



**PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA**  
**PEMANFAATAN BIJI BUAH NANGKA MENJADI BAHAN DASAR**  
**PEMBUATAN BOLU KUKUS SEBAGAI PELUANG USAHA**  
**MASYARAKAT**  
**DI KECAMATAN GUNUNG PATI**

**BIDANG KEGIATAN :**  
**PKM - K**

Diusulkan oleh:

1. Indah Rachmawati C.	Ketua	(6450408025 / 2008)
2. Any Ulfatus Sa'adah	Anggota	(5401408007 / 2008)
3. Intan Dwi Pratiwi	Anggota	(5401409128 / 2009)
4. Siti Nishfatul laily	Anggota	(5301410025 / 2010)
5. Selvia Endraputri	Anggota	(5302410162 / 2010)

**UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**  
**SEMARANG**  
**2010**

1. Judul Kegiatan : PEMANFAATAN BIJI BUAH NANGKA MENJADI BAHAN DASAR PEMBUATAN BOLU KUKUS SEBAGAI PELUANG USAHA MASYARAKAT DI KECAMATAN GUNUNG PATI
2. Bidang Kegiatan : ( ) PKM-P (√) PKM-K  
(pilih salah satu) ( ) PKM-T ( ) PKM-M
3. Bidang Ilmu : ( ) Kesehatan ( ) Pertanian  
(pilih salah satu) ( ) MIPA (√) Teknologi dan Rekayasa  
( ) Sosial Ekonomi ( ) Humaniora  
( ) Pendidikan
4. Ketua Pelaksana Kegiatan
- a. Nama Lengkap : Indah Rachmawati Ciptaningsih  
b. NIM : 6450408025  
c. Jurusan : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
d. Universitas/Institusi/Politeknik : Universitas Negeri Semarang  
e. Alamat Rumah dan No Tel./HP : Perum WiKu II Jl. Tanjung 2 Rt 2/V,  
Demak/085641082108  
f. Alamat email : sinox\_iin@yahoo.com
5. Anggota Pelaksana : 4 Orang
6. Dosen Pembimbing
- a. Nama Lengkap dan Gelar : Galuh Nita Prameswari S.KM., M. Si  
b. NIP : 19800613 200812 2 002  
c. Alamat Rumah : Pisang II/200 Lamper Tengah Semarang  
d. No Tel. / HP : 02470134758
7. Biaya Kegiatan Total
- a. Dikti : Rp. 5.619.000,00  
b. Sumber lain (sebutkan...) : -
8. Jangka Waktu Pelaksana : 3 bulan

Semarang, 20 Oktober 2010

Menyetujui  
Ketua Jurusan IKM FIK UNNES  
Kegiatan

Ketua Pelaksana  
Kegiatan

**(dr. Mahalul Azam, M.Kes)**  
NIP.19751119 200112 1 001  
Pembantu Rektor  
Bidang Kemahasiswaan

**(Indah Rachmawati Ciptaningsih)**  
NIM. 6450408025  
Dosen Pembimbing

**(Dr. Masrukhi, M.Pd)**  
NIP. 19620508 198803 1 002

**(Galuh Nita Prameswari S. Km., M. Si)**  
NIP.19800613 200812 2 002

## **A. JUDUL**

”Pemanfaatan Biji Buah Nangka Menjadi Bahan Dasar Pembuatan Bolu Kukus sebagai Peluang Usaha Masyarakat Di Kecamatan Gunung Pati.”

## **B. LATAR BELAKANG MASALAH**

Nangka adalah salah satu jenis buah yang paling banyak ditanam di daerah tropis. Buah ini cukup terkenal di seluruh dunia. Dalam bahasa Inggris dinamakan *jack fruit*. Tanaman ini diduga berasal dari India bagian selatan yang kemudian menyebar ke daerah tropis lainnya, termasuk Indonesia. Di Indonesia, pohon nangka dapat tumbuh hampir di setiap daerah.

Sampai saat ini biji nangka tidak dimanfaatkan secara optimal atau hanya menjadi limbah, kebanyakan orang memanfaatkan biji nangka hanya dengan direbus lalu memakannya. Selain itu karena beton merupakan limbah dari buah nangka yang masih jarang dimanfaatkan masyarakat, maka untuk mendapatkannya relatif mudah dan dengan harga yang murah.

