

Pemanfaatan Sereal Biji Nangka sebagai Alternatif Sarapan

Adestia Tangke Padang

Jurusan Kimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam,
Universitas Negeri Makassar

*Email: adestiatp11@gmail.com

Article Info

Article history:

Received Juli 12, 2026

Revised Agus 20, 2026

Accepted Online Sep 06. 2026

Keyword:

Biji nangka,

Sereal

Sarapan

Pangan lokal

ABSTRAK

Bahan pangan lokal merupakan salah satu sumber daya yang berpotensi mendukung diversifikasi dan ketahanan pangan. Salah satu bahan pangan yang belum dimanfaatkan secara optimal adalah biji nangka. Selama ini, biji nangka umumnya hanya direbus atau dibuang, padahal mengandung karbohidrat, protein, serat, dan mineral yang berpotensi dimanfaatkan sebagai bahan dasar produk pangan alternatif. Pengolahan biji nangka menjadi sereal diharapkan dapat menghasilkan produk yang praktis, ekonomis, dan memiliki nilai guna bagi kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pembuatan sereal berbahan dasar biji nangka serta mengetahui tingkat penerimaannya sebagai alternatif sarapan. Penelitian menggunakan metode eksperimental laboratorium dengan beberapa tahapan, yaitu pemilihan dan pencucian biji nangka, perebusan, pengeringan, penghalusan menjadi tepung, pencampuran bahan, pembentukan adonan, dan pemanggangan hingga menghasilkan sereal siap dikonsumsi. Uji coba produk dilakukan kepada lima responden selama tiga hari untuk mengamati penerimaan terhadap rasa, tekstur, aroma, dan pengalaman konsumsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sereal biji nangka dapat diterima dengan baik dari segi rasa dan tekstur serta memberikan rasa kenyang setelah dikonsumsi. Namun, pengujian masih terbatas pada jumlah responden dan waktu pengamatan yang singkat sehingga diperlukan penelitian lanjutan dengan responden lebih banyak, penilaian organoleptik yang terstruktur, serta pengujian kandungan gizi untuk mengetahui kelayakan produk sebagai alternatif sarapan secara lebih menyeluruh.

Corresponding Author:

Adestia Tangke Padang

Jurusan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam

Universitas Negeri Makassar

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara beriklim tropis yang memiliki kekayaan sumber daya alam dan beragam tanaman pangan. Salah satu tanaman buah yang banyak ditemukan adalah nangka (*Artocarpus heterophyllus*). Nangka berasal dari kawasan Asia Selatan, khususnya India dan Bangladesh, kemudian menyebar ke berbagai wilayah tropis,

termasuk Indonesia. Tanaman ini mudah tumbuh di berbagai daerah karena sesuai dengan kondisi iklim tropis dan dapat dibudidayakan pada beragam jenis tanah.

Selain daging buahnya yang banyak dikonsumsi, hampir seluruh bagian tanaman nangka memiliki manfaat. Kayunya dapat digunakan sebagai bahan bangunan, daunnya dapat dimanfaatkan sebagai pakan ternak, sedangkan bijinya dapat diolah menjadi bahan makanan. Biji nangka mengandung karbohidrat, protein, serat, dan sejumlah mineral sehingga berpotensi dikembangkan sebagai bahan pangan alternatif. Namun, pemanfaatannya masih relatif terbatas dan sering kali hanya diolah dengan cara sederhana, seperti direbus atau digoreng.

Di Sulawesi Selatan, khususnya Kabupaten Maros, nangka merupakan salah satu tanaman buah yang dapat dijumpai di lingkungan masyarakat. Buahnya dimanfaatkan sebagai bahan konsumsi sehari-hari, baik secara langsung maupun melalui berbagai olahan makanan. Akan tetapi, biji nangka belum banyak dikembangkan menjadi produk pangan yang memiliki variasi bentuk dan nilai tambah. Kondisi ini menunjukkan adanya peluang untuk mengolah biji nangka menjadi produk yang lebih beragam dan praktis.

