



## ***Identifikasi Jenis Pisang yang dikonsumsi Mendukung Diversifikasi Pangan Masyarakat Desa Lina Ino, Kecamatan Tobelo Tengah***

*Identification of the types of bananas consumed supports the food diversification of the people of Lina Ino Village, Tobelo Tengah Sub-district*

**Ariance Yeane Kastanja<sup>1\*</sup>, Freddy Jecson Paulus<sup>2</sup>, Zeth Patty<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Agroteknologi, Universitas Hein Namotemo – Tobelo

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi Agroteknologi, Universitas Hein Namotemo - Tobelo

### **☒ Info Artikel:**

Diterima : 14 Januari 2023

Disetujui : 26 Januari 2023

Dipublikasi : 28 Januari 2023

### **☒ Keyword:**

Pisang, konsumsi, diversifikasi, desa lina ino.

### **☒ Korespondensi:**

**Ariance Yeane Kastanja  
Universitas Hein Namotemo  
Kota Tobelo, Indonesia**

Email: [ariance1401@gmail.com](mailto:ariance1401@gmail.com)



**Copyright©**

**JURNAL SALOI**

### **Abstrak**

Penelitian yang telah dilaksanakan di Desa Lina Ino, bertujuan untuk mengidentifikasi jenis pisang, sumber dan cara penyiapan pisang sebagai pangan pokok yang dikonsumsi masyarakat di Desa Lina Ino Kecamatan Tobelo Tengah. Pengambilan data dilakukan dengan melakukan wawancara secara terstruktur dengan bantuan daftar pertanyaan pada 85 keluarga responden dari total 591 kepala keluarga. Data ditabulasi dan dilanjutkan dengan analisis data secara diskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 8 jenis pisang yang biasa dikonsumsi oleh masyarakat, yang didapatkan dengan cara menanam sendiri di kebun, pekarangan dan juga dibeli di pasar sekitar. Sedangkan untuk pisang yang dijadikan sebagai pangan utama, disajikan dengan cara diolah dengan cara direbus, disantan, dan dikukus.

### **Abstract**

Research that has been conducted in Lina Ino Village, aims to identify the types of bananas, sources and methods of preparation of bananas as staples consumed by the community in Lina Ino Village, Tobelo Tengah sub-district. Data collection was carried out by conducting a structured interview with the help of a list of questions in 85 respondents' families from a total of 591 family heads. Data is tabulated and followed by quantitative descriptive data analysis. The results showed that there were 8 types of bananas commonly consumed by the community, which were obtained by planting themselves in gardens, yards and also purchased in the surrounding market. As for bananas which are used as the main food, served by processed by boiling, disaster, and steamed.

## I. PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Makanan merupakan kebutuhan setiap manusia yang dikonsumsi dengan tujuan utama memberi zat gizi bagi tubuh yang digunakan untuk mempertahankan hidup. Selain memberi zat gizi bagi tubuh, manusia juga menggunakan makanan sebagai nilai sosial untuk berhubungan dengan orang lain, karena makanan dalam setiap lingkungan masyarakat memiliki aspek gizi dan aspek sosial. Setiap bahan makanan yang dikonsumsi harus dapat memperbaiki fisiologi tubuh, tetapi tidak bertentangan dengan tradisi sosial dan kebiasaan makan dari lingkungan masyarakat (Dewi et al., 2015)

Makanan pokok adalah makanan yang dikonsumsi dalam porsi terbanyak dari susunan menu di Indonesia, rasanya netral, sumber karbohidrat, dan mengenyangkan (Dewi et al., 2015). Makanan pokok masyarakat Indonesia bermacam-macam, baik yang berasal dari padi, jagung, sagu, umbi-umbian, sayuran, kacang-kacangan, dan buah-buahan (Murdiati et al., 2015). Menurut Riyadi, (2010) ada tiga hal yang mempengaruhi kebiasaan mengkonsumsi bahan makanan seseorang di suatu masyarakat, antara lain ketersediaan pangan, pola sosial budaya, serta faktor-faktor pribadi.

