

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

- a. Kadar lemak dalam nasi *uduk* yang dimasak dengan kukusan adalah 7,79% dan pada nasi *uduk* yang dimasak dengan *rice cooker* 9,38%
- b. Terdapat perubahan kadar lemak pada nasi *uduk* yang dimasak menggunakan kukusan (7,79%) maupun *rice cooker* (9,38), dengan selisih perubahannya sebesar 1,59%.

#### **5.2 Saran**

- a. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut adanya kandungan lain yang terdapat dalam nasi *uduk*.
- b. Perlu penelitian ataupun pemilihan metode lain sehingga mendapatkan hasil yang lebih akurat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, M.R., D. Nina, A. Trisno, W.W. Julyanti, N.F. Rafika, H.A. Yuni, dan R.M. Miftachur. 2005. "Analisis Kadar Lemak Metode Soxhlet", (online), (<http://www.academia.edu/11814276/ANALISIS-KADAR-LEMAK-METODE-SOXHLET-AOAC-2005>), diakses 3 januari 2017)
- Asniah, Syair, T. Wahyuni A.S. 2012. "Survei Kejadian Penyakit Busuk Pangkal Batang (*Phytophthora capsici*) Tanaman Lada (*Piper nigrum*. L) Di Kabupaten Konawe Selatan". *Jurnal Agroteknos*. Vol. 2 No. 3. Hal: 151-157.
- Cahyono, M.A. dan S.S. Yuwono. 2015. "Pengaruh Proporsi Santan Dan Lama Pemanasan Terhadap Sifat Fisiko Kimia Dan Organoleptik Bumbu Gado-gado Instan". *Jurnal Pangan dan Agroindustri*. Vol. 3 No. 3 p. 1095-1106, Juli 2015
- Hardinsyah dan Supriasa, D.N. 2017. *Ilmu Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Harismah, K. dan Chusniatun. 2016. "Pemanfaatan Daun Salam (*Eugenia polyantha*) Sebagai Obat Herbal Dan Rempah Penyedap Makanan". *Jurnal Warta LPM*. Vol. 19 No. 2, September 2016: 110-118.
- Herlina, N. dan M.H.S. Ginting. 2002. "Lemak dan Minyak", (Online), (<https://docplayer.info/32453781-Lemak-dan-minyak-netti-herlina-mt-m-hendra-s-ginting-st-fakultas-teknik-jurusan-teknik-kimia-universitas-sumatera-utara.html>), diakses 20 Oktober 2010)
- Herman dan Joetra, W. 2015. "Pengaruh Garam Dapur (NaCl) Terhadap Kembang Susut Tanah Lempung". *Jurnal Momentum*. Vol. 17 No. 1. Februari 2015
- Istiqomah. 2013. "Perbandingan Metode Ekstraksi Maserasi dan Soxhletasi Terhadap Kadar Piperin Buah Cabe Jawa (*Piperis retrofracti fractus*)". Skripsi. Jakarta: Fakultas Farmasi, UIN Syarif Hidayatullah.
- Khasanah, R.A., E. Budiyanto, N. Widiani. 2010. "Pemanfaatan Ekstrak Sereh (*Chymbopogon nardus* L.) Sebagai Alternatif Anti Bakteri Staphylococcus Epidermidis Pada Deodoran Parfume Spray". *Jurnal Penelitian Mahasiswa UNY*, VI (1): 3.
- Koswara, S. 2009. "Teknologi Pengolahan Beras". (Online), (<http://tekpan.unimus.ac.id/wp-content/uploads/2013/07/Teknologi-Pengolahan-Beras-Teori-dan-Praktek.pdf>), diakses 23 Desember 2016)
- Kusuma, I.Y. 2016. "Pemanfaatan Ekstrak Etanol Kelopak Bunga Rosela Untuk Pembuatan Kertas Indikator Asam-Basa Alternatif". Skripsi. Surakarta: Fakultas MIPA, Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Mann, J., A.S. Truswell. 2014. *Ilmu Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC

- Nabilla, E.F. 2017. "Penentuan Kadar Lemak pada Beras Organik dan Anorganik dengan Menggunakan Metode Ekstraksi Soxhlet". KTI. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Setia Budi.
- Novianti, M., V.M.A. Tiwow. K. Mustapa. 2017. "Analisis Kadar Glukosa pada Nasi Putih dan Nasi Jagung dengan Menggunakan Metode Spektrometri". *Jurnal Akademika Kimia*. Vol. 6 No. 2, 107-112, Mei 2017
- Nurdjannah, N. 2004. "Deversifikasi Penggunaan Cengkeh". *Jurnal Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pasca Panen Pertanian*. Vol. 3 No. 2, 61-70, Desember 2004.
- Raharjo, S. 2004. *Kerusakan oksidatif pada Makanan*. Pusat Studi Pangan dan Gizi UGM. Yogyakarta
- Rauf. 2015. "*Kimia Pangan*". Penerbit C.V Andi Offset. Yogyakarta
- Pratama, Y. 2013. "Pemanfaatan Ekstrak Daun Jati (*Tectona grandis Linn. F.*) sebagai Indikator Titrasi Asam-Basa". Skripsi. Semarang: Fakultas MIPA, Universitas Negeri Semarang
- Sartika, R.A.D. 2008. "Pengaruh Asam Lemak Jenuh, Tidak Jenuh dan Asam Lemak Trans terhadap Kesehatan Masyarakat Nasional". *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. Vol. 02, N0. 04, Februari 2008.
- Sudarmadji, S., B. Haryono, Suhardi. 2003. *Analisa Bahan Makanan dan Pertanian*. Yogyakarta: Liberty.
- Utami, R., L.U. Khasanah, K.K. Yunitier, G.J. Manuhara. 2017. "Pengaruh Oleoresin Daun Kayu Manis (*Cinnamomum burmanii*) Dua Tahap terhadap Karakteristik edible Film Tapioka". *Jurnal of Sustainable Agriculture*.
- Veratamala, A. 2017. "Berapa Batas Gula, Garam, dan Lemak yang Boleh dikonsumsi per Hari?", (Online), (<http://www.hellosehat.com/hidup-sehat/tips-sehat/konsumsi-gula-garam-dan-lemak-per-hari/amp/>, diakses 5 September 2017).
- Widhyasari, L.M., N.L.N.D.D. Putri, P.A. Parwati. 2017. "Penentuan Kadar Karbohidrat pada Nasi Putih dalam Proses Pemanasan Rice cooker dengan Variasi Waktu". *Jurnal Medika*, XI (1): 117.
- Widiyanto, I., B.K. Anandito, L.U. Khasanah. 2013. "Ekstraksi Oleoresin Kayu Manis (*Cinnamomum burmanii*) : Optimasi Rendemen dan Pengujian Karakteristik Mutu". *Jurnal Teknologi Hasil Pertanian*. Vol. 6, No. 1. Februari 2013.
- Winarno, F.G. 2004. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta. Gramedia.
- Yunus, A., S. Hartati, R.D.K. Brojokusumojo. 2017. "Performance Of Mentik Wangi Rice Generation M1 From The Results Of Gamma Ray Irradiation". *Jurnal Argosains*. Vol. 19 No. 1, 6-14, 2017.

**L  
A  
M  
P  
I  
R  
A  
N**

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Hasil Penimbangan

- a. Penimbangan labu alas bulat + lemak sampai berat konstan pada sampel nasi *uduk* yang dimasak menggunakan kukusan dan *rice cooker*

Pengulangan	Berat labu + lemak sampai berat konstan (g)
NU-K1	163,1941
NU-K2	107,8929
NU-R1	105,9072
NU-R2	102,7171

- b. Penimbangan labu alas bulat + lemak sampai berat konstan pada sampel nasi putih yang dimasak dengan menggunakan kukusan dan *rice cooker*

Pengulangan	Berat labu + lemak sampai berat konstan (g)
NP-K1	106,8326
NP-K2	153,9894
NP-R1	174,5901
NP-R2	106,5372

## Lampiran 2. Hasil Perhitungan Kadar Lemak

### a. Berat Lemak

Rumus perhitungan

Berat lemak = Berat konstan – Berat labu kosong

Keterangan sampel:

- NU-K1 : Nasi uduk kukus 1
- NU-K2 : Nasi uduk kukus 2
- NU-R1 : Nasi uduk *rice cooker* 1
- NU-R2 : Nasi uduk *rice cooker* 2
- NP-K1 : Nasi putih kukus 1
- NP-K2 : Nasi putih kukus 2
- NP-R1 : Nasi putih *rice cooker* 1
- NP-R2 : Nasi putih *rice cooker* 2

Data perhitungan berat lemak pada nasi uduk

Pengulangan	Berat konstan (g)	Berat labu kosong (g)	Berat lemak (g)
NU-K1	163,2941	163,1121	0,0820
NU-K2	107,8929	107,8133	0,0796
NU-R1	105,9072	105,8026	0,1046
NU-R2	102,7171	102,6319	0,0852

Data perhitungan berat lemak pada nasi putih

Pengulangan	Berat konstan (g)	Berat labu kosong (g)	Berat lemak (g)
NP-K1	106,8326	106,8202	0,0124
NP-K2	153,9894	153,9847	0,0047
NP-R1	174,5901	174,5767	0,0134
NP-R2	106,5372	106,5210	0,0162

b. Kadar Lemak

Rumus Perhitungan

$$\text{Kadar Lemak} = \frac{\text{Berat lemak}}{\text{Berat bahan}} \times 100\%$$

Data perhitungan kadar lemak pada nasi *uduk*

Pengulangan	Berat Lemak (g)	Berat Bahan (g)	Kadar Lemak (%)
NU-K1	0,0820	1,0302	7,96
NU-K2	0,0796	1,0461	7,61
NU-R1	0,1046	1,0035	10,42
NU-R2	0,0852	1,0219	8,34

Data perhitungan kadar lemak pada nasi putih

Pengulangan	Berat Lemak (g)	Berat Bahan (g)	Kadar Lemak (%)
NP-K1	0,0124	0,9775	1,27
NP-K2	0,0047	1,0945	0,43
NP-R1	0,0134	1,0134	1,29
NP-R2	0,0162	1,0162	1,53

### Lampiran 3. Foto Penelitian



Oven



Desikator



Pemanasan sampel dengan HCl 1:1





Penyaringan dengan kertas saring bebas abu

Lanjutan lampiran 3



Rangkaian alat Ekstraksi Soxhlet



Sampel nasi uduk dan nasi putih



Sampel nasi setelah dihaluskan

**Lampiran 4.** Gambar Penimbangan



Berat labu + lemak NU-K2 dan NU-R1 sampai konstan