Limbah buah nangka yang berupa biji menurut data Direktorat gizi, Depkes (2009), biji nangka masih mempunyai kandungan gizi tinggi yaitu: setiap 100 gram biji nangka terdapat, zat besi 200 mg, vitamin B1 0,20mg, kalori 165 kal, protein 4,2 gram, lemak 0,1 mg, karbohidrat 36,7 mg, kalsium 33,0 mg, fospor 1,0 mg, vitamin C 10 mg, Air 56,7 gram. Oleh karena itu kami ingin memanfaatkan limbah biji nangka untuk pembuatan olahan yang merupakan diversifikasi pangan.

Hal ini memacu orang untuk berlomba-lomba dalam menciptakan kreasi baru dalam pemanfaatan biji buah nangka. Dengan memanfaatkan biji nangka ini kami berusaha menciptakan home industry yang mampu mengolah biji buah nangka dalam bentuk yang berbeda dan mampu menjadikan tambahan gizi bagi masyarakat yang mengkonsumsinya.

Teknologi pengembangan pangan terakhir, biji buah nangka diolah dalam bentuk susu biji nangka dan tepung biji nangka. Dengan demikian terdapat pemikiran lain agar biji buah nangka lebih bernilai ekonomis dan bergizi yaitu dengan cara membuat biji buah nangka menjadi bolu kukus yang memiliki manfaat meningkatkan metabolisme tubuh dan mampu sebagai pengganti bahan pangan.

## **C. PERUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang akan dibahas dalam program ini adalah:

1. Bagaimana meningkatkan nilai guna biji buah nangka menjadi bahan dasar pembuatan bolu kukus sebagai peluang usaha masyarakat?
2. Bagaimana cara membuat bolu kukus biji buah nangka yang mampu menarik minat masyarakat?
3. Bagaimana menciptakan peluang usaha dari produksi bolu kukus biji buah nangka?

#### **D. TUJUAN**

Tujuan program yang hendak dicapai adalah sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan nilai guna biji buah nangka menjadi bahan dasar pembuatan bolu kukus biji buah nangka sebagai peluang usaha masyarakat.
2. Untuk memberikan pengetahuan dan pengenalan kepada masyarakat bahwa biji buah nangka dapat diolah menjadi bolu kukus yang memiliki nilai ekonomis sebagai peluang usaha masyarakat.
3. Menumbuhkan jiwa kewirausahaan dikalangan masyarakat Gunung Pati untuk mendorong terciptanya industri rumah tangga (home industri) dalam pengolahan bolu kukus biji buah nangka.

#### **E. LUARAN YANG DIHARAPKAN**

Luaran yang ingin dicapai pada program ini yaitu:

1. Terciptanya bolu kukus biji buah nangka yang berguna sebagai peluang usaha masyarakat.
2. Terbukanya lapangan pekerjaan sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan ekonomi masyarakat Gunung Pati.

#### **F. KEGUNAAN**

Kegunaan dari program ini adalah:

1. Meningkatkan nilai guna biji buah nangka sebagai bahan dasar pembuatan bolu kukus.
2. Untuk meningkatkan kreatifitas dan penalaran kesehatan pada pengembangan ilmu teknologi pangan.
3. Memperkenalkan pada masyarakat agar mampu memanfaatkan hasil biji buah nangka yang mempunyai banyak manfaat untuk kesehatan namun kurang populer dan kurang diminati oleh masyarakat.

#### **G. GAMBARAN UMUM RENCANA USAHA**

##### **1. Prospek Pengembangan Bolu Kukus Biji Buah Nangka yang Mempunyai Manfaat Bagi Kesehatan dan Pengganti Bahan Pangan**

Setiap biji buah nangka mengandung kalori (sumber energy), karbohidrat tinggi, rendah lemak, protein (meningkatkan metabolisme tubuh dan menjaga kesehatan jantung), besi (penambah darah), fosfor (pembentukan tulang dan gigi), vitamin B1 (mencegah demam badan), dan air (penambah cairan dalam tubuh).

Kajian menunjukkan biji buah nangka ini sangat baik untuk sistem metabolisme. Ia memiliki kandungan kalori dan karbohidrat tinggi sehingga dapat dijadikan bahan pengganti pangan

Biji nangka mempunyai kandungan gizi yang tinggi. dari 100 gr biji nangka kandungan gizinya antara lain terdiri dari kalori 165 kal, karbohidrat 36,7 gr, lemak 0,1 gr, protein 4,2 gr, besi 200 mg, fosfor 1,0 mg, vitamin B1 0,20 mg, dan air 57,7 gr.

## **2. Peluang Usaha**

Bolu kukus biji buah nangka memiliki peluang usaha yang cukup tinggi terutama di daerah Gunung Pati. Hal ini dikarenakan ada beberapa alasan diantaranya : 1). Di daerah Gunung Pati belum pernah ada usaha yang mencoba memproduksi bolu kukus biji buah nangka sebagai usaha, 2). Dalam hal konsumen, sangat didukung oleh banyaknya orang dewasa dan remaja khususnya di daerah Gunung Pati.

