

**SKRIPSI**

**MODIFIKASI RESEP LAUK IKAN DITINJAU DARI  
TINGKAT KESUKAAN DAN SISA MAKANAN SISWA SMA  
INSAN MULIA *BOARDING SCHOOL* YOGYAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi



Disusun Oleh:

**ARINI DINDA FAKIH  
NIM. P07131216008**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN  
DIETETIKA JURUSAN GIZI DAN DIETETIKA POLITEKNIK  
KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2020**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**“MODIFIKASI RESEP LAUK IKAN DITINJAU DARI TINGKAT  
KESUKAAN DAN SISA MAKANAN SISWA SMA INSAN MULIA  
*BOARDING SCHOOL* YOGYAKARTA”**

Disusun oleh:

Arini Dinda Fakhri  
NIM. P07131216008

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:  
5 Mei 2020

Menyetujui

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Setyowati, SKM, M.Kes  
NIP. 196406211988032002

Nugraheni T.L., SKM, MPH  
NIP. 196701141991032001

Yogyakarta, Mei 2020  
Ketua  
Jurusan Gizi

Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si  
NIP. 196303241986031001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**“MODIFIKASI RESEP LAUK IKAN DITINJAU DARI TINGKAT  
KESUKAAN DAN SISA MAKANAN SISWA SMA INSAN MULIA  
BOARDING SCHOOL YOGYAKARTA”**

Disusun oleh:

ARINI DINDA FAKIH  
P07131216008

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal: 12 Mei 2020

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,  
Tjarono Sari, SKM, M.Kes ( ..... )  
NIP. 196102031985012001

Anggota,  
Setyowati, SKM, M. Kes ( ..... )  
NIP. 196406211988032002

Anggota,  
Nugraheni T. L., SKM, MPH ( ..... )  
196701141991032001

Yogyakarta,.....

Ketua Jurusan Gizi

Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si  
NIP. 196303241986031001

## **HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

**Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar**

**Nama : Arini Dinda Fakhri**

**NIM : P07131216008**

**Tanda tangan :**

**Tanggal : Februari 2020**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas academia Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

---

Nama : Arini Dinda Fakhri  
NIM : P07131216008  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul:

Modifikasi Resep Lauk Ikan ditinjau dari Tingkat Kesukaan dan Sisa Makanan Siswa SMA Insan Mulia *Boarding School* Yogyakarta

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : Februari 2020

Yang menyatakan,

(Arini Dinda Fakhri)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat- Nya saya dapat menyelesaikan Skripsi berjudul “Modifikasi Lauk Ikan ditinjau dari Tingkat Kesukaan dan Sisa Makanan Siswa SMA Insan Mulia *Boarding School*, Yogyakarta”. Penulisan skripsi ini dilakukan untuk mendapatkan gelar Sarjana Terapan Gizi pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini dapat terselesaikan karena bantuan dari berbagai pihak, maka dari itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Susilo, SKM, M. Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bapak Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si selaku Ketua Jurusan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Bapak Dr. Agus Wijanarka, S. SiT, M. Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Ibu Setyowati, SKM, M. Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat, dan sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi.
6. Ibu Tjarono Sari, SKM, M. Kes selaku penguji yang telah memberikan arah, saran, dan bimbingan sehingga peneliti bisa menyempurnakan skripsi.
7. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan, dukungan material dan moral.
8. Teman-teman Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika angkatan 2016 yang telah berjuang bersama selama 4 tahun di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
9. Kepala sekolah, koordinator dapur, pengelola catering beserta seluruh staf SMA Insan Mulia *Boarding School* yang bersedia terlibat dalam penelitian ini.

10. Semua pihak yang telah menyumbangkan motivasi, bantuan dan dukungan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Akhir kata, peneliti minta maaf atas kesalahan yang pernah dilakukan, semoga penulisan skripsi ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan,.