Beras merupakan salah satu pangan pokok yang banyak dikonsumsi oleh sebagian besar penduduk Indonesia termasuk masyarakat di Halmahera Utara. Tinggi rendahnya konsumsi beras juga dipengaruhi oleh kebiasaan makan yang mencakup jenis makanan pokok yang dikonsumsi, frekuensi makan dan suhu lingkungan dimana penduduk berada. Usaha mengurangi konsumsi beras perlu diupayakan dengan penggalakan diversifikasi konsumsi pangan pokok terutama bagi penduduk yang konsumsi

pangan pokok tunggal (beras), sementara itu bagi penduduk yang terbiasa mengkonsumsi pangan pokok bukan beras, tetap dipertahankan.

Pisang merupakan komoditas tanaman hortikultura, termasuk salah satu produk sub sektor pertanian yang mampu meningkatkan kinerja ekspor sektor tersebut. Selain itu pisang termasuk salah satu produk buah-buahan yang memiliki prospek pengembangan karena memiliki nilai ekonomi tinggi dan potensi pasarnya terbuka (Kemenko Perekonomian, 2020). Lebih lanjut dijelaskan berdasarkan data Trade Map Internasional (ITC), sepanjang tahun 2018 Indonesia telah berhasil mengekspor pisang keseluruh dunia sebanyak 30,373 ton.

Masyarakat Halmahera terbiasa mengkonsumsi berbagai jenis pangan lokal termasuk pisang hal ini berkaitan dengan adat dan budaya masyarakat setempat. (Riyadi, 2010) menjelaskan bahwa mata pencaharian masyarakat Halmahera adalah petani dimana mereka terbiasa dengan sistem ladang dan berkebun. Lebih lanjut dijelaskan bahwa jenis tanaman yang diusahakan antara lain pisang, singkong, sagu, ubi jalar, padi dan beberapa jenis sayuran. Jenis jenis pisang yang diusahakan pun beragam baik jenis pisang yang dapat langsung dikonsumsi maupun jenis pisang yang harus dioleh terlebih dahulu.

Upaya diversifikasi pangan pokok di Provinsi Maluku Utara dapat dilakukan dengan menjadikan pisang sebagai salah satu pilihan. Hermanto et al., (2013) mengemukakan bahwa Provinsi Maluku Utara merupakan wilayah yang kaya dengan keanekaragaman hayati yang berbeda dengan yang terdapat di Asia dan Australia, dimana terdapat keragaman pisang yang cukup tinggi, baik pisang budidaya maupun pisang liar, sedangkan Indra et al., (2018) mengemukakan bahwa di Kepulauan Maluku terdapat 24 aksesori pisang konsumsi dan 4 aksesori pisang liar yang termasuk dalam

Musa acuminata. Pisang di Maluku Utara sendiri menempati urutan ketiga dari sisi produksi di antara jenis buah-buahan (Indra et al., 2018) yang banyak dibudidayakan di kebun, di pekarangan, baik untuk produksi pangan penghias taman dan peneduh (Hendaru et al., 2017).

Buah pisang merupakan salah satu produk pertanian yang kaya nilai gizi, dan sumber karbohidrat, yang penting bagi tubuh manusia. Musita, (2012), menyatakan terdapat empat jenis pisang yaitu pisang yang langsung dimakan segar, pisang harus diolah, pisang yang diambil serat dan jenis pisang yang berbiji, sedangkan berdasarkan cara konsumsi terdapat dua kelompok pisang yaitu kelompok banana yakni pisang yang dikonsumsi segar dan pisang plaintain yakni pisang yang harus diolah terlebih dahulu.

Desa Lina Ino merupakan salah satu desa yang termasuk dalam wilayah kecamatan Tobelo Tengah, masyarakatnya terbiasa mengkonsumsi pisang sebagai salah satu pangan pokok pengganti nasi dalam kehidupannya sehari-hari. Buah pisang tidak hanya dikonsumsi dalam bentuk segar dan sebagai bahan cemilan tetapi juga dijadikan sebagai pangan utama yang terlebih dahulu dioleh dengan beberapa cara.

## **1.2. Tujuan dan Manfaat**

Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi jenis pisang, sumber dan cara pengolahan pisang sebagai pangan pokok yang dikonsumsi masyarakat di Desa Lina Ino Kecamatan Tobelo Tengah. Manfaat yang diharapkan adalah tersedianya data jenis, sumber dan cara pengolahan pisang sebagai bahan pangan pokok.

