kristina Yanti

P07131019027

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2022**

**KANDUNGAN GIZI DAN DAYA TERIMA LAWAR
KLUNGAH DI RUMAH MAKAN EKA SRINADI
DESA EKASARI KECAMATAN MELAYA
KABUPATEN JEMBRANA**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Pada Program Studi Gizi
Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI PUTU DESI KRISTINA YANTI
NIM. P07131019027**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2022**

**LEMBAR PERSETUJUAN
KANDUNGAN GIZI DAN DAYA TERIMA LAWAR
KLUNGAH DI RUMAH MAKAN EKA SRI NADI
DESA EKASARI KECAMATAN MELAYA
KABUPATEN JEMBRANA**

Oleh :

NI PUTU DESI KRISTINA YANTI
NIM P07131019027

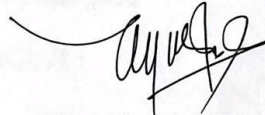
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Ni Made Dewantari, SKM, M.FOr
NIP. 19650502 198903 2 001



Ni Putu Agustini, SKM.M.Si
NIP. 19650907 198903 2 002

MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



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

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL


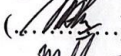
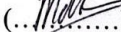
**KANDUNGAN GIZI DAN DAYA TERIMA LAWAR
KLUNGAH DI RUMAH MAKAN EKA SRI NADI
DESA EKASARI KECAMATAN MELAYA
KABUPATEN JEMBRANA**

Oleh :

NI PUTU DESI KRISTINA YANTI
NIM. P07131019027


**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : JUMAT
TANGGAL : 13 Mei 2022**

TIM PENGUJI :

- | | | |
|-------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM, M.Kes | Ketua | () |
| 2. I Wayan Ambartana, SKM, M.Fis | Anggota 1 | () |
| 3. Ni Made Dewantari, SKM, M.FOr | Anggota 2 | () |

MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR




Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes
NIP.19670316 199003 2 002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Desi Kristina Yanti
NIM : P07131019027
Program Studi : Diploma Tiga
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021/2022
Alamat : Br. Tetelan, Ds. Candikusuma, Kec. Melaya, Kab.
Jembrana

1. Tugas akhir dengan judul “Kandungan Gizi Dan Daya Terima Lawar Klungah Di Rumah Makan Eka Sri Nadi Desa Ekasari Kecamatan Melaya Kabupaten Jembrana” adalah benar **karya 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 sebagai mana mestinya.

Denpasar, 1 Mei 2022



(Ni Putu Desi Kristina Yanti)
NIM.P07131019027

NUTRITIONAL CONTENT AND ACCEPTANCE OF LAWAR KLUNGAH AT RUMAH MAKAN EKA SRI NADI EKASARI VILLAGE MELAYA DISTRICTS JEMBRANA REGENCY

ABSTRACT

Lawar klungah is a traditional food made from young coconut (klungah), using locally produced ingredients. The purpose of this observation was to determine the nutritional content and acceptability of lawar klungah at Rumah Makan Eka Sri Nadi Ekasari Village Malay Districts Jembrana Regency. Data collection was obtained with 16 observation subjects taken from visitors who came to Eka Sri Nadi Restaurant. Organoleptic test data with the method obtained directly from this observation, includes the organoleptic quality tested using the preference test, namely color, texture, taste, aroma, and overall acceptance. The panelist test of consumer acceptance of the lawar klungah color obtained the lowest score of 3 (slightly like) and the highest value of 4 (likes) and an average of 3.75 in the like category. Rasa got the lowest score, namely 4 (likes) and the highest value was 5 (liked very much) and the average was 4,37 in the like category. Aroma obtained the lowest score, namely 3 (slightly like), and the highest score was 4 (like) and the average was 3 in the category of somewhat like. Texture gets the lowest score, namely 3 (slightly like), and the highest value is 4 (like) and the average is 3.25 in the category of somewhat like. Overall acceptance obtained the lowest score of 4 (likes) and the highest score of 5 (very liked) and an average of 4.06 in the like category. Based on the results of the nutritional content, there are 100 grams of lawar klungah, namely 165 Kcal Energy, 16.5 grams Protein, 9.5 grams Fat, 28.5 grams carbohydrates, 2.85 mg Iron. In 1 serving of lawar klungah bowl of 140 grams, namely 428.7 Kcal Energy, 10.9 grams Protein, 13.13 grams Fat, 27.78 grams Carbohydrates, 4.35 mg Iron.