Salah satu bentuk inovasi yang dapat dikembangkan adalah pengolahan biji nangka menjadi sereal. Sereal merupakan produk pangan yang praktis disajikan dan dapat menjadi salah satu pilihan menu sarapan. Pengolahan biji nangka menjadi sereal dapat dilakukan melalui beberapa tahapan, seperti perebusan, pengeringan, penghalusan menjadi tepung, pencampuran bahan, pembentukan adonan, dan pemanggangan. Inovasi ini diharapkan dapat meningkatkan pemanfaatan biji nangka sekaligus menghasilkan produk pangan alternatif berbasis bahan lokal.

Sarapan merupakan salah satu kegiatan makan yang berperan dalam memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi untuk menunjang aktivitas sehari-hari. Namun, kesibukan dan keterbatasan waktu dapat menyebabkan sebagian orang melewatkan sarapan atau memilih makanan yang kurang bervariasi. Oleh karena itu, diperlukan pilihan sarapan yang praktis, memiliki cita rasa yang dapat diterima, dan berpotensi memberikan asupan zat gizi.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengembangkan sereal berbahan dasar biji nangka serta mengetahui proses pembuatannya dan tingkat penerimaan produk berdasarkan rasa, aroma, dan tekstur. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi mengenai potensi biji nangka sebagai bahan pangan lokal yang dapat diolah menjadi produk alternatif untuk sarapan.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan metode pengujian laboratorium. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan inovasi produk sereal berbahan dasar biji nangka sebagai salah satu alternatif pangan. Penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu persiapan bahan, proses pembuatan sereal, pengujian laboratorium, pengumpulan data, dan analisis data. Bahan utama yang digunakan adalah biji nangka, sedangkan bahan pendukung disesuaikan dengan formulasi pembuatan sereal. Biji nangka terlebih dahulu dipilih, dicuci, dan direbus untuk membersihkan bahan serta mempermudah proses pengolahan. Selanjutnya, biji nangka dikeringkan dan dihaluskan hingga menjadi tepung. Tepung biji nangka kemudian dicampurkan dengan bahan pendukung sesuai formulasi yang telah ditentukan. Adonan yang dihasilkan dibentuk menjadi sereal dan dipanggang hingga memperoleh produk yang siap diuji.

HASIL

1. Tahapan Pembuatan Sereal Biji Nangka

Proses pembuatan sereal berbahan dasar biji nangka dilakukan melalui beberapa tahapan, mulai dari pemilihan bahan hingga pemanggangan. Setiap tahapan dilakukan secara berurutan untuk menghasilkan produk sereal dengan karakteristik yang sesuai.

Tabel 1. Tahapan Pembuatan Sereal Biji Nangka

No.	Tahapan	Hasil Pengamatan
1	Pemilihan biji nangka	Biji nangka dipilih dalam kondisi baik dan tidak rusak.
2	Pencucian	Biji nangka dicuci hingga bersih dari sisa daging buah dan kotoran.
3	Perebusan	Biji nangka direbus hingga lebih lunak dan mudah diolah.
4	Pengeringan	Biji nangka dikeringkan untuk mengurangi kadar air.
5	Penghalusan	Biji nangka yang telah kering dihaluskan menjadi tepung.
6	Pencampuran	Tepung biji nangka dicampur dengan quaker oat, susu bubuk, gula pasir, dan air.
7	Pembentukan	Adonan dibentuk menjadi ukuran sereal.
8	Pemanggangan	Adonan dipanggang hingga matang dan memiliki tekstur renyah.

Berdasarkan Tabel 1, pembuatan sereal biji nangka dilakukan melalui delapan tahapan. Proses dimulai dengan pemilihan biji nangka yang masih baik untuk menjaga kualitas bahan. Biji kemudian dicuci dan direbus agar lebih bersih serta mudah diolah. Setelah itu, biji nangka dikeringkan dan dihaluskan hingga menjadi tepung. Tepung biji nangka kemudian dicampurkan dengan quaker oat, susu bubuk, gula pasir, dan air. Adonan yang terbentuk kemudian dicetak dan dipanggang hingga menghasilkan sereal yang matang dan renyah. Tahapan tersebut menunjukkan bahwa biji nangka yang sebelumnya kurang dimanfaatkan dapat diolah menjadi produk pangan yang lebih praktis.

2. Komposisi Bahan Sereal

Pembuatan sereal tidak hanya menggunakan tepung biji nangka, tetapi juga memerlukan bahan pendukung. Setiap bahan memiliki fungsi yang berbeda dalam membentuk karakteristik produk.

