



PENGEMBANGAN DAN EVALUASI SENSORI NASI REMPAH INSTAN SUMBER SERAT DENGAN PENAMBAHAN AYAM DAN JAMUR KUPING

ALIFA QONITA NABILA



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengembangan dan Evaluasi Sensori Nasi Rempah Instan Sumber Serat dengan Penambahan Ayam dan Jamur Kuning” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juni 2026

Alifa Qonita Nabila
I1401221008



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

ALIFA QONITA NABILA. Pengembangan dan Evaluasi Sensori Nasi Rempah Instan Sumber Serat dengan Penambahan Ayam dan Jamur Kuping. Dibimbing oleh Eny Palupi.

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang berkaitan dengan tingginya konsumsi pangan praktis rendah serat. Pengembangan pangan instan sumber serat diperlukan untuk mendukung pola makan yang lebih sehat. Penelitian ini bertujuan mengembangkan nasi rempah instan dengan penambahan daging ayam dan jamur kuping serta menentukan formulasi terbaik berdasarkan karakteristik sensori dan kandungan gizinya. Empat formulasi yang digunakan yaitu F1 (100% daging ayam), F2 (75% daging ayam:25% jamur kuping), F3 (25% daging ayam:75% jamur kuping), dan F4 (100% jamur kuping). Evaluasi sensori dilakukan melalui uji hedonik pada 30 panelis semi terlatih dan uji intensitas atribut pada 10 panelis terlatih. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan proporsi daging ayam dan jamur kuping berpengaruh nyata ($p < 0,05$) terhadap seluruh atribut sensori. Formulasi F3 memperoleh nilai penerimaan keseluruhan tertinggi sebesar $8,00 \pm 0,74$. Formula F3 mengandung protein 10,97%, lemak 0,50%, karbohidrat 87,34%, energi 395,92 kkal/100 g, dan serat pangan total 10,27% (bk). Pada takaran saji 90 g, formula F3 mengandung 2,78 g serat pangan total sehingga memenuhi persyaratan klaim sumber serat. Berdasarkan karakteristik sensori dan kandungan gizinya, F3 dipilih sebagai formulasi terbaik.

Kata kunci: formulasi, nasi instan, obesitas, organoleptik, serat pangan

ABSTRACT

ALIFA QONITA NABILA. Development and Sensory Evaluation of Fiber Enrich Instant Spiced Rice with Chicken and Wood Ear Mushroom. Supervised by Eny Palupi.

Obesity is a growing health problem associated with the consumption of convenient foods that are generally low in dietary fiber. This study aimed to develop fiber-enriched instant spiced rice with the addition of chicken and wood ear mushroom and to determine the best formulation based on sensory characteristics and nutritional composition. Four formulations were evaluated: F1 (100% chicken), F2 (75% chicken:25% wood ear mushroom), F3 (25% chicken:75% wood ear mushroom), and F4 (100% wood ear mushroom). Sensory evaluation was conducted using a hedonic test with 30 semi-trained panelists and an attribute intensity test with 10 trained panelists. The results showed that formulation significantly affected ($p < 0.05$) all sensory attributes. Formulation F3 achieved the highest overall acceptability score (8.00 ± 0.74). F3 contained 10.97% protein, 0.50% fat, 87.34% carbohydrate, 395.92 kcal/100 g energy, and 10.27% total dietary fiber (dry basis). At a serving size of 90 g, F3 provided 2.78 g total dietary fiber and qualified for a "source of fiber" claim. Therefore, F3 was selected as the best formulation.

Keywords: dietary fiber, formulation, instant rice, obesity, organoleptic



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026¹
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



PENGEMBANGAN DAN EVALUASI SENSORI NASI REMPAH INSTAN SUMBER SERAT DENGAN PENAMBAHAN AYAM DAN JAMUR KUPING

ALIFA QONITA NABILA

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:
1. Desiani Rizki Purwaningtyas, S.Gz., M.Si.