Untuk itu dengan adanya gagasan memproduksi permen buah naga ini diharapkan mampu mengatasi masalah terutama gizi dalam masyarakat serta dapat dijadikan peluang usaha yang baru khususnya bagi masyarakat daerah Gunung Pati.

## **3. Media Promosi yang Digunakan**

Untuk menunjang proses pemasaran, ada beberapa alternatif yang bisa digunakan untuk mempromosikan produk ini sehingga lebih familiar di kalangan masyarakat dan menjadi pilihan masyarakat. Media ini berupa iklan melalui internet, pamflet, brosur, sosialisasi di Kecamatan Gunung Pati serta untuk pertama kali penjualan akan dibagikan secara gratis.

## **4. Strategi Pemasaran yang Akan Diterapkan**

Strategi pemasaran yang akan diterapkan dalam usaha ini adalah usaha Home Industry bolu kukus biji buah nangka yang mempunyai banyak manfaat bagi pengganti bahan pangan yaitu:

### **a. Kebijakan Produk**

Usaha ini bergerak dalam bidang industri dan distribusi. Jenis produk yang dihasilkan yaitu bolu kukus biji buah nangka mempunyai manfaat dapat digunakan sebagai bahan pengganti pangan.

### **b. Kebijakan Harga**

Harga pemasaran produk yaitu sebesar Rp. 800,00 per bungkus.

### **c. Kebijakan promosi**

Untuk meningkatkan penjualan bolu kukus biji buah nangka maka perlu adanya promosi. Bentuk promosi yang akan dilakukan yaitu dengan iklan melalui jasa internet, pemasangan pamflet, penyebaran brosur-brosur dan sosialisasi di Kecamatan Gunung Pati serta untuk promosi awal produk ini akan dibagikan secara cuma-cuma atau gratis.

### **d. Kebijakan distribusi**

Distribusi hasil produksi kepada para konsumen dilakukan dengan kerjasama kemitraan melalui internet, dengan mitra distribusi seperti mini market, kios beberapa kantin di sekolah, kantin kampus, mendatangi tempat kos, pengenalan produk bolu kukus biji buah nangka kepada masyarakat melalui kendaraan umum (misal : bis dan kereta).

### 5. Rencana Produksi Selama Tiga Bulan

Rencana produksi permen buah naga selama 3 bulan adalah sebagai berikut:

a. 1 minggu : 500 bungkus

b. 3 bulan : 500 x 12 = 6000 bungkus

Harga permen buah naga per kemasan adalah Rp 800,00

### 6. Analisa Keuangan

#### Investasi Awal yang diperlukan :

Panci stain less stel 2 @ Rp.75.000,00	: Rp. 150.000,00
Panci pengukus 2 @ Rp. 85.000,00	: Rp. 170.000,00
Cetakan bolu (boneka) 36 @ Rp.1.500,00	: Rp. 54.000,00
Penjapit stain less stel 2 @ Rp. 5.000,00	: Rp. 10.000,00
Solet plastik 2 @ Rp. 7.500,00	: Rp. 15.000,00
Mixer 1 @ Rp. 300.000,00	: Rp. 300.000,00
Baskom 3 @ Rp. 25.000,00	: Rp. 75.000,00
Blender 1 @ Rp. 250.000,00	: Rp. 250.000,00
Gunting 3 @ Rp. 5.000,00	: Rp. 15.000,00
Pisau 3 @ Rp. 10.000,00	: Rp. 30.000,00
Sendok 3 @ Rp. 1.500,00	: Rp. 4.500,00
Centong 2 @ Rp. 5.000,00	: Rp. 10.000,00
Kompore gas 1 @ Rp. 300.000,00	: Rp. 300.000,00
Tabung gas 1 @ Rp. 180.000,00	: Rp. 180.000,00
Penampan 5 @ Rp. 15.000,00	: Rp. 75.000,00
Timbangan 1 @ Rp. 200.000,00	: Rp. 200.000,00
Sewa tempat	: Rp.1.500.000,00
Kas usaha	: Rp. 400.000,00 +
	<b>Rp. 3.738.500,00</b>