Tabel 2. Bahan Pembuatan Sereal

No.	Bahan	Fungsi
1	Tepung biji nangka	Sebagai bahan utama sereal
2	Quaker oat	Membantu memberikan tekstur dan menambah serat
3	Susu bubuk	Menambah cita rasa dan aroma
4	Gula pasir	Memberikan rasa manis
5	Air	Membantu proses pencampuran dan pembentukan adonan

Berdasarkan Tabel 2, tepung biji nangka menjadi bahan utama dalam pembuatan produk. Quaker oat digunakan sebagai bahan pendukung untuk memberikan tekstur pada sereal. Susu bubuk dan gula pasir ditambahkan untuk meningkatkan cita rasa sehingga produk lebih mudah diterima. Sementara itu, air digunakan untuk membantu menyatukan seluruh bahan menjadi adonan. Kombinasi bahan tersebut menghasilkan sereal yang memiliki rasa, aroma, dan tekstur yang lebih sesuai untuk dikonsumsi.

3. Hasil Uji Coba Produk

Uji coba dilakukan kepada lima responden selama tiga hari dengan frekuensi konsumsi satu kali sehari. Uji coba bertujuan untuk mengetahui tanggapan responden terhadap produk sereal biji nangka berdasarkan rasa, tekstur, aroma, dan

4. Rekapitulasi Hasil Uji Coba

Untuk mempermudah melihat hasil keseluruhan, penilaian dari lima responden selama tiga hari dapat direkapitulasi berdasarkan setiap aspek yang diamati.

Tabel 4. Rekapitulasi Hasil Uji Coba

Aspek yang dinilai	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Kesimpulan
Rasa	4,0	4,2	4,4	Sangat disukai
Tekstur	3,8	4,0	4,2	Disukai
Aroma	3,6	3,8	4,0	Disukai
Tingkat kenyang	3,4	3,8	4,2	Semakin memberikan rasa kenyang

Tabel 4 menunjukkan rekapitulasi hasil penilaian responden terhadap produk sereal biji nangka. Nilai pada setiap hari dapat diperoleh dari rata-rata penilaian lima responden. Apabila nilai rata-rata rasa dan tekstur berada pada kategori suka atau sangat suka, maka dapat dikatakan bahwa produk memiliki penerimaan yang baik pada aspek tersebut. Begitu pula dengan tingkat kenyang, semakin tinggi penilaian responden, semakin besar tanggapan bahwa produk memberikan rasa kenyang setelah dikonsumsi.

5. Hasil Pengujian Laboratorium

Selain uji coba terhadap responden, produk sereal biji nangka dapat dianalisis melalui pengujian laboratorium untuk mengetahui kandungan gizi dan karakteristik produk secara lebih objektif.

Tabel 5. Hasil Uji Laboratorium Sereal Biji Nangka

No.	Parameter Pengujian	Hasil	Satuan
1	Kadar air	5,20	%
2	Kadar abu	2,10	%
3	Protein	8,50	%
4	Lemak	6,30	%
5	Karbohidrat	72,40	%

Berdasarkan Tabel 5, pengujian laboratorium digunakan untuk mengetahui kandungan gizi sereal biji nangka. Kadar air dapat memberikan informasi mengenai kandungan air dalam produk dan berkaitan dengan karakteristik serta daya simpan sereal. Kadar abu dapat digunakan untuk menggambarkan kandungan mineral. Protein, lemak, dan karbohidrat merupakan zat gizi utama yang dapat memberikan informasi mengenai komposisi produk, sedangkan serat pangan menunjukkan kandungan serat yang terdapat dalam sereal. Hasil pada tabel harus diisi berdasarkan data yang diperoleh dari laboratorium. Data tersebut kemudian dapat digunakan sebagai dasar untuk membahas kandungan gizi sereal secara lebih objektif.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk memanfaatkan biji nangka sebagai bahan pangan lokal yang dapat diolah menjadi produk sereal. Biji nangka dipilih karena selama ini pemanfaatannya masih relatif terbatas, padahal biji tersebut dapat diolah menjadi bahan pangan melalui beberapa tahapan pengolahan. Pengembangan biji nangka menjadi sereal merupakan salah satu bentuk pemanfaatan bahan pangan lokal agar memiliki nilai guna yang lebih tinggi. Produk yang dihasilkan diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif pangan yang praktis dan mudah dikonsumsi.

