

## ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, MARET 2019  
SHOLEHA BEKTI MULIYA PUTRI

### STUDI PEMBUATAN NORI DENGAN PENAMBAHAN BAYAM MERAH (*Alternanthera amoena* Voss) DAN DAUN KATUK (*Saurapus adrogynus*) SEBAGAI SUMBER SERAT

**Latar belakang:** Indonesia sangat kaya akan sayuran. Namun, patut disayangkan jika konsumsi sayuran masyarakat kita masih relatif rendah. Sayuran kaya akan serat yang bersifat cukup keras dan padat untuk mempermudah kerja sistem pencernaan, terutama mendorong makanan pada usus. Dalam sehari kebutuhan serat untuk usia >10 tahun pada laki-laki sebanyak 30g dan untuk perempuan sebanyak 28g menurut AKG 2013. Dari hasil Riskesdas lebih dari 90% penduduk usia >10 tahun masih kurang konsumsi sayuran dan hasil data Badan Pusat Statistik Konsumsi Sayur dan Buah 2015 dan Survei Konsumsi Makanan Individu menyatakan bahwa konsumsi sayuran perorang dalam seminggu pada bayam masih rendah hanya 0.077 kg.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh pembuatan *nori* dengan penambahan bayam merah dan daun katuk terhadap kandungan serat yang terdapat di dalamnya.

**Metode:** jenis penelitian ini adalah eksperimental dengan menggunakan instrumen Visual Analog Scale (VAS) dengan empat variasi konsentrasi daun bayam merah dan daun katuk yang berbeda yaitu 25%;5%, 20%;10%, 15%;15%, 10%;20%. Uji statistik yang digunakan adalah uji One Way Anova dilanjutkan dengan uji Bonferroni.

**Hasil:** Berdasarkan uji organoleptik *nori* yang terpilih yaitu T1 dengan konsentrasi daun bayam merah 25 % daun katuk 5%. Untuk hasil mutu hedonik terdapat perbedaan dari segi warna, aroma, dan tekstur. Hasil uji analisis nilai gizi *nori* T2 yaitu kadar air 10.18%, kadar abu 18.98%, lemak 4.80%, protein 18.56%, serat 15.89%, dan karbohidrat 52.53%.

**Kesimpulan:** *Nori* penambahan daun bayam merah dan daun katuk mempunyai pengaruh dalam uji organoleptik dan nilai gizi. bagi penelitian selanjutnya diharapkan mengurangi after taste rasa pahit pada produk dan melakukan uji daya simpan.

**Kata Kunci:** Bayam merah, Daun Katuk, *Nori*, Serat.

**ABSTRACT**

**ESA UNGGUL UNIVERSITY**  
**FACULTY OF HEALTH SCIENCES**  
**PROGRAM FOR NUTRITIONAL SCIENCE STUDY**  
**SKRIPSI, MARCH 2019**  
**SHOLEHA BEKTI MULIYA PUTRI**

**STUDY OF MAKING NORI WITH ADDITION OF RED SPINACH  
(*Alternanthera amoena* Voss) AND KATUK LEAF (*Saurapus adrogynus*) AS A  
SOURCE OF FIBER**

**Background:** : Indonesia is very rich in vegetables. However, it is unfortunate if our community's vegetable consumption is still relatively low. Vegetables are rich in fiber which are hard and dense enough to facilitate the work of the digestive system, especially encouraging food in the intestine. In a day fiber needs for age >10 years for men as much as 30g and for women as much as 28g according to AKG 2013. From the results of Riskesdas more than 90% of the population aged >10 years still lack vegetable consumption and the results of the Vegetable and Fruit Consumption Central Statistics Agency data 2015 and Individual Food Consumption Survey states that consumption of vegetables per person per week in spinach is still low, only 0.077 kg.

**Objective:** To determine the effect of making nori by adding red spinach and katuk leaves to the fiber content contained in it.

**Methods:** This type of research is experimental using Visual Analog Scale (VAS) instruments with four variations in the concentration of red spinach leaves and different katuk leaves, namely 25%, 5%, 20%; 10%, 15%; 15%, 10%; 20%. The statistical test used was the One Way Anova test followed by the Bonferroni test.

**Results:** Based on the selected organoleptic test of nori T1 with a concentration of red spinach leaves 25% katuk leaves 5%. For the results of hedonic quality there are differences in terms of color, aroma, and texture. The test results of the analysis of the nutritional value of T2 were water content of 10.18%, ash content of 18.98%, fat of 4.80%, protein 18.56%, fiber 15.89%, and carbohydrate 52.53%.

**Conclusion:** The addition of red spinach leaves and katuk leaves has an influence in organoleptic test and nutritional value. for further research, it is expected to reduce the bitter after taste of the product and carry out a save power test.

**Keywords:** Red Spinach, Katuk Leaves, Nori, Fiber.