#### Penyusutan aktiva

Tabel 1. Penyusutan Aktiva

No	Nama aktiva	Umur Ekonomis	Penyusutan Perbulan
1.	Timbangan	1 Tahun	Rp. 1.000,00
2.	Panci stain less stel	2 Tahun	Rp. 2.000,00
3.	Panci pengukus	2 Tahun	Rp. 2.500,00
4.	Solet plastik	2 Tahun	Rp. 500,00
5.	Penjapit stain less stel	2 Tahun	Rp. 500,00
6.	Blender	5 Tahun	Rp. 5.000,00
7.	Mixer	5 Tahun	Rp. 5.000,00
8.	Baskom	1 Tahun	Rp. 1.000,00
9.	Kompore gas	5 Tahun	Rp. 6.000,00
10	Tabung gas	2 Tahun	Rp. 5.000,00
11.	Penampan	1 Tahun	Rp. 500,00

12.	Gunting	2 Tahun	Rp. 1.000,00
13.	Pisau	1 Tahun	Rp. 250,00
14.	Centong	1 Tahun	Rp. 250,00
15.	Sendok	1 Tahun	Rp. 250,00
16.	Cetakan bolu	2 Tahun	Rp. 500,00
17.			
			<b>Rp. 31.250,00</b>

### Biaya Operasional Per Minggu

Tabel 2. Biaya Operasional Per Minggu

No.	Nama Bahan	Jumlah Harga
1.	Biji Buah Nangka 3 Kg @ Rp. 2.500,00	Rp. 7.500,00
2.	Tepung Terigu 3,5 Kg @ Rp. 6.000,00	Rp. 21.000,00
3.	Gula Pasir 6,5 Kg @ Rp. 11.000,00	Rp. 71.500,00
4.	Vanili 12 bungkus @ Rp. 250,00	Rp. 3.000,00
5.	Gas 1 tabung 3 Kg @ Rp. 15.000,00	Rp. 15.000,00
6.	Air Soda 4500 cc = 4,5 liter @ Rp. 11.000,00/1,5 liter	Rp. 33.000,00
7.	Kemasan Plastik 500 bungkus @ Rp. 25,00	Rp. 12.500,00
8.	Telur 125 butir @ Rp. 800,00	Rp. 100.000,00
9.	Beban Transportasi	Rp. 9.000,00
10.	Beban Promosi	Rp. 10.000,00
11.	Beban Telepon	Rp. 10.000,00
12.	Beban Listrik	Rp. 4.000,00
13.	Beban Penyusutan Aktiva	Rp. 5.000,00
Jumlah Investasi Awal		Rp. 301.500,00

#### 7. Analisis keuangan dan pendapatan

Produksi 1 bulan = 2000 bungkus

Produksi 3 bulan = 3 x 2000 bungkus  
= 6.000 bungkus

Harga bolu kukus biji buah nangka yang ditawarkan adalah Rp. 800,00 tiap bungkus

Hasil penjualan 3 bulan  
= 6000 x Rp. 800,00  
= Rp. 4.800.000,00

Total biaya operasional 3 bulan  
= 12 minggu x Rp. 301.500,00  
= Rp. 3.618.000,00

Keuntungan tiap 3 bulan  
= Rp.4.800.000,00 - Rp. 3.618.000,00  
= Rp 1.182.000,00

## 8. Analisis Kelayakan Usaha

### a. BEP (*break even point*)

$$\begin{aligned} \text{BEP volume produksi} &= \frac{\text{total biaya}}{\text{Harga}} \\ &= \frac{\text{Rp. 3.738.500,00}}{\text{Rp 800,}} \\ &= 4673 \end{aligned}$$

Jadi pada tingkat volume produksi 4673 bungkus, usaha ini berada pada titik impas. BEP ini terjadi setelah berproduksi selama 2 bulan.

### b. B/C Ratio

$$\begin{aligned} \text{B/C Ratio} &= \frac{\text{hasil penjualan}}{\text{Total biaya}} \\ &= \frac{\text{Rp. 4.800.000,00}}{\text{Rp. 3.618.000,00}} \\ &= 1,3 \end{aligned}$$

Karena ratio lebih besar dari satu, maka usaha ini layak untuk dijalankan. Artinya satuan biaya yang dikeluarkan diperoleh dari hasil penjualan sebesar 1,3 kali lipat.