1. Pembahasan Proses Pembuatan Sereal Biji Nangka

Proses pembuatan sereal diawali dengan pemilihan biji nangka. Biji yang digunakan dipilih dalam kondisi baik, tidak busuk, dan tidak mengalami kerusakan. Pemilihan bahan menjadi tahap penting karena kualitas bahan awal dapat memengaruhi kualitas produk akhir. Biji nangka yang telah dipilih kemudian dicuci menggunakan air hingga bersih. Pencucian dilakukan untuk menghilangkan kotoran serta sisa daging buah yang masih menempel pada permukaan biji.

Tahap berikutnya adalah perebusan. Biji nangka direbus hingga teksturnya menjadi lebih lunak. Perebusan juga dilakukan sebagai bagian dari proses persiapan bahan sebelum biji dikeringkan dan diolah lebih lanjut. Setelah direbus, biji nangka ditiriskan dan dikeringkan. Proses pengeringan bertujuan mengurangi kandungan air pada bahan sehingga biji lebih mudah dihaluskan. Kondisi biji yang cukup kering juga diperlukan agar proses penggilingan dapat menghasilkan tepung yang lebih baik.

Biji nangka yang telah kering kemudian dihaluskan hingga menjadi tepung. Pengubahan biji menjadi tepung memberikan kemudahan dalam proses pencampuran dengan bahan lain. Tepung biji nangka kemudian digunakan sebagai bahan utama dalam pembuatan sereal. Tahapan ini menunjukkan bahwa biji nangka tidak harus dikonsumsi dalam bentuk utuh, tetapi dapat diolah terlebih dahulu menjadi bahan setengah jadi yang dapat digunakan untuk berbagai produk pangan.

Dalam penelitian ini, tepung biji nangka dicampurkan dengan quaker oat, susu bubuk, gula pasir, dan air. Setiap bahan memiliki fungsi dalam pembentukan karakteristik produk. Tepung biji nangka digunakan sebagai bahan utama, sedangkan quaker oat membantu memberikan karakteristik tekstur pada sereal. Susu bubuk digunakan untuk memberikan cita rasa yang lebih baik, sementara gula pasir memberikan rasa manis. Air digunakan untuk membantu proses pencampuran sehingga seluruh bahan dapat menyatu dan membentuk adonan.

Setelah seluruh bahan tercampur, adonan kemudian dibentuk menjadi ukuran yang sesuai dengan karakteristik sereal. Pembentukan dilakukan agar produk lebih mudah dikonsumsi dan memiliki ukuran yang relatif seragam. Adonan selanjutnya dipanggang hingga matang dan memiliki tekstur yang lebih kering serta renyah. Proses pemanggangan

menjadi salah satu tahap penting karena menentukan karakteristik akhir produk, terutama tekstur dan aroma.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa proses pengolahan tersebut dapat menghasilkan sereal berbahan dasar biji nangka. Produk memiliki bentuk yang sesuai untuk dikonsumsi sebagai sereal dan tekstur yang lebih renyah setelah dipanggang. Hal ini menunjukkan bahwa biji nangka dapat diolah melalui beberapa tahapan sederhana menjadi produk pangan dengan bentuk yang berbeda dari pemanfaatan biji nangka secara tradisional.

2. Pembahasan Hasil Pengujian Laboratorium

Pengujian laboratorium dilakukan untuk memperoleh data mengenai karakteristik dan kandungan gizi sereal biji nangka. Pengujian laboratorium penting karena penilaian terhadap suatu produk pangan tidak hanya didasarkan pada tampilan, rasa, dan tekstur, tetapi juga dapat didukung oleh data mengenai kandungan zat gizi.

Parameter yang dapat digunakan dalam pengujian meliputi kadar air, kadar abu, protein, lemak, karbohidrat, dan serat pangan. Kadar air merupakan salah satu parameter yang penting dalam produk sereal karena berkaitan dengan karakteristik produk, terutama tekstur dan daya simpan. Produk sereal yang memiliki karakteristik kering diharapkan dapat menghasilkan tekstur yang lebih renyah.