## **II. METODOLOGI PENELITIAN**

### **2.1. Waktu dan Lokasi Penelitian**

Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2021, di Desa Lina Ino Kecamatan Tobelo Tengah,. Lokasi penelitian ditentukan

secara sengaja, dengan mempertimbangkan, jarak lokasi, waktu, dan biaya.

### **2.2. Bahan dan Alat**

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah daftar pertanyaan (kuisisioner) yang telah disiapkan, sedangkan alat yang digunakan antara lain ballpoint, penghapus, yang digunakan digunakan untuk mengisi daftar pertanyaan, serta kamera untuk mendokumentasikan kegiatan penelitian.

### **2.3. Prosedur Penelitian**

Populasi dari penelitian ini adalah rumah tangga yang ada di Desa Lina Ino, Kecamatan Tobelo Tengah yang berjumlah 591 Kepala Keluarga (KK), sedangkan sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin (Denanti et al., 2019) yakni sebesar 85 responden. Jenis data yang dikumpulkan adalah jenis pisang yang dikonsumsi, sumber pisang didapat, penyiapan dan pengolahan pisang sebagai bahan pangan. Data jenis, sumber, cara penyiapan dan pengolahan pisang sebagai bahan pangan dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner pada rumah tangga.

### **2.4. Analisis Data**

Data ditabulasi dengan menggunakan aplikasi Excel untuk mempermudah perhitungan, kemudian dilanjutkan dengan analisis data. Analisis data menggunakan analisis diskriptif kuantitatif distribusi frekuensi dan persentase.

## **III. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **3.1. Gambaran Umum Lokasi**

Lokasi penelitian terletak di Desa Lina Ino yang merupakan bagian dari Kecamatan Tobelo Tengah. Secara geografis batas wilayah yakni sebelah Selatan berbatasan dengan Desa Pitu, sebelah Utara berbatasan dengan Desa WKO dan Desa Tanjung Niara,

sebelah Barat berbatasan dengan Desa Kali Pitu dan Sebelah Timur berbatasan dengan Laut (BPS Halmahera Utara, 2020). Jumlah penduduk di Desa Lina Ino yaitu 2.408 jiwa, yang terdiri dari laki – laki 1.200 jiwa dan perempuan 1.208 jiwa (BPS Halmahera Utara, 2020). Penduduk di Desa Lina Ino, sebagian besar memiliki mata pencaharian di bidang pertanian. Potensi sumberdaya alam yang banyak dikembangkan oleh masyarakat adalah jenis tanaman pangan dan tanaman perkebunan. Tanaman pangan yang dikembangkan antara lain jagung, ubi jalar, singkong, kacang tanah, dengan variasi luas panen dan hasil produksi. Jenis tanaman perkebunan yang dikembangkan adalah kelapa, cengkeh, pala, dengan variasi luas panen dan hasil produksi. Dari semua jenis tanaman perkebunan yang dikembangkan, panen terluas adalah pala yakni 160 Ha dengan produksi 257,4 ton. (BPS Halmahera Utara, 2020).

### 3.2. Jenis Pisang

Banyaknya jenis komoditas pertanian yang terdapat di Kabupaten Halmahera Utara berpotensi untuk dikembangkan, salah satunya pisang, karena merupakan salah satu produk pertanian yang banyak disukai oleh masyarakat. Selain itu pisang dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku produk pangan karena memiliki kandungan gizi cukup tinggi, kolestrol rendah serta vitamin B6 dan vitamin C tinggi (Ambarita et al., 2015). Berdasarkan data BPS Indonesia, (2018) produksi pisang di Indonesia tahun 2017 mencapai 7.162.685 ton, sedangkan produksi pisang di Propinsi Maluku Utara mencapai 8.266 ton. Berdasarkan hasil yang diperoleh, jenis pisang yang dikonsumsi responden di lokasi penelitian ini disajikan dalam tabel berikut ini.