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

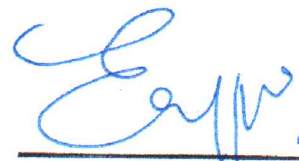
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Judul Skripsi : Pengembangan dan Evaluasi Sensori Nasi Rempah Instan Sumber Serat dengan Penambahan Ayam dan Jamur Kuping

Nama : Alifa Qonita Nabila
NIM : I1401221008

Disetujui oleh

Pembimbing:
Dr. agr. Eny Palupi, STP, MSc.
NIP. 198405212014042001



Diketahui oleh

Ketua Program Studi:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP. 197102011999032001



Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni
Fakultas Kedokteran dan Gizi:
Dr. dr. Mira Dewi, M.Si.
NIP 197611162005012001



Tanggal Ujian:
17 Juni 2026

Tanggal Lulus: 30 JUN 2026



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala atas segala rahmat, karunia, dan izin-Nya sehingga karya ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik. Penelitian yang dilaksanakan pada bulan November 2025 sampai Mei 2026 ini berjudul “Pengembangan dan Evaluasi Sensori Nasi Rempah Instan Sumber Serat dengan Penambahan Ayam dan Jamur Kuping”. Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak bantuan, dukungan, bimbingan, motivasi, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si. selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi IPB yang telah memberikan dukungan selama penulis menempuh pendidikan.
2. Dr. agr. Eny Palupi, STP, MSc. selaku dosen pembimbing skripsi dan pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan, arahan, masukan, motivasi, serta dukungan selama proses penelitian dan penyusunan skripsi ini.
3. Desiani Rizki Purwaningtyas, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, dan masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.
4. Almarhumah Ibu tercinta, Dita Kusuma Hapsari, yang semasa hidupnya telah memberikan kasih sayang, doa, dan pelajaran hidup yang menjadi sumber kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.
5. Ayah tercinta, Yunanto Dwi Nugroho, atas segala doa, kasih sayang, dukungan dan pengorbanan yang senantiasa diberikan kepada penulis.
6. Tante Andike Catur Wulansari, Bupoh Eny Eko Watiningrum, Nenek Darmiati, dan Nenek Pudji Kartini atas doa, perhatian, kasih sayang, serta dukungan yang diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan.
7. Adik kandung penulis, Aziza Latifa Zahra, serta sepupu penulis, Ariendira dan Almira, yang selalu memberikan semangat, dukungan, dan keceriaan selama proses penyusunan skripsi ini.
8. Teman-teman seperbimbingan, Nadia Zahra Kanani, Intan Dwi Kusuma, dan Amanda Jamillah, yang telah menjadi rekan berdiskusi, berbagi pengalaman, dan saling memberikan dukungan selama penelitian dan penyusunan skripsi.
9. Vania Zukhrufa, teman yang telah menemani penulis sejak awal menempuh pendidikan di IPB, yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, bantuan, serta menjadi tempat berbagi cerita dan pengalaman selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
10. Sahabat-sahabat penulis di Program Studi Gizi Masyarakat, Haura Azzahroh, Nayla Shava, Nasywa Nabila, dan Khayla Najma, yang telah memberikan dukungan, kebersamaan, serta berbagai kenangan selama masa perkuliahan.
11. Seseorang yang tidak dapat penulis sebutkan namanya, namun memiliki arti dan peran yang besar dalam perjalanan akademik penulis, yang senantiasa memberikan dukungan, perhatian, motivasi, serta menemani penulis dalam melewati berbagai tantangan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini
12. Staf laboratorium, tenaga kependidikan (tendik), dan seluruh panelis penelitian yang telah memberikan bantuan selama pelaksanaan penelitian, pengujian, serta proses pengambilan data sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan lancar.



13. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, tetapi memiliki jasa yang sangat besar dalam perjalanan perkuliahan penulis, yang senantiasa membantu, menemani, memberikan dukungan, serta menjadi bagian dari suka dan duka yang dilalui penulis selama menempuh pendidikan hingga penyusunan skripsi ini.

Semoga karya ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang pangan dan gizi, serta menjadi kontribusi yang bermanfaat bagi masyarakat.