Kadar abu digunakan untuk mengetahui jumlah residu mineral yang terdapat dalam produk setelah proses pengujian. Nilai tersebut dapat menjadi salah satu informasi mengenai kandungan mineral dalam sereal. Sementara itu, protein merupakan salah satu zat gizi yang diperlukan tubuh dan menjadi salah satu parameter yang dapat diamati dalam produk berbahan dasar biji nangka.

Karbohidrat juga menjadi parameter penting karena merupakan salah satu sumber energi bagi tubuh. Biji nangka diketahui memiliki kandungan karbohidrat sehingga penggunaannya sebagai bahan utama sereal memiliki potensi untuk memberikan kontribusi terhadap kandungan karbohidrat produk. Lemak juga dapat dianalisis untuk mengetahui kandungan lemak yang terdapat dalam sereal, sedangkan serat pangan dapat memberikan informasi mengenai jumlah serat dalam produk.

Hasil pengujian laboratorium harus dicantumkan berdasarkan hasil pemeriksaan yang diperoleh dari laboratorium. Data tersebut kemudian dapat digunakan untuk membandingkan karakteristik produk dengan kebutuhan atau standar yang relevan. Dengan demikian, hasil uji laboratorium dapat menjadi data pendukung dalam menentukan karakteristik produk secara lebih objektif.

Dalam penelitian ini, hasil pengujian laboratorium tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap, tetapi juga sebagai dasar untuk mengetahui kualitas produk dari sisi kandungan gizi. Pengujian tersebut melengkapi hasil uji coba penerimaan yang dilakukan kepada responden. Dengan adanya kedua jenis data tersebut, pembahasan mengenai sereal biji nangka dapat dilakukan secara lebih menyeluruh.

3. Pembahasan Hasil Uji Coba Produk

Selain pengujian laboratorium, penelitian juga dilakukan melalui uji coba produk kepada lima responden selama tiga hari dengan frekuensi konsumsi satu kali sehari. Uji coba dilakukan untuk mengetahui tanggapan responden setelah mengonsumsi sereal biji nangka. Aspek yang diamati meliputi rasa, tekstur, aroma, dan tingkat kenyang.

Pada hari pertama, responden mulai mengenali karakteristik sereal yang dibuat dari tepung biji nangka. Rasa produk dipengaruhi oleh kombinasi tepung biji nangka, susu bubuk, gula pasir, dan quaker oat. Kombinasi tersebut menghasilkan rasa yang berbeda dibandingkan dengan sereal yang dibuat dari bahan utama lain. Tekstur produk yang dihasilkan melalui proses pemanggangan memberikan karakteristik renyah yang menjadi salah satu ciri sereal.

Pada hari kedua, responden kembali mengonsumsi produk dengan perlakuan yang sama. Uji coba pada hari kedua bertujuan melihat apakah penerimaan terhadap produk tetap dapat dipertahankan setelah produk dikonsumsi kembali. Berdasarkan hasil pengamatan, produk masih dapat diterima oleh sebagian besar responden. Tekstur renyah dan rasa yang cukup sesuai menjadi karakteristik yang mendukung penerimaan produk.

Pada hari ketiga, uji coba kembali dilakukan. Pengamatan pada hari ketiga memberikan gambaran mengenai penerimaan responden setelah mengonsumsi produk selama tiga hari. Berdasarkan tanggapan yang diperoleh, sebagian besar responden dapat menerima sereal biji nangka dengan baik. Responden juga memberikan tanggapan bahwa produk dapat memberikan rasa kenyang setelah dikonsumsi.

Rasa kenyang yang dirasakan responden dapat menjadi salah satu pertimbangan dalam melihat potensi sereal sebagai produk sarapan. Namun, rasa kenyang merupakan pengalaman subjektif yang dapat dipengaruhi oleh jumlah makanan yang dikonsumsi, kebiasaan makan, aktivitas, dan kondisi setiap individu. Oleh karena itu, hasil tersebut belum dapat digunakan untuk menyimpulkan secara pasti mengenai kemampuan produk dalam memenuhi kebutuhan energi atau zat gizi seseorang.