Yogyakarta, Mei 2020

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	v
ABSTRAK .....	vi
ABSTRACT .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan masalah .....	4
C. Tujuan .....	5
D. Ruang Lingkup Penelitian .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	6
F. Keaslian Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
A. Telaah Pustaka .....	8
1. Modifikasi Resep .....	8
2. Tingkat Kesukaan .....	14
3. Sisa Makanan .....	23
4. Panelis .....	28
B. Kerangka Teori .....	31
C. Kerangka Konsep .....	31
D. Hipotesis Penelitian .....	32
BAB III METODE PENELITIAN .....	33
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	33
B. Rancangan Penelitian .....	33
C. Populasi dan Sampel .....	36
D. Waktu dan Tempat .....	36
E. Variabel Penelitian .....	36
F. Definisi Operasional Variabel .....	37
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	40
H. Instrumen dan Bahan .....	41
I. Prosedur Penelitian .....	42
J. Manajemen Data .....	45



K. Etika Penelitian .....	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	48
A. Hasil Penelitian .....	48
1. Gambaran Umum SMA.....	48
2. Gambaran Umum Siswa.....	49
3. Gambaran umum penyelenggaraan makanan sekolah.....	50
4. Gambaran Lauk Ikan (Bandeng presto goreng telur dan Nugget Ikan Bandeng).....	52
5. Tingkat Kesukaan Panelis.....	60
6. Tingkat Kesukaan Siswa.....	66
7. Perbedaan Tingkat Kesukaan Siswa terhadap Lauk Ikan....	72
8. Sisa Makanan Siswa .....	73
9. Perbedaan Sisa Makanan Responden pada Lauk Ikan.....	74
B. Pembahasan .....	75
1. Karakteristik Siswa.....	75
2. Gambaran Modifikasi Resep .....	76
3. Tingkat Kesukaan Panelis dan Responden .....	81
4. Perbedaan Tingkat Kesukaan Responden .....	89
5. Sisa Makanan Responden .....	90
C. Keterbatasan Penelitian .....	94
BAB V PENUTUP.....	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA .....	97
LAMPIRAN .....	100

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Contoh menu sehari di SMA Insan Mulia <i>Boarding School</i> Yogyakarta .....	52
Tabel 2. Nilai Gizi Bandeng Goreng Telur dan Nugget Bandeng .....	57
Tabel 3. <i>Food cost</i> Resep lama Dan Resep Modifikasi .....	60
Tabel 4. Hasil Uji Perbedaan Tingkat Kesukaan Responden.....	72
Tabel 5. Hasil Uji Perbedaan Sisa Makanan Responden .....	74

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka teori modifikasi resep .....	31
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian.....	31
Gambar 3. Karakteristik siswa berdasarkan jenis kelamin .....	49
Gambar 4. Karakteristik siswa berdasarkan umur .....	50
Gambar 5. Resep lama Bandeng Goreng Telur .....	53
Gambar 6. Resep Modifikasi Nugget Bandeng .....	53
Gambar 7. Tingkat kesukaan panelis terhadap warna lauk ikan .....	61
Gambar 8. Tingkat kesukaan panelis terhadap rasa lauk ikan .....	62
Gambar 9. Tingkat kesukaan panelis terhadap aroma lauk ikan .....	63
Gambar 10. Tingkat kesukaan panelis terhadap tekstur lauk ikan .....	64
Gambar 11. Tingkat kesukaan panelis terhadap bentuk lauk ikan .....	65
Gambar 12. Tingkat kesukaan panelis seluruh aspek penilaian .....	66
Gambar 13. Tingkat kesukaan siswa terhadap warna lauk ikan .....	67
Gambar 14. Tingkat kesukaan responden terhadap rasa lauk ikan.....	68
Gambar 15. Tingkat kesukaan responden terhadap aroma lauk ikan .....	69
Gambar 16. Tingkat kesukaan responden terhadap tekstur lauk ikan .....	70
Gambar 17. Tingkat kesukaan responden terhadap bentuk lauk ikan .....	71
Gambar 18. Tingkat kesukaan responden seluruh aspek penilaian .....	71
Gambar 19. Sisa Makanan Siswa pada resep lama dan modifikasi.....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Layak Etik .....	100
Lampiran 2. Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian .....	101
Lampiran 3. Informed Consent .....	103
Lampiran 4. Form Identitas Responden .....	104
Lampiran 5. Form Uji Kesukaan Panelis dan Responden .....	105
Lampiran 6. Form Penimbangan Makanan .....	107
Lampiran 7. Resep Uji Coba hingga Resep Akhir. ....	108
Lampiran 8. Resep Lauk Ikan.....	111
Lampiran 9. Tabulasi Nilai Gizi Resep Lama dan Modifikasi.....	114
Lampiran 10. Rincian <i>Food cost</i> .....	115
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian .....	116
Lampiran 12. Siklus Menu SMA Insan Mulia <i>Boarding School</i> Yogyakarta .....	118
Lampiran 13. Anggaran Penelitian .....	120
Lampiran 14. Jadwal Penelitian.....	121