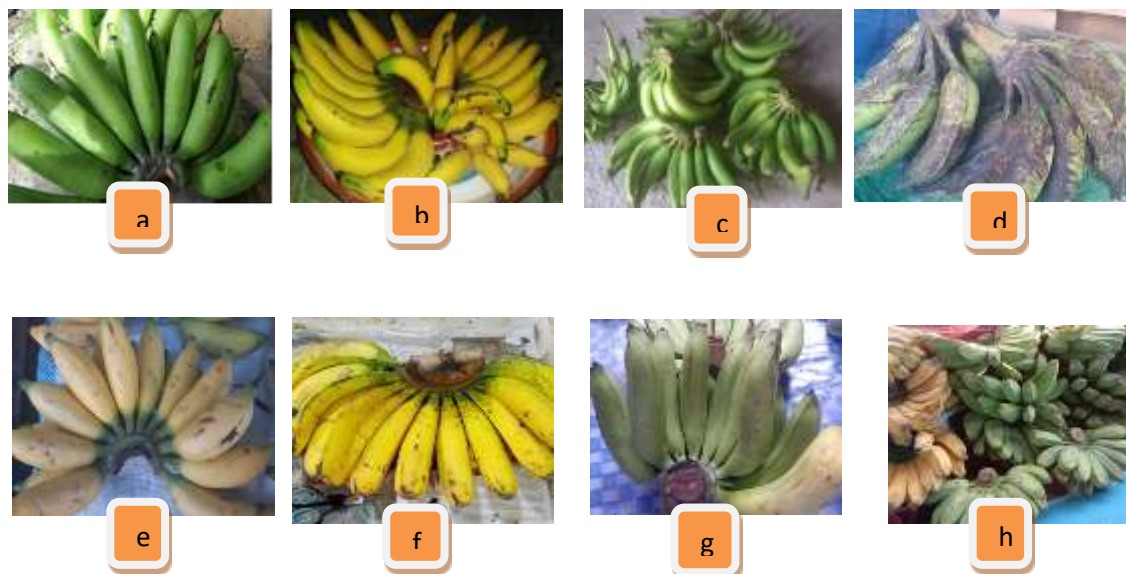
Tabel 1. Jenis Pisang yang dikonsumsi Masyarakat di Desa Lina Ino

| Jenis Pisang  | Nama Latin                           | Nama Lokal       |
|---------------|--------------------------------------|------------------|
| Pisang Ambon  | <i>Musa acuminata cavendish</i>      | Pisang Ambon     |
| Pisang Raja   | <i>Musa acuminata x M balbisiana</i> | Pisang Raja      |
| Pisang Kepok  | <i>Musa aciminata x balbisiana</i>   | Pisang Spatu     |
| Pisang Bebek  | <i>Musa acuminata Colla</i>          | Pisang Mulu bebe |
| Pisang Goroho | <i>Musa acuminafe. Sp</i>            | Pisang Goroho    |
| Pisang Jarum  | <i>Musa acuminata Colla</i>          | Pisang Jarum     |
| Pisang Mas    | <i>Musa acuminate Colla</i>          | Pisang Pinang    |
| Pisang Tanduk | <i>Musa acuminate</i>                | Pisang Tandu     |

Sumber: data primer diolah (2021)

Gambar jenis-jenis pisang yang ada pada tabel 1 di atas yang terdiri dari Pisang Ambon, Pisang Raja, Pisang

Kepok, Pisang Bebek, Pisang Goroho, Pisang Jarum, Pisang Mas, dan Pisang Tanduk ditampilkan pada gambar 1 di bawah ini.