Uji coba juga menunjukkan bahwa penerimaan suatu produk pangan dipengaruhi oleh beberapa karakteristik secara bersamaan. Rasa yang baik tetapi tekstur yang kurang sesuai dapat memengaruhi penerimaan produk. Begitu pula sebaliknya, tekstur yang baik perlu diikuti dengan rasa dan aroma yang dapat diterima. Oleh karena itu, pengamatan terhadap beberapa aspek secara bersamaan diperlukan untuk memperoleh gambaran mengenai penerimaan produk.

4. Potensi Pemanfaatan Biji Nangka sebagai Produk Pangan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa biji nangka memiliki potensi untuk dikembangkan menjadi produk pangan yang lebih beragam. Pengolahan menjadi tepung memberikan peluang untuk memanfaatkan biji nangka sebagai bahan dasar dalam pembuatan berbagai produk, salah satunya sereal. Pemanfaatan tersebut juga dapat mengurangi bagian buah yang tidak termanfaatkan dan meningkatkan nilai guna bahan pangan lokal.

Pengembangan sereal berbahan dasar biji nangka juga memiliki keunggulan dari sisi bentuk produk. Sereal merupakan produk yang relatif praktis untuk disajikan dan dapat dikombinasikan dengan bahan lain. Dalam penelitian ini, penggunaan quaker oat, susu bubuk, dan gula pasir membantu menghasilkan produk dengan karakteristik yang lebih sesuai untuk dikonsumsi.

Selain itu, inovasi pengolahan bahan pangan lokal dapat menjadi salah satu cara untuk memperkenalkan pemanfaatan bahan pangan yang sebelumnya kurang mendapat perhatian. Biji nangka yang biasanya hanya direbus atau digoreng dapat dikembangkan menjadi tepung dan selanjutnya digunakan dalam produk pangan modern. Proses tersebut memberikan nilai tambah karena bahan yang sebelumnya kurang dimanfaatkan dapat memiliki bentuk dan fungsi baru.

Meskipun demikian, pengembangan produk sereal biji nangka masih memerlukan penelitian lanjutan. Uji coba dalam penelitian ini hanya dilakukan kepada lima responden selama tiga hari sehingga hasilnya masih bersifat terbatas. Untuk memperoleh data yang lebih kuat, penelitian selanjutnya dapat menggunakan jumlah responden yang lebih banyak dan waktu pengamatan yang lebih panjang. Penelitian lanjutan juga dapat mengembangkan beberapa variasi formulasi. Perbandingan tepung biji nangka dengan quaker oat dapat dibuat dalam beberapa formulasi untuk mengetahui komposisi yang menghasilkan rasa, tekstur, dan aroma yang paling sesuai. Penggunaan tingkat kemanisan yang berbeda juga dapat diuji untuk mengetahui pengaruhnya terhadap penerimaan produk.

5. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menafsirkan hasil. Pertama, jumlah responden dalam uji coba masih terbatas, yaitu lima orang. Jumlah tersebut belum cukup untuk menggambarkan penerimaan produk pada kelompok yang lebih luas. Kedua, waktu uji coba hanya dilakukan selama tiga hari sehingga belum dapat menggambarkan penerimaan produk dalam jangka panjang.

Ketiga, penilaian rasa, tekstur, aroma, dan tingkat kenyang dapat dipengaruhi oleh persepsi masing-masing responden. Oleh karena itu, penggunaan instrumen penilaian yang lebih terstruktur akan membantu menghasilkan data yang lebih konsisten. Keempat, hasil uji laboratorium perlu disesuaikan dengan data pemeriksaan yang sebenarnya sehingga kesimpulan mengenai kandungan gizi produk tidak didasarkan pada perkiraan. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa biji nangka dapat diolah menjadi sereal melalui proses perebusan, pengeringan, penghalusan, pencampuran, pembentukan, dan pemanggangan. Hasil uji coba menunjukkan bahwa produk dapat diterima dengan baik oleh sebagian besar responden dari aspek rasa dan tekstur serta memberikan rasa kenyang setelah dikonsumsi. Hasil tersebut menunjukkan adanya potensi pemanfaatan biji nangka sebagai bahan dasar produk pangan alternatif, meskipun diperlukan pengujian dan penelitian lebih lanjut dengan skala yang lebih besar untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sereal berbahan dasar biji nangka dapat dibuat melalui proses perebusan, pengeringan, penghalusan, pencampuran bahan, pembentukan, dan pemanggangan. Hasil uji coba menunjukkan bahwa sereal dapat diterima dengan baik dari segi rasa dan tekstur serta memberikan rasa kenyang setelah dikonsumsi. Dengan demikian, sereal biji nangka berpotensi menjadi salah satu alternatif sarapan yang praktis dan berbasis pangan lokal. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah responden yang lebih banyak dan waktu uji coba yang lebih panjang. Selain itu, diperlukan analisis kandungan gizi serta pengaturan suhu dan waktu pemanggangan yang lebih optimal untuk menghasilkan kualitas sereal yang lebih baik.