Keywords: Lawar klungah, nutritional content, acceptance

**KANDUNGAN GIZI DAN DAYA TERIMA LAWAR
KLUNGGAH DI RUMAH MAKAN EKA SRINADI
DESA EKASARI KECAMATAN MELAYA
KABUPATEN JEMBRANA**

ABSTRACT

Lawar klungah merupakan pangan tradisional berbahan dasar kelapa muda (klungah), menggunakan bahan yang dihasilkan lokal. Tujuan dari pengamatan ini adalah mengetahui kandungan gizi dan daya terima lawar klungah di Rumah Makan Eka Sri Nadi Desa Ekasari Kecamatan Melaya Kabupaten Jember. Subyek pengamatan berjumlah 16 orang diambil dari pengunjung yang datang ke Rumah Makan Eka Sri Nadi. Data daya terima dikumpulkan dengan cara mengisi form uji organoleptik yang diuji menggunakan uji kesukaan dari segi warna, tekstur, rasa, aroma, dan penerimaan secara keseluruhan. Data kandungan gizi dikumpulkan dengan cara menghitung komposisi bahan lawar klungah menggunakan timbangan. Setelah itu menghitung nilai gizi menggunakan aplikasi NutriSurvey dan menggunakan DKBM jika tidak ada di program NutriSurvey. Uji panelis daya terima konsumen terhadap warna lawar klungah memperoleh nilai terendah yaitu 3 (agak suka) dan nilai tertinggi 4 (suka) dan rata-rata 3,75 dengan kategori suka. Rasa memperoleh nilai terendah yaitu 4 (suka) dan nilai tertinggi 5 (sangat suka) dan rata-rata yaitu 4,37 dengan kategori suka. Aroma memperoleh nilai terendah yaitu 3 (agak suka), dan nilai tertinggi 4 (suka) dan rata-rata yaitu 3 dengan kategori agak suka. Tekstur memperoleh nilai terendah yaitu 3 (agak suka), dan nilai tertinggi 4 (suka) dan rata-rata yaitu 3,25 dengan kategori agak suka. Penerimaan secara keseluruhan memperoleh nilai terendah yaitu 4 (suka) dan nilai tertinggi 5 (sangat suka) dan rata-rata yaitu 4,06 dengan kategori suka. Berdasarkan Hasil Kandungan Gizi yang terdapat 100 gram lawar klungah yaitu Energi 165 Kkal, Protein 16,5 gram, Lemak 9,5 gram, karbohidrat 28,5 gram, Besi 2,85 mg. Dalam 1 porsi mangkok lawar klungah sebesar 140 gram yaitu, Energi 428,7 Kkal, Protein 10,9 gram, Lemak 13,13 gram, Karbohidrat 27,78 gram, Besi 4,35 mg.

Keywords : Lawar klungah, kandungan gizi, daya terima

RINGKASAN PENELITIAN
KANDUNGAN GIZI DAN DAYA TERIMA LAWAR
KLUNGAH DI RUMAH MAKAN EKA SRINADI
DESA EKASARI KECAMATAN MELAYA
KABUPATEN JEMBRANA

Oleh : Ni Putu Desi Kristina Yanti (P07131019027)

Pangan Tradisional adalah pangan yang sudah turun temurun dihasilkan atau dikonsumsi, menggunakan bahan yang dihasilkan lokal, diolah secara khas di suatu daerah di wilayah Indonesia. Pangan tradisional Bali jumlahnya banyak, jenis dan kandungan gizinya beragam, bahan baku yang digunakan dalam pengolahan tersedia secara lokal dan memiliki citarasa yang disukai oleh sebagian besar masyarakat di Bali. Lawar merupakan salah satu kuliner khas Bali yang terbuat dari campuran beberapa jenis sayuran yang diolah sedemikian rupa dengan bumbu tradisional. Ada beberapa jenis lawar yakni lawar putih, lawar merah, lawar don blimbing, lawar klungah, dan masih banyak jenis lawar yang lainnya.

Pengamatan ini bertujuan untuk mengetahui kandungan gizi dan daya terima lawar klungah di Rumah Makan Eka Sri Nadi Desa Ekasari Kecamatan Melaya Kabupaten Jembrana dilihat dari kesanggupan menghabiskan makanan yang disajikan sesuai kebutuhan dan juga dapat dilihat dari jawaban terhadap pertanyaan yang berhubungan dengan makanan yang dikonsumsi.

Pengamatan ini menggunakan dengan mengambil subyek pengamatan berdasarkan kriteria pengamatan yang sudah ditetapkan sesuai dengan subjek pengamatan berjumlah 16 orang diambil dari orang yang berkunjung ke Rumah Makan Eka Sri Nadi. Jenis data Uji Organoleptik yang dikumpulkan secara langsung menggunakan formulir uji organoleptik, meliputi pengukuran yaitu warna, tekstur, rasa, aroma, dan penerimaan secara keseluruhan kemudian diolah menggunakan excel dengan skala 1-5 dengan kategori sangat suka, suka, agak suka, tidak suka, dan sangat tidak suka.