### c. ROI (*Return Of Invention*)

$$\begin{aligned} \text{ROI} &= \frac{\text{Keuntungan}}{\text{Total biaya}} \times 100\% \\ &= \frac{\text{Rp 1.182.000,00}}{\text{Rp.3.618.000,00}} \times 100\% \\ &= 33 \% \end{aligned}$$

Usaha ini layak dikembangkan karena setiap pembiayaan Rp.100,00 diperoleh keuntungan sebesar 33 %

### d. Perhitungan pengembalian modal

$$\begin{aligned} \text{Pengembalian} &= \frac{\text{keuntungan} + \text{penyusutan}}{\text{Jumlah total investasi awal}} \times 100 \% \\ &= \frac{\text{Rp 1.182.000,00} + \text{Rp. 31.250,00}}{\text{Rp. 3.738.500,00}} \times 100 \% \\ &= 40 \% \end{aligned}$$

Artinya modal usaha ini akan terlunasi sebesar 40% setiap 3 bulan. Berdasarkan analisis kelayakan diatas maka investasi tersebut layak dilaksanakan. Gambaran usaha yang direncanakan benar-benar menjanjikan untuk memperoleh hasil atau profit.

## H. METODE PELAKSANAAN PROGRAM

Pelaksanaan program pembuatan bolu kukus biji buah nangka ini terdiri dari 4 tahapan yaitu tahap persiapan alat dan bahan, pembuatan, pengemasan produk dan pemasaran.

### 1. Persiapan Alat dan Bahan



Sebelum membuat bolu kukus buah nangka, langkah awal yang perlu dilakukan yaitu dengan mempersiapkan alat dan bahan. Hal ini dilakukan dengan maksud untuk memperlancar proses pembuatan bolu kukus buah nangka. Selain itu kelengkapan alat harus higienis.

Adapun tahap persiapan alat dan bahan meliputi:

a. Persiapan Alat

Panci stain less stel	: 2 buah
Panci pengukus	: 2 buah
Solet plastik	: 2 buah
Baskom	: 3 buah
Blender	: 1 buah
Mixer	: 1 buah
Gunting	: 3 buah
Pisau	: 3 buah
Sendok	: 3 buah
Centong	: 2 buah
Pencapit stain less stel	: 2 buah
Kompor gas	: 1 buah
Tabung gas	: 1 buah
Penampan	: 2 buah
Timbangan	: 1 buah
Kemasan	: 500 kemasan / minggu
Cetakan boneka	: 36 buah

b. Persiapan bahan baku permen buah naga

Biji buah nangka	: 3 Kg
Tepung terigu	: 3,5 Kg
Gula Pasir	: 3,5 Kg
Air Soda	: 4,5 liter = 3 botol
Telur	: 125 butir
Vanili	: 12 bungkus
Gas	: 1 tabung 3 Kg

2. Proses Pembuatan Bolu Kukus Biji Buah Nangka

- a Biji buah nangka dicuci hingga bersih, kemudian direbus dalam waktu kurang lebih 10 menit.
- b Setelah itu biji buah nangka dikupas kulitnya agar terpisah dengan isinya. Biji yang sudah bersih dari kulitnya lalu diblender.
- c Campurkan telur, gula, dan vanili dengan mixer hingga membuih.
- d Masukkan sedikit demi sedikit tepung terigu. Masukkan pula biji buah nangka yang telah dihaluskan tadi.
- e Setelah semua bahan masuk, jangan lupa ditambahkan air soda sedikit-demi sedikit.
- f Panaskan panci pengukus dengan memberi tutup kain di atasnya.

- g Cetak adonan yang telah dibuat tadi ke dalam cetakan yang berbentuk boneka. Pengisian adonan  $\frac{3}{4}$  dari cetakan adonan.
  - h Masukkan cetakan – cetakan yang telah berisi adonan tersebut dalam panci pengukus yang telah dipanaskan.
  - i Kukus adonan selama kurang lebih 20 menit.
  - j Bila telah 20 menit dan kue terlihat mengembang matikan api dan lepaskan kue yang telah jadi dari cetakannya.
3. Pengemasan bolu biji buah nangka  
Tahap pengemasan ini merupakan tahap akhir dari pembuatan bolu biji buah nangka, bolu kukus biji buah nangka dikemas menggunakan plastik yang sudah disablon dengan nama merk "BOLKUS JINA". Plastik yang digunakan untuk mengemas bolu kukus biji buah nangka harus steril agar bolu tidak terkontaminasi oleh mikroorganisme.
4. Promosi  
Pengenalan produk baru dilakukan dengan cara pengiklanan melalui internet, pemasangan pamflet dan spanduk di tempat-tempat setrategis serta penyebaran brosur.
5. Distribusi  
Distribusi hasil produksi kepada para konsumen akan dilaksanakan dengan transaksi melalui jasa internet, mendatangi tempat kos, kantin sekolah, kantin kampus, penyeteran ke koperasi, toko-toko, mini market , menawarkan kerjasama dengan masyarakat serta pengenalan produk bolu kukus biji buah nangka melalui kendaraan umum (misal : bis dan kereta).
6. Penyusunan laporan  
Laporan disusun pada pertengahan kegiatan serta pada akhir kegiatan.