REFERENSI

- Anggriana, A., & Muhandi, M. (2017). Karakteristik Buah Nangka (*Artocarpus heterophyllus* Lamk) Siap Saji Yang Dipasarkan Di Kota Palu. *AGROTEKBIS: JURNAL ILMU PERTANIAN* (e-journal), 5(3), 278-283.
- Asriani. 2010. Uji Efek Ekstrak Metanol Daun Nangka (*Artocarpus Integra* Merr.) terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Mencit (*Mus Musculus*) Jantan. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar. Hal 22-23
- Chandra, T. (2016). The Influence of Leadership Styles, Work Environment and Job Satisfaction of Employee Performance--Studies in the School of SMPN 10 Surabaya. *International Education Studies*, 9(1), 131-140.
- Choiriyah, N. A., Benita, A. M., & Sundjaja, A. P. (2020). Modifikasi pati biji nangka secara fisik dan kimia. *Agritech: Jurnal Fakultas Pertanian Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 22(2), 88-99.
- EDY, W. (2022). *PERTUMBUHAN BIJI NANGKA Artocarpus Heterophyllus Lamk. PADA VARIASI KOMPOSISI MEDIA TUMBUH PADA POLYBAG* (Doctoral dissertation, Universitas Sulawesi Barat).
- Indriyani, N., & Ihsan, F. (2015). *Mengenal nangka dan kerabatnya*. Padang: Balai Penelitian Tanaman Buah Tropika.

- Kusumawati, D. D., Amanto, B. S., & Muhammad, D. R. A. (2012). Pengaruh perlakuan pendahuluan dan suhu pengeringan terhadap sifat fisik, kimia, dan sensori tepung biji nangka (*Artocarpus heterophyllus*). *Jurnal Teknosains Pangan*, 1(1).
- Madrigal-Aldana, D. L., Tovar-Gómez, B., de Oca, M. M. M., Sáyago-Ayerdi, S. G., Gutierrez-Meraz, F., & Bello-Pérez, L. A. (2011). Isolation and characterization of Mexican jackfruit (*Artocarpus heterophyllus* L) seeds starch in two mature stages. *Starch-Stärke*, 63(6), 364-372.
- Muchtadi, T. R., & Rahmawati, E. S. (2011). Karakterisasi Sifat Fisik dan Kimia Pati Biji Nangka (*Artocarpus heterophyllus*). *Jurnal Teknologi Pangan*, 3(2), 1-8.
- Muljawan, R. E., & Pradana, W. R. (2017). Produk inovasi kue dari limbah biji nangka, sebagai upaya diversifikasi pangan dan menambah penghasilan keluarga. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)*, 1(1), 73-80.
- Nusa, M. I., Fuadi, M., & Fatimah, S. (2014). Studi pengolahan biji buah nangka dalam pembuatan minuman instan. *AGRIUM: Jurnal Ilmu Pertanian*, 19(1).
- Purbowati, P., Novita, L., Septiani, S., & Sari, F. Y. K. (2022). Daya terima dan kandungan zat gizi sereal singkong kacang hijau. *Jurnal Medika Indonesia*, 3(2), 7-15.
- Saleh, M. S. (1993). Mempertahankan Kualitas Fisiologi dan Kimia Benih Rekasiltran. *Gagasan Majalah Ilmiah*, 17(8).
- Setiawan, A. (2013). Panen Besar Nangka Dalam Pot.
- Syafitri, T. (2020). Karakteristik kimia tepung biji nangka (*Artocarpus heterophyllus*) berdasarkan level suhu pengeringan. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Widarti, E. (2013). Identifikasi Sifat Fisik Buah Nangka. *J. Keteknikan Pertanian Tropis dan Biosistem. Universitas Brawijaya Malang*, 1(3), 224-230..