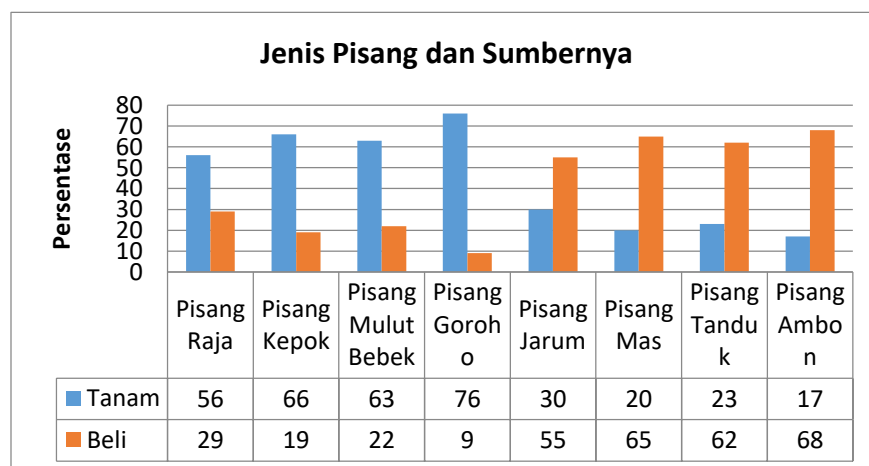


Gambar 1. Pisang Goroho (a), Pisang Jarum (b), Pisang Mulu Bebe (c), Pisang Tanduk (d), Pisang Mas (e), Pisang Raja (f), Pisang Ambon (g), Pisang Spatu (h)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahan pangan yang dikonsumsi masyarakat di lokasi penelitian tidak hanya berdasar padi tetapi juga beberapa jenis bahan pangan lain termasuk pisang. Jenis pisang yang biasa dikonsumsi masyarakat Desa Lina Ino antara lain pisang raja, pisang kepok, pisang bebek, dan pisang goroho, pisang ambon, pisang mas, pisang tanduk, dan pisang jarum.

Berbagai jenis pisang tersebut selain dikonsumsi langsung saat buahnya matang, juga terdapat beberapa jenis yang harus dioleh terlebih dahulu.

Pisang yang dikonsumsi masyarakat biasanya diperoleh dengan cara dibeli atau dipanen dari kebun sendiri. Secara detail jumlah masyarakat di Desa Lina Ino yang mengkonsumsi pisang berdasarkan jenisnya dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 2. Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Pisang dan Sumber Mendapatkannya

Menurut Hendaru et al., (2017) selain dibudidayakan di kebun, pisang juga banyak dibudidayakan di pekarangan, baik untuk produksi pangan penghias taman dan peneduh. Hal ini sesuai dengan hasil pengamatan dan wawancara diketahui masyarakat menanam pisang pada pekarangan, kebun bahkan di pinggir jalan. Jumlah responden yang menanam dan membeli berbagai jenis pisang bervariasi, dimana responden yang paling besar menanam beberapa jenis pisang yang dapat dikonsumsi sebagai pengganti besar atau nasi, seperti pisang raja 56 persen, pisang kepok 66 persen, pisang mulut bebek 63 persen dan pisang goroho sebesar 76 persen. Sedangkan jenis pisang yang dapat langsung dikonsumsi dalam bentuk segar tanpa diolah sebagian besar diperoleh masyarakat dengan cara dibeli di pasar atau lainnya.

### 3.3. Cara Masak / Pengolahan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden mengolah pisang dengan berbagai macam olahan sebagai pengganti nasi. Pada beberapa responden pisang hasil

olahan dikonsumsi bersamaan dengan nasi ditambah dengan lauk pauk lainnya. Selain itu cara pengolahan pisang didasarkan pada pengetahuan lokal masyarakat yang diperoleh dari generasi ke generasi sebagai kebiasaan masyarakat atau dikenal dengan kearifan lokal.

Pengolahan pisang yang dilakukan oleh masyarakat bervariasi, dimana untuk jenis pisang yang membutuhkan pengolahan lanjut, biasanya diolah dengan cara direbus, digoreng, dimasak santan, dikukus, dijadikan keripik, atau dicampur dengan bahan lainnya. Nuroso, (2012) menyatakan cara pengolahan produk pisang sangat dibutuhkan untuk meningkatkan produksi baik kualitas maupun kuantitasnya sehingga menarik untuk dikonsumsi dan memiliki daya saing. Selain itu dijelaskan bahwa kualitas bahan pangan dipengaruhi oleh tingkat kematangan buah dan cara penanganannya. Sejalan dengan pendapat di atas, masyarakat di Desa Lina Ino terbiasa mengolah buah pisang dengan berbagai macam olahan yang ditampilkan pada tabel 2 berikut.