Bogor, Juni 2026

Alifa Qonita Nabila

@Hak Cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	ix
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat	3
1.5 Hipotesis	3
II METODE	5
2.1 Waktu dan Tempat	5
2.2 Alat dan Bahan	5
2.2.1 Alat	5
2.2.2 Bahan	5
2.3 Prosedur Kerja	5
2.3.1 Tahapan Penelitian	5
2.3.2 Tahap Pembuatan Nasi Instan	6
2.3.3 Formula Nasi Rempah Instan dengan Penambahan Daging Ayam dan Jamur Kuping	7
2.3.4 Pembuatan Bumbu Nasi Rempah Instan	8
2.3.5 Pengeringan Jamur Kuping dan Wortel	8
2.3.6 Prosedur Pengujian Evaluasi Sensori	9
2.3.7 Prosedur Pengujian Analisis Kimia	10
2.3.8 Perhitungan Kontribusi Gizi Produk Nasi Rempah Instan Terpilih terhadap AKG Kelompok Umum	11
2.3.9 Penentuan Takaran Saji dan Klaim Gizi	11
2.4 Rancangan Percobaan	12
2.5 Analisis Data	12
III HASIL DAN PEMBAHASAN	13
3.1 Formulasi Nasi Rempah Instan	13
3.2 Tingkat Penerimaan Panelis terhadap Nasi Rempah Instan	14
3.3 Profil Intensitas Atribut Sensori Nasi Rempah Instan	14
3.3.1 Kenampakan	16
3.3.2 Aroma	17
3.3.3 Tekstur	18
3.3.4 Rasa	19
3.3.5 Mouthfeel	20
3.3.6 Aftertaste	20
3.3.7 Penerimaan keseluruhan	21
3.4 Kandungan Zat Gizi Nasi Rempah Instan dengan Penambahan Daging Ayam dan Jamur Kuping	22



3.4.1	Kadar Air	23
3.4.2	Kadar Abu	23
3.4.3	Kadar Protein	24
3.4.4	Kadar Lemak	25
3.4.5	Karbohidrat	26
3.4.6	Energi	26
3.4.7	Kadar Serat Pangan	27
3.4.8	Estimasi Kandungan Natrium, Lemak Jenuh, Kolesterol dan Gula	28
3.5	Penentuan Formula Terpilih	29
3.6	Penentuan Takaran Saji, Informasi Nilai Gizi dan Klaim Gizi	30
3.7	Kontribusi Zat Gizi Nasi Rempah Instan Terpilih berdasarkan Angka Kecukupan Gizi Kelompok Umum	31
IV	SIMPULAN DAN SARAN	33
4.1	Simpulan	33
4.2	Saran	33
	DAFTAR PUSTAKA	34
	LAMPIRAN	42
	RIWAYAT HIDUP	57

DAFTAR TABEL

1	Formula Nasi Rempah Instan	7
2	Formula nasi rempah instan dengan penambahan daging ayam dan jamur kuping	13
3	Hasil uji penerimaan nasi rempah instan dengan penambahan daging ayam dan jamur kuping	14
4	Deskriptor atribut sensori nasi rempah instan hasil <i>FGD</i>	15
5	Hasil uji intensitas atribut nasi rempah instan dengan penambahan daging ayam dan jamur kuping	16
6	Kandungan gizi nasi rempah instan dengan penambahan daging ayam dan jamur kuping	22
7	Informasi nilai gizi nasi rempah instan	30
8	Kontribusi zat gizi nasi rempah instan dengan penambahan daging ayam dan jamur kuping formula terpilih (F3) terhadap AKG kelompok umum	31

DAFTAR GAMBAR

1	Diagram alir tahapan penelitian	6
2	Proses pembuatan nasi instan modifikasi Rachmawati <i>et al.</i> (2025)	7
3	Diagram alir pembuatan bumbu nasi rempah instan	8
4	Diagram alir pengeringan jamur kuping	9
5	Diagram alir pengeringan wortel	9
6	Penampakan visual nasi rempah instan dengan variasi proporsi daging ayam dan jamur kuping berdasarkan formulasi pada Tabel 2	13

DAFTAR LAMPIRAN

1	Form uji organoleptik	43
2	Form uji intensitas atribut	44
3	Prosedur analisis kandungan zat gizi	45
4	Prosedur analisis serat metode enzimatis gravimetri	48
5	Hasil analisis statistik	49



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.