## I. JADWAL KEGIATAN PROGRAM

Tabel. 3. Jadwal Pelaksanaan Program Pembuatan Bolu Biji Buah Nangka

No	JENIS KEGIATAN	BULAN KE-1	BULAN KE-2	BULAN KE-3
1.	Persiapan dan pengumpulan bahan	√		
2.	Pembuatan bolu kukus biji buah nangka		√	√
3.	Promosi		√	√
4.	Proses pemasaran dengan bekerjasama melalui koperasi Sekolah Dasar Sekaran 1 dan 2			√
5.	Penyusunan laporan pertengahan kegiatan		√	
6.	Penyusunan laporan akhir kegiatan			√

**J. NAMA DAN BIODATA KETUA SERTA ANGGOTA KELOMPOK**

## 1. Ketua Pelaksana Program

- a. Nama Lengkap : Indah Rachmawati Ciptaningsih
- b. NIM : 6450408025
- c. Semester : V (Lima)
- d. Fakultas /Program Studi : Ilmu Keolahragaan/Ilmu Kesehatan Masyarakat
- e. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Semarang
- f. Waktu untuk kegiatan : 5 jam/minggu
- g. No. HP : 085641082108

## 2. Anggota Pelaksana Program

## 1) Anggota 1

- a. Nama Lengkap : Any Ulfatus Sa'adah
- b. NIM : 5401408007
- c. Semester : V (Lima)
- d. Fakultas/ Program Studi : Teknik/Tata Busana
- e. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Semarang
- f. Waktu untuk kegiatan : 5 jam/minggu
- g. No. HP : 085641272084

## 2) Anggota 2

- a. Nama Lengkap : Siti Nishfatul Laily
- b. NIM : 5301410025
- c. Semester : I (Satu)
- d. Fakultas/ Program Studi : Teknik/Pendidikan Teknik Elektro
- e. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Semarang
- f. Waktu untuk kegiatan : 5 jam/minggu
- g. No. HP : 085640222167

## 3) Anggota 3

- a. Nama Lengkap : Intan Dwi Pratiwi
- b. NIM : 5401409128
- c. Semester : III (Tiga)
- d. Fakultas / Program Studi : Teknik/ Tata Boga
- e. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Semarang
- f. Waktu untuk kegiatan : 5 jam/minggu
- g. No. HP : 085641580373

## 4) Anggota 4

- a. Nama Lengkap : Selvia Endraputri
- b. NIM : 5302410162
- c. Semester : I (Satu)

- d. Fakultas / Jurusan : Teknik/ Pendidikan Teknik Informatika dan Komputer  
 e. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Semarang  
 f. Waktu untuk kegiatan : 5 jam/minggu  
 g. No. HP : 085747362804

#### K. NAMA DAN BIODATA DOSEN PENDAMPING

- a. Nama Lengkap dan Gelar : Galuh Nita Prameswari, S. Km., M. Si  
 b. NIP : 19800613 200812 2 002  
 c. Alamat Rumah : Pisang II/200 Lamper Tengah Semarang  
 d. No. Telepon / HP : 02470134758  
 e. Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
 f. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Semarang  
 g. Bidang Keahlian : Gizi Masyarakat  
 h. Waktu untuk kegiatan PKM : 2 jam/ minggu

#### L. BIAYA

##### 1. Rekapitulasi Biaya

Tabel. 4. Rekapitulasi Biaya

NO	Jenis	Jumlah
1.	Bahan baku habis pakai	Rp. 248.500,00
2.	Peralatan yang dibutuhkan	Rp. 3.396.500,00
3.	Dokumentasi	Rp. 250.000,00
4.	Transportasi	Rp. 500.000,00
5.	Promosi	Rp. 400.000,00
6.	Penyusunan laporan	Rp. 824.000,00
<b>JUMLAH</b>		<b>Rp. 5.619.000,00</b>