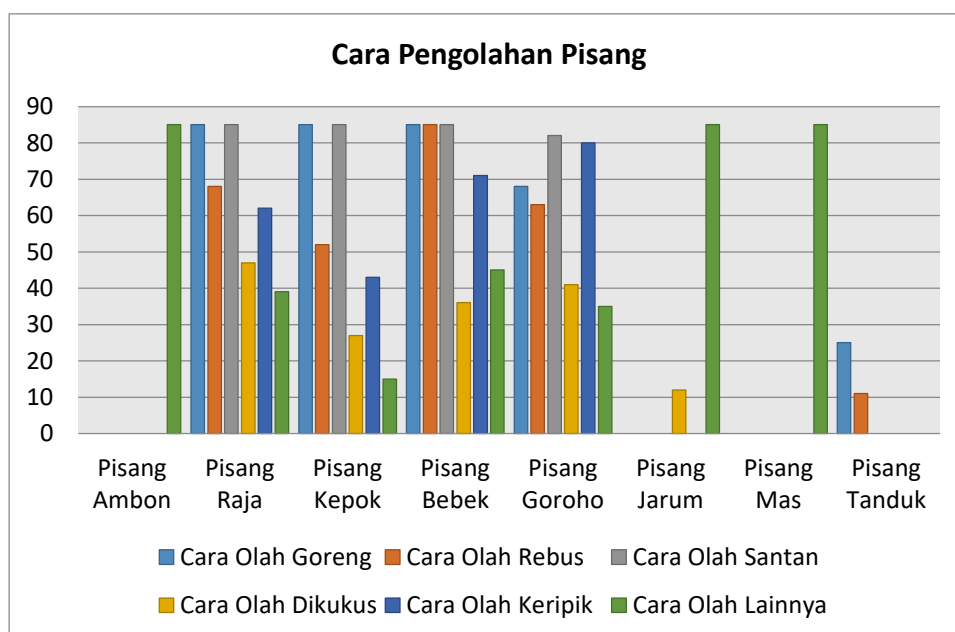
Tabel 2. Persentase Responden Berdasarkan Cara Pengolahan Tanaman Pisang di Desa Lina Ino

| Jenis Pisang  | Cara Olah (%) |       |        |         |         |         |
|---------------|---------------|-------|--------|---------|---------|---------|
|               | Goreng        | Rebus | Santan | Dikukus | Keripik | Lainnya |
| Pisang Ambon  | 0             | 0     | 0      | 0       | 0       | 100,0   |
| Pisang Raja   | 100           | 80    | 100    | 55,3    | 72,9    | 45,9    |
| Pisang Kepok  | 100           | 52    | 100    | 31,8    | 50,6    | 17,6    |
| Pisang Bebek  | 100           | 100   | 100    | 42,4    | 83,5    | 52,9    |
| Pisang Goroho | 80,0          | 74,1  | 96,5   | 48,2    | 94,1    | 50,6    |
| Pisang Jarum  | 0             | 0     | 0      | 14,1    | 0       | 100,0   |
| Pisang Mas    | 0             | 0     | 0      | 0       | 0       | 100,0   |
| Pisang Tanduk | 29,4          | 12,9  | 0      | 0       | 0       | 0       |

Sumber: data primer diolah (2021)

Berdasarkan informasi dari responden, pisang yang dipilih untuk diolah harus memenuhi syarat seperti bebas dari serangan hama dan penyakit, buah telah matang dan memiliki penampakan yang baik. Selain itu menurut responden, agar hasil olahan berkualitas, buah pisang yang belum sempat diolah sebaiknya disimpan pada ruangan yang memiliki sirkulasi udara yang baik. Selain itu umumnya pisang yang diolah dalam bentuk direbus, atau disantan adalah jenis pisang yang telah matang tetapi kulitnya

masih hijau. Jenis pisang dengan tingkat kematangan demikian menurut responden paling cocok dikonsumsi sebagai pengganti nasi dan jika dimakan bersama dengan lauk pauk lainnya memberi efek mengenyangkan. Responden juga menyatakan bahwa jenis olahan rebus, disantan dan dikukus biasanya diolah untuk disajikan pada saat makan siang atau makan malam, sedangkan jenis olahan goreng, keripik dan lainnya hanya dikonsumsi pada saat sarapan, minum teh sore sebagai camilan



