

**Kajian Pembuatan Abon Ayam dengan Substitusi Jantung Pisang Kepok
(*Musa paradisiaca*) sebagai Makanan Alternatif Tinggi Serat (Study
Making Shredded Chicken with Banana Heart Substitution Kepok
(*Musa paradisiaca*) as Alternative High Fiber Food).**
Ir. Rindiani, MP as chief counselor

Ida Mawarda
Study Program of Clinical Nutrition
Majoring of Health
Program Studi Gizi Klinik
Jurusan Kesehatan

ABSTRACT

The use of kepok banana's heart in making abon as an alternative high-fiber food. The heart of Kepok banana has a high fiber content compared to other banana hearts. Research objective: to determine the content of nutrients, especially fiber in shredded chicken with substitution of kepok banana heart. Research method: laboratory experiment research using randomized block design with 6 shredded chicken treatments with substitution of kepok banana heart namely: P1 (90% chicken meat, 10% banana heart), P2 (80% chicken meat, 20% banana heart), P3 (70% chicken meat, 30% banana heart), P4 (60% chicken meat, 40% banana heart), P5 (50% chicken meat, 50% banana heart), P6 (40% chicken meat, 60% banana heart) , and each repeated 4 times. The results of the study: the use of chicken meat with the substitution of banana heart in various treatments affects the fiber content of abon, the more the heart of the banana is used the higher the fiber content. Treatment of P5 (50% chicken meat, 50% banana heart) is the best treatment in terms of effectiveness index. Conclusion: The best treatment of P5 (50% chicken meat, 50% banana heart) in 100 grams abon has a fiber content of 8,29 grams.

Keywords:*Fiber, Chicken Meat, Banana Heart*

**Kajian Pembuatan Abon Ayam dengan Substitusi Jantung Pisang Kepok
(*Musa paradisiaca*) sebagai Makanan Alternatif Tinggi Serat (Study
Making Shredded Chicken with Banana Heart Substitution Kepok
(*Musa paradisiaca*) as Alternative High Fiber Food).**
Ir. Rindiani, MP as chief counselor

Ida Mawarda
Study Program of Clinical Nutrition
Majoring of Health
Program Studi Gizi Klinik
Jurusan Kesehatan

ABSTRAK

Penggunaan jantung pisang kepok dalam pembuatan abon sebagai makanan alternatif tinggi serat. Jantung pisang kepok memiliki kandungan serat yang tinggi dibandingkan dengan jantung pisang yang lainnya. Tujuan penelitian : untuk mengetahui kandungan zat gizi terutama serat pada abon ayam dengan substitusi jantung pisang kepok. Metode penelitian : penelitian eksperimen laboratoris yang menggunakan rancangan acak kelompok dengan 6 perlakuan abon ayam dengan substitusi jantung pisang kepok yaitu: P1 (90% daging ayam, 10% jantung pisang), P2 (80% daging ayam, 20% jantung pisang), P3 (70% daging ayam, 30% jantung pisang), P4 (60% daging ayam, 40% jantung pisang), P5 (50% daging ayam, 50% jantung pisang), P6 (40% daging ayam, 60% jantung pisang), dan masing-masing diulang sebanyak 4 kali. Hasil penelitian : penggunaan daging ayam dengan substitusi jantung pisang pada berbagai perlakuan berpengaruh terhadap kandungan serat pada abon, semakin banyak jantung pisang yang digunakan semakin tinggi kandungan serat. Perlakuan P5 (50% daging ayam, 50% jantung pisang) merupakan perlakuan terbaik ditinjau dari indeks efektivitas. Kesimpulan : Perlakuan terbaik P5 (50% daging ayam, 50% jantung pisang) dalam 100 gram abon memiliki kandungan serat 8,29 gram.

Kata Kunci : *Serat, Daging Ayam, Jantung Pisang*