##### 2. Rincian Pengeluaran

- a. Bahan baku habis pakai
- |                                         |                        |
|-----------------------------------------|------------------------|
| 1) Biji Buah Nangka 3 Kg @ Rp. 2.500,00 | Rp. 7.500,00           |
| 2) Tepung terigu 3,5 Kg @ Rp. 6.000,00  | Rp. 21.000,00          |
| 3) Air soda 4,5 Liter @ Rp. 11.000,00   | Rp. 33.000,00          |
| 4) Gula pasir 6,5 Kg @ Rp. 11.000,00    | Rp. 71.500,00          |
| 5) Vanili 12 @ Rp. 250,00               | Rp. 3.000,00           |
| 6) Telur 125 @ Rp. 800,00               | Rp. 100.000,00         |
| 7) Kemasan 500 bungkus @ Rp. 25,00      | <u>Rp. 12.500,00 +</u> |
|                                         | <b>Rp. 248.500,00</b>  |
- b. Peralatan yang dibutuhkan
- |                                   |                  |
|-----------------------------------|------------------|
| 1) Panci stain less stel (2 buah) | : Rp. 150.000,00 |
| 2) Cetakan Boneka (36 buah)       | : Rp. 54.000,00  |
| 3) Solet plastik (2 buah)         | : Rp. 15.000,00  |
| 4) Baskom (3 buah)                | : Rp. 75.000,00  |

5) Blender (1 buah)	: Rp. 250.000,00
6) Mixer (1 buah)	: Rp. 300.000,00
7) Gunting (3 buah)	: Rp. 15.000,00
8) Pisau (3 buah)	: Rp. 30.000,00
9) Sendok (3 buah)	: Rp. 4.500,00
10) Centong (2 buah)	: Rp. 10.000,00
11) Kompor gas (1 buah)	: Rp. 300.000,00
12) Panci Pengukus (2 buah)	: Rp. 190.000,00
13) Tabung gas (1 buah)	: Rp. 180.000,00
14) Penampakan (5 buah)	: Rp. 75.000,00
15) Timbangan (1 buah)	: Rp. 200.000,00
16) Sewa tempat (3 bulan)	: Rp. 1.500.000,00
17) Beban Telepon (3 bulan)	: Rp. 120.000,00
18) Beban Listrik (3 bulan)	: Rp. 48.000,00+
	<b>Rp. 3.396.500,00</b>
c. Dokumentasi	
1) Sewa kamera digital	: Rp. 100.000,00
2) Cuci cetak digital	: Rp. 150.000,00+
	<b>Rp. 250.000,00</b>
d. Transportasi	
1) Pra kegiatan	: Rp. 100.000,00
2) Pelaksanaan kegiatan	: Rp. 300.000,00
3) Pasca kegiatan	: Rp. 100.000,00+
	<b>Rp. 500.000,00</b>
e. Promosi	
1) Pamflet	: Rp. 100.000,00
2) Brosur	: Rp. 100.000,00
3) Spanduk	: Rp. 200.000,00+
	<b>Rp. 400.000,00</b>
f. Penyusunan laporan	
1) Sewa komputer	: Rp. 300.000,00
2) Kertas A4 2 rim @ Rp.37.000,	: Rp. 74.000,00
3) Tinta print 2 @ Rp. 50.000,	: Rp. 100.000,00
4) Penggandaan	: Rp. 200.000,00
5) Pengarsipan	: Rp. 150.000,00+
	<b>Rp. 824.000,00</b>

Lampiran 1 : Biodata ketua dan anggota

1. Ketua Pelaksana Kegiatan

- a. Nama Lengkap : Indah Rachmawati Ciptaningsih
- b. Tempat dan Tanggal Lahir : Sukoharjo, 21 Oktober 1990
- c. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Alamat Rumah : Perum Wijaya Kusuma 2 Jalan Tanjung 2 Rt.  
02 Rw. 5 Blok K.3 katonsari Demak
- e. Alamat Semarang : Kos Ceria, Jalan Cempakasari Timur 1  
Sekaran, Gunung Pati, Semarang
- f. Nomor Telepon / HP : +6285641082108
- g. E-mail : sinox\_iin@yahoo.co.id
- h. Pendidikan : TK : TK Muslimat NU Demak  
SD : SD Negeri Bintoro 08 Demak  
SMP : SMP Negeri 1 Demak  
SMA : SMA Negeri 03 Demak  
PT : Universitas Negeri Semarang

Demikian biodata ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 18 Oktober 2010

Indah Rachmawati Ciptaningsih

Lampiran 1.b : Biodata ketua dan anggota

2. Anggota Pelaksana I

- a. Nama Lengkap : Any Ulfatus Sa'adah
- b. Tempat dan Tanggal Lahir : Kota Bumi, 03 November 1989
- c. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Alamat Rumah : Perum PT Gula Putih Mataram Housing II blok D.11 seputih mataram Lampung Tengah 35000
- e. Alamat Semarang : Kos Ceria Gang Cempaka Sari Timur No. 1 Sekaran Gunung Pati, Semarang
- f. Nomor Telepon / HP : +6285641272084
- g. E-mail : syatta@yahoo.co.id
- h. Pendidikan : TK : TK Gula Putih Mataram Lampung  
SD : SD Gula Putih Mataram Lampung  
SMP : SMP Gula Putih Mataram Lampung  
SMA : SMK NU Banat Kudus  
PT : Universitas Negeri Semarang