Gambar 3. Cara pengolahan Pisang Masyarakat di Desa Lina Ino

Buah pisang merupakan salah satu produk hortikultura yang tidak tahan lama sehingga perlu dijadikan berbagai bentuk olahan sehingga lebih tahan lama. Selain itu pengolahan pisang dapat menurunkan kadar tanin yang terkandung didalamnya. Suryalita, 2019 menyatakan pengolahan

pisang dengan cara kukus, digoreng, dan dibakar dapat menurunkan kadar tanin buah pisang. Tanin merupakan senyawa kimia yang terkandung dalam tumbuhan yang menyebabkan rasa pahit. Bentuk bentuk olahan pisang dan cara pengolahannya disajikan pada tabel 3 berikut.

Tabel 3. Jenis Pisang Plantain dan Cara Pengolahan yang Dilakukan oleh Masyarakat Desa Lina Ino

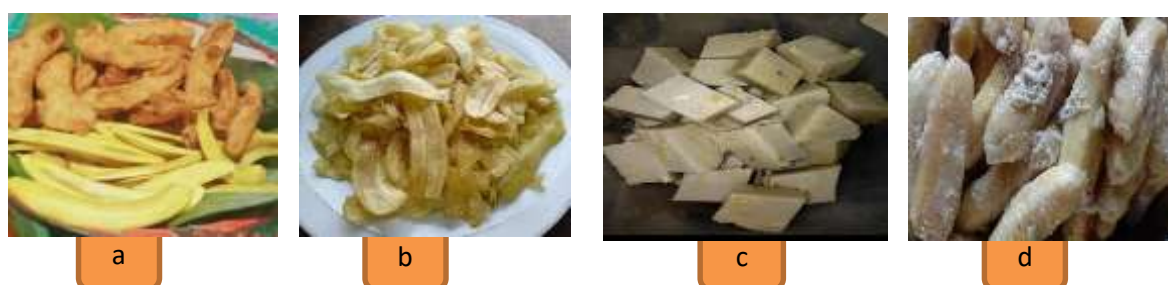
| No | Nama Umum    | Nama Lokal       | Produk Olahan  | Cara Pengolahan                                                                                  |
|----|--------------|------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Pisang Raja  | Pisang Raja      | Pisang Goreng  | Pisang setengah matang dikupas, dibelah dua, dicampur tepung terigu, digoreng                    |
|    |              |                  | Pisang Rebus   | Pisang setengah matang dikupas dan direbus                                                       |
|    |              |                  | Pisang Santan  | Pisang setengah matang dikupas dan direbus bersama dengan santan dan rempah rempah lainnya       |
|    |              |                  | Keripik        | Pisang dikupas, dicuci, diiris tipis tipis dan digoreng                                          |
| 2  | Pisang Kepok | Pisang Spatu     | Pisang Goreng  | Pisang matang, dikupas, diiris membentuk kipas, dicampur tepung dan digoreng dengan minyak       |
|    |              |                  | Pisang Rebus   | Pisang setengah matang, dicuci dan direbus                                                       |
|    |              |                  | Pisang Santan  | Pisang matang atau yang masih hijau kulitnya, dikupas, direbus dengan santan                     |
|    |              |                  | Pisang Ola ola | Pisang yang masih hijau, dipotong beberapa bagian, direbus dengan dicampur santan kental         |
| 3  | Pisang Bebek | Pisang Mulu Bebe | Pisang Coe     | Pisang matang dikupas, diotong potong dicampur tepung terigu, gula, margarin, santan dan dikukus |
|    |              |                  | Pisang Santan  | Pisang matang atau yang kulitnya masih hijau, dikupas dan direbus dengan campuran santan         |
|    |              |                  | Pisang Goreng  | Pisang matang dikupas. Dicuci dan iris beberapa                                                  |

|   |               |               | bagian selanjutnya<br>digoreng                                                      |
|---|---------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 4 | Pisang Goroho | Keripik       | Pisang dikupas, dicuci, diiris tipis tipis dan digoreng                             |
|   | Pisang Goroho | Pisang Rebus  | Pisang setengah matang, dikupas, dicuci bersih dan direbus                          |
|   |               | Pisang Santan | Pisang matang yang kulitnya masih hijau, dikupas dan direbus dengan campuran santan |

Sumber: data primer diolah (2022)

Berikut beberapa bentuk olahan pisang seperti pisang goreng, keripik pisang, pisang coe dan pisang santan yang telah ditampilkan

pada tabel 3 ditampilkan pada gambar 4 di bawah ini .



