

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
PERNYATAAN.....	xiii
KATA PENGANTAR.....	xiv
ABSTRAK.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
1. Lingkup Masalah.....	6
2. Lingkup Metode.....	6
3. Lingkup Keilmuan.....	6
4. Lingkup Tempat.....	6
5. Lingkup Sasaran.....	6

6. Lingkup Waktu.....	7
E. Manfaat Penelitian.....	7
1. Bagi Peneliti .....	7
2. Bagi Institusi.....	7
3. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	7
4. Bagi Masyarakat.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
A. Landasan Teori .....	8
1. Sarapan .....	8
2. Makanan Pokok Masyarakat Indonesia.....	12
3. Nasi Instan .....	14
4. Nasi Kuning.....	17
5. Serat Pangan .....	22
6. Pewarna Makanan .....	26
7. Wortel.....	28
8. Tepung Wortel.....	30
9. Wortel sebagai Pewarna Makanan .....	31
B. Kerangka Teori .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Kerangka Konsep .....	34
B. Hipotesis Penelitian.....	34
C. Variabel dan Definisi Operasional.....	35
1. Variabel Penelitian .....	35
2. Definisi Operasional.....	35
D. Rancangan/Desain Penelitian .....	37
E. Sampel Penelitian .....	38
F. Instrumen Penelitian.....	39

1. Alat .....	39
2. Bahan .....	40
G. Prosedur Penelitian .....	41
1. Prosedur Penelitian .....	41
2. Pencarian Formula Acuan dan Penetapan Formula .....	42
3. Prosedur Pembuatan Produk .....	43
4. Prosedur Uji Organoleptik.....	45
5. Prosedur Analisis Kadar Serat Pangan .....	47
H. Pengolahan dan Analisis Data.....	48
1. Analisis Data Uji Organoleptik .....	48
2. Penentuan Formula Terpilih .....	49
3. Analisis Data Kandungan Serat Pangan .....	50
4. Penentuan Saran Saji .....	51
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>52</b>
A. Karakteristik Nasi Kuning Instan .....	52
B. Hasil Organoleptik.....	54
C. Formula Terpilih.....	59
D. Kandungan Serat Pangan.....	60
E. Saran Saji.....	61
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>64</b>
A. Hasil Organoleptik Nasi Kuning Instan .....	64
B. Formula Terpilih.....	71
C. Kandungan Serat Pangan Nasi Kuning Instan.....	72
D. Saran Saji.....	74
E. Keterbatasan Penelitian.....	76

BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN .....	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran .....	78
DAFTAR PUSTAKA .....	80
LAMPIRAN.....	90

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kandungan Gizi pada Nasi Putih per 100 gram.....	13
Tabel 2.2 Kandungan Gizi pada Nasi Kuning per 100 gram .....	18
Tabel 2.3 Angka Kecukupan Gizi (AKG) Serat .....	26
Tabel 2.4 Macam-Macam Pewarna Alami.....	27
Tabel 2.5 Kandungan Gizi Wortel Segar per 100 gram.....	29
Tabel 2.6 Kandungan Gizi Tepung Wortel per 100 gram.....	30
Tabel 2.7 Penelitian Terdahulu Penggunaan Wortel Sebagai Pewarna Makanan	31
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	36
Tabel 3.2 Formula Nasi Instan per 100 g Beras Mentah.....	37
Tabel 3.3 Formulasi Nasi Kuning Instan Substitusi Tepung Wortel .....	37
Tabel 3.4 Alat Pembuatan Tepung Wortel.....	39
Tabel 3.5 Alat Pembuatan Nasi Instan .....	39
Tabel 3.6 Alat Uji Organoleptik .....	40
Tabel 3.7 Bahan Pembuatan Nasi Kuning Instan.....	40
Tabel 3.8 Estimasi Nilai Gizi Nasi Kuning Instan per 100 gram Berdasarkan Perhitungan <i>Nutrisurvey</i> .....	41
Tabel 3.9 Parameter Skala Hedonik.....	46
Tabel 4.1 Karakteristik Nasi Kuning Instan.....	53
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas dan Uji <i>Kruskal-Wallis</i> Data Organoleptik Nasi Kuning Instan dengan Substitusi Tepung Wortel.....	54
Tabel 4.3 Analisis Kandungan Serat Pangan Nasi Kuning Instan per 100 g .....	60
Tabel 4.4 Berat Nasi Instan Kering, Tepung Wortel, dan Nasi Kuning Instan Seduh pada Berbagai Tingkat Substitusi Tepung Wortel.....	61

Tabel 4.5 Berat Nasi Instan Kering dan Tepung Wortel untuk Satu Sajian Nasi Kuning Instan Seduh (100 g).....	62
Tabel 4.6 Saran Saji Nasi Kuning Instan untuk Memenuhi Kebutuhan Serat Sarapan (20% dari Kebutuhan Serat Harian) .....	63
Tabel 4.7 Saran Saji Nasi Kuning Instan untuk Memenuhi Kebutuhan Energi Sarapan (20% dari Kebutuhan Energi Harian) .....	63

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	33
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	34
Gambar 3.2 Rancangan Penelitian .....	38
Gambar 3.3 Prosedur Penelitian.....	42
Gambar 4.1 Nilai Rata-Rata Hasil Uji Organoleptik Parameter Warna .....	55
Gambar 4.2 Nilai Rata-Rata Hasil Uji Organoleptik Parameter Aroma.....	56
Gambar 4.3 Nilai Rata-Rata Hasil Uji Organoleptik Parameter Rasa .....	57
Gambar 4.4 Nilai Rata-Rata Hasil Uji Organoleptik Parameter Tekstur .....	58
Gambar 4.5 Diagram Radar Nilai Rata-Rata Organoleptik Pada Formula Nasi Kuning Instan.....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (P SP).....	90
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Panelis ( <i>Informed Consent</i> ).....	93
Lampiran 3 Formulir Uji Organoleptik.....	94
Lampiran 4 Surat Keputusan Pembimbing Skripsi.....	96
Lampiran 5 Revisi Laporan Seminar Proposal .....	97
Lampiran 6 Surat Izin Persetujuan Etik .....	99
Lampiran 7 Formulir Peminjaman Alat Laboratorium .....	100
Lampiran 8 Dokumentasi Pembuatan Nasi Kuning Instan .....	101
Lampiran 9 Dokumentasi Uji Organoleptik.....	104
Lampiran 10 Daftar Hadir Panelis Uji Organoleptik .....	105
Lampiran 11 Hasil Uji Organoleptik.....	106
Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas .....	110
Lampiran 13 Hasil Uji <i>Kruskal-Wallis</i> .....	112
Lampiran 14 Hasil Uji <i>Mann-Whitney</i> .....	113
Lampiran 15 Hasil Uji <i>Independent Sample T-test</i> Data Kandungan Serat.....	115
Lampiran 16 Pendapat Panelis Terhadap Karakteristik Produk Nasi Kuning Instan.....	116
Lampiran 17 Hasil Analisis Kandungan Serat Pangan .....	118
Lampiran 18 Perhitungan Pemenuhan Kebutuhan Serat Pangan Nasi Kuning Instan.....	120
Lampiran 19 Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	123
Lampiran 20 Revisi Laporan Seminar Hasil .....	124
Lampiran 21 Revisi Laporan Sidang Skripsi .....	125