Demikian biodata ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 18 Oktober 2010

Any Ulfatus Sa'adah

Lampiran 1.c : Biodata ketua dan anggota

3. Anggota Pelaksana II

- a. Nama Lengkap : Siti Nishfatul Laily
- b. Tempat dan Tanggal Lahir : Pemalang, 13 november 1992
- c. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Alamat Rumah : jl kenanga 2 no.417 Comal \_ pemalang
- e. Alamat Semarang : Kos Ceria, Jalan Cempakasari Timur 1  
Sekaran, Gunung Pati, Semarang
- f. Nomor Telepon / HP : +6285640222167
- g. E-mail : niezh\_lyly@yahoo.co.id
- h. Pendidikan : TK : TK Dharma Bhakti X Comal  
SD : SD Negeri 1 Purwoharjo Comal  
SMP : SMP N 1 Comal  
SMA : MAN Pemalang  
PT : Universitas Negeri Semarang

Demikian biodata ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 18 Oktober 2010

Siti Nishfatul Laily



Lampiran 1.d : Biodata ketua dan anggota

4. Anggota Pelaksana III

- a. Nama Lengkap : Selvia Endraputri
- b. Tempat dan Tanggal Lahir : Kebumen, 25 Februari 1992
- c. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Alamat Rumah : Gang Beringin No. 8A RT02/RW03  
Gombong – Kebumen 54411
- e. Alamat Semarang : Kos Ceria Gang Cempaka Sari Timur No. 1  
Sekaran Gunung Pati, Semarang
- f. Nomor Telepon / HP : 085747362804
- g. E-mail : selviapisces\_girl@yahoo.co.id
- h. Pendidikan : TK : TK Aisyiah 1 Gombong  
SD : SD Negeri 2 Gombong  
SMP : SMP Negeri 2 Gombong  
SMA : SMA Negeri 1 Karanganyar  
PT : Universitas Negeri Semarang

Demikian biodata ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 18 Oktober 2010

Selvia Endraputri

Lampiran 1.e : Biodata ketua dan anggota

5. Anggota Pelaksana IV

- a. Nama Lengkap : Intan Dwi Pratiwi
- b. Tempat dan Tanggal Lahir : Semarang, 17 September 1991
- c. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Alamat Rumah : Morangan Suruh Kab. Semarang.
- i. Alamat Semarang : Kos Ceria Gang Cempaka Sari Timur No.  
1 Sekaran Gunung Pati, Semarang
- e. Nomor Telepon / HP : +6285641580373
- f. E-mail : Intantiwi71@yahoo.co.id
- g. Pendidikan : TK : TK Bustanul Atfal  
SD : MI Muhammadiyah 2 Suruh  
SMP : SMP Muhammadiyah Suruh  
SMA : SMA Negeri 1 Suruh  
PT : Universitas Negeri Semarang

Demikian biodata ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 18 Oktober 2010

Intan Dwi Pratiwi

Lampiran 2 : Biodata dosen pembimbing

Nama Lengkap : Galuh Nita Prameswari, S.KM.,M.Si  
Tempat/Tanggal Lahir : Semarang, 13 Juni 1980  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Pekerjaan : Dosen Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Semarang  
Pangkat/Golongan : Penata Muda Tk. I/III b  
Bidang Keahlian : Gizi Masyarakat  
Alamat Rumah : Jalan Pisang II/200 Lamper Tengah Semarang  
E-mail : nitagisela@yahoo.com  
No.HP : 02470134758  
Riwayat Pendidikan :

- Lulus 1992 :SD Negeri Wonodri 2 Semarang
- Lulus 1995 :SMP Negeri 10 Semarang
- Lulus 1998 :SMU Negeri 1 Semarang
- Lulus 2003 :S1 Fakultas kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro
- Lulus 2005 : S2 Magister Gizi Universitas Diponegoro

Pengalaman Riset : Hubungan Lama pemberian ASI Secara Eksklusif dan Berbagai Kondisi Rumah dengan Frekuensi Kejadian ISPA pada Anak Usia 1-2 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Srandol Semarang 2003

Demikian biodata ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 18 Oktober 2010

**Galuh Nita Prameswari S. KM., M. Si**

Lampiran 4 : Foto Biji Buah Nangka



Gambar 1 : Biji Buah Nangka