Gambar 4. Beberapa Bentuk Olahan Pisang (a) Pisang Goreng, (b) Keripik, (c) Pisang Coe, (d) Pisang Santan

## PENUTUP

Terdapat 8 jenis pisang yang dikonsumsi oleh masyarakat Lina Ino, yakni pisang raja, pisang kepok, pisang mulut bebek, dan pisang goroho, pisang ambon, pisang mas, pisang tanduk, dan pisang jarum. Terdapat empat jenis pisang plantain yakni pisang raja, pisang kapok, pisang goroho dan pisang mulut bebek dijadikan sebagai pangan

utama pengganti nasi dengan cara diolah menjadi pisang rebus, pisang santan, pisang kukus.

## UCAPAN TERIMA KASIH.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Desa dan Masyarakat Desa Lina Ino yang telah membantu hingga penelitian ini boleh diselesaikan dengan baik.

## REFERENSI

Ambarita, M. D. Y., Bayu, E. S., & Setiada, H. (2015). Identifikasi Karakter Morfologis Pisang (*Musa Spp.*) Di Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Agroekoteknologi Universitas Sumatera Utara*, 4(1), 1911–1924.

BPS Halmahera Utara. (2020). *Kabupaten Halmahera Utara Dalam Angka* (82050.2004). <https://halutkab.bps.go.id/publication.html>

- BPS Halmahera Utara. (2020). *Tobelo Tengah Dalam Angka*.
- BPS Indonesia. (2018). Statistik Indonesia 2018. In *Badan Pusat Statistik: Vol. 03220.1811* (Issue 1).
- Denanti, I. A., & Wardani, S. Y. (2019). *Pengaruh komunikasi interpersonal dan interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri dalam berpendapat*. 3(1), 111–118.
- Dewi, P. Y., & Purwidiani, N. (2015). Studi Pola Konsumsi Makanan Pokok pada Penduduk Desa Pagendingan Kecamatan Galis Kabupaten Pamekasan Madura. *E-Journal Boga*, 4(3), 108–121.
- Hendaru, I. H., Hidayat, Y., & Ramdhani, M. (2017). Karakter Morfologi Tujuh Aksesori Pisang dari Maluku Utara ( Morphological Character of Seven Accessions of Banana from North Maluku ). *Plasma Nutfah*, 23(1), 13–22.
- Hermanto, C. ... Queensland, A. (2013). *Triangle Banana Exploration Report , Central Maluku and Lesser Sunda Islands ,. March*, 1–15.
- Indra, H., Hidayat, Y., & Ramdhani, M. (2018). Karakter Morfologi Tujuh Aksesori Pisang dari Maluku Utara. *Buletin Plasma Nutfah*, 23(1), 13–22.
- Kemenko Perekonomian. (2020). *Pisang Jadi Andalan Pemerintah Tingkatkan Ekspor dan Majukan Pertanian Daerah 18*. <https://Ekon.Go.Id/Publikasi>.
- Murdiati, A., & Amaliah. (2015). *Panduan penyiapan pangan sehat untuk semua* (Edisi 2). kencana prenadamedia group.
- Musita, N. (2012). Kajian Kandungan Dan Karakteristiknya Pati Resisten Dari Berbagai Varietas Pisang Study Of Content And Characteristic Resistant Starch From Some Banana Type Nanti Musita. *Jurnal Dinamika Penelitian Industri*, 23(1), 57–65.
- Nuroso, A. (2012). Studi Pembuatan Tepung Pisang. *Jurnal Teknologi Pertanian*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.32520/jtp.v1i2.39>
- Riyadi, H. (2010). Kebiasaan Makan Dan Asupan Zat Gizi Masyarakat Halmahera. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 5(2), 121. <https://doi.org/10.25182/jgp.2010.5.2.121-128>