Dari hasil pengamatan berdasarkan hasil uji panelis daya terima konsumen terhadap warna lawar klungah memperoleh nilai terendah yaitu 3 (agak suka) dan nilai

tertinggi 4 (suka) dan rata-rata 3,75 dengan kategori agak suka. Rasa memperoleh nilai terendah yaitu 4 (suka) dan nilai tertinggi 5 (sangat suka) dan rata-rata yaitu 4,37 dengan kategori suka. Aroma memperoleh nilai terendah yaitu 3 (agak suka), dan nilai tertinggi 4 (suka) dan rata-rata yaitu 3 dengan kategori agak suka. Tekstur memperoleh nilai terendah yaitu 3 (agak suka), dan nilai tertinggi 4 (suka) dan rata-rata yaitu 3,25 dengan kategori agak suka. Penerimaan secara keseluruhan memperoleh nilai terendah yaitu 4 (suka) dan nilai tertinggi 5 (sangat suka) dan rata-rata yaitu 4,06 dengan kategori suka.

Kandungan gizi dari lawar klungah mendapatkan hasil untuk 100 gram lawar klungah yaitu Energi 165 Kkal, Protein 16,5 gram, Lemak 9,5 gram, karbohidrat 28,5 gram, Besi 2,85 mg. dalam 1 porsi mangkok Lawar Klungah sebesar 140 gram mendapatkan hasil Energi 428,7 Kkal, Protein 10,9 gram, Lemak 13,13 gram, Karbohidrat 27,78 gram, Besi 4,35 mg. Perlu ditingkatkan lagi menjadi sangat suka terhadap warna, aroma, tekstur, dan tingkat keseluruhan dari lawar klungah di Rumah Makan Eka Sri Nadi tersebut.

Daftar bacaan : 27 (2013-2020)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat rahmat-Nya, penulis telah dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Kandungan Gizi Dan Daya Terima Lawar Klungah Di Rumah Makan Eka Sri Nadi Desa Ekasari Kecamatan Melaya Kabupaten Jembrana)” dengan tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan tugas akhir ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak dan bimbingan dari dosen pembimbing, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Ni Made Dewantari, SKM, M.FOr selaku pembimbing utama yang telah membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
2. Ibu Ni Putu Agustini, SKM.M.Si selaku pembimbing pendamping yang telah membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan Tugas Akhir ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan Tugas Akhir ini.
5. Ketua Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan Tugas Akhir ini.
6. Orang tua dan keluarga besar yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat dalam pembuatan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk penyempurnaan usulan tugas akhir ini. Akhir kata penulis mengharapkan tugas akhir ini dapat dijadikan pedoman dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan bermanfaat bagi kita semua.

Denpasar, 1 Mei 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN DENGAN JUDUL	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Pengamatan.....	3
D. Manfaat Pengamatan	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Lawar Klungah	5
B. Daya Terima.....	9
BAB III PROSEDUR PENGAMATAN	18
A. Tempat dan Waktu Pengamatan.....	18
B. Cara Memilih Subyek Pengamatan	18
C. Jenis Data	18
D. Cara Pengumpulan Data.....	18
E. Instrumen Pengumpulan Data	19
F. Cara Pengolahan Data	20
G. Parameter Yang di Amati.....	20

H. Cara Pengolahan Data	22
BAB IV HASIL PEMBAHASAN.....	23
A. Hasil.....	23
B. Pembahasan.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan.....	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN.....	43

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kandungan Gizi Lawar Klungah-----	8
2. Skala Hedonik dan Numerik Uji Organoleptik Terhadap Warna, Rasa, Aroma, Tekstur dan Penerimaan Keseluruhan Lawar Klungah.....	21
3. Persentase Tingkat Penerimaan Wama Lawar Klungah.....	26
4. Persentase Tingkat Penerimaan Aroma Pada Lawar Klungah.....	28
5. Persentase Tingkat Penerimaan Secara Keseluruhan Pada Lawar Klungah	30
6. Kandungan Gizi 1 Resep Klungah	31
7. Kanduangan Gizi 1 Porsi Lawar Klungah.....	32

DAFTAR GAMBAR

Grafik	Halaman
1. Sebaran Subjek Pengamatan Jenis Kelamin.....	24
2. Sebaran Subjek Pengamatan Berdasarkan.....	25
3. Sebaran Subjek Pengamatan Berdasarkan Pekerjaan.....	25
4. Sebaran Subjek Pengamatan Berdasarkan Pendidikan.....	26
5. Grafik Tingkat Kesukaan Terhadap Rasa Pada Lawar Klungah.....	28
6. Grafik Tingkat Kesukaan Terhadap Tekstur Pada Lawar Klungah.....	